

Mötesplats Rydebäck



Februari 2025

Måndagar

10.00–12.00 Italienska

Kamratstudiecirkel på avancerad nivå.

10.00–10.45 Seniorshake

Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.

11.15–12.00 Seniorshake

Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.

14.00–16.30 Shanghai kortspel Äger rum ojämn vecka.

13.30–15.30 Skip-bo Äger rum jämna veckor.

13.00–17.00 Bridge

Tisdagar

09.30–11.30 Stickcafé

10.00–11.30 Mansgrupp Med diskussionsfika.

13.00–15.00 Tyska Äger rum jämna veckor.

16.00–19.30 Canasta OBS! Den 25/2 börjar kl.15.00

Onsdagar

08.00–09.00 Bad från bryggan Samling vid Rydebäcks strand.

09.30–10.30 Gymnastik med redskap

Lättgymnastik där vi använder medicinskbollar och gymnastikband.

10.30–11.15 Balansera Mera Gymnastik

Balansera mera gymnastik, rörelser som tränar balansen

13.30–15.00 Läsa tillsammans/Shared reading jämna veckor. **Den 5/2 och 19/2**

13.30–16.30 Bingo Äger rum ojämn vecka.

16.30–21.00 Bridge

Torsdagar

09.30–11.30 Skaparglädje Handarbete av olika slag.

09.30-10.30 och 10.45-11.45 Yin Yoga 6/2, 20/2 Föranmäla

16.00–19.30 Bridge

Fredagar

10.00–13.00 Canasta sista Tre kort lekar

13.30–17.00 Operacafé äger rum den 28/2

Mötesplats Rydebäck



Extra aktiviteter Februari

E-handla smartare och säkrare:

Tisdagen den 11 februari klocka 10.30 – 12.00

Brukar du e-handla? Vad är svårt/enkelt? Vad är viktigt att tänka på vid e-handel? Hur fungerar reklam vid e-handel? **Anmälan senast den 10/2**

Frågesport

Tisdagen den 11 februari klocka 13.30

Våffelcafé

Tisdagen den 18 februari klocka 13.30

Poesi Bingo tisdagen den 18 februari klocka 14.00

Föredrag om Modernismens byggnader Hålls av Ingela Pålsson Skarin, arkitekt med fokus på byggnader, i samarbete med Helsingborgs museum och stadsbiblioteket.

Tisdagen den 25 februari klocka 18.00 – 19.00 **Anmälan senast den 24/2**

Lär dig betala säkert digitalt

Torsdagen den 27 februari, Appleprodukter som Ipad, Iphone klocka 10.00 – 10.55

Androider som Samsung, Sony m.fl. Klocka 11.05 – 12.00 **Anmälan senast den 25/2**

Mer information

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet. Är dörren stängd kan du knacka på eller ring oss.

Följ oss!

Vi finns på webben och på sociala medier. Följ oss gärna där!



Webben: vardochomsorg.helsingborg.se/traffpunkter



Instagram: @TraffpunkterIHelsingborg, @VardOchOmsorgIHelsingborg



Facebook: Vård och omsorg i Helsingborg

Mötesplats Rydebäck, Frösögatan 3, 257 30 Rydebäck

Telefon: 042-10 44 80, mejl: traffpunkt.1@helsingborg.se