

# Träffpunkt Rosenknoppen

## Augusti - 2024



### Måndagar

10.00 -10.30 Seniorshake / sittande tabata ,dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik

10.30 -12.30 Sillfrukost

### Tisdagar

13.30-16.00 Bingo

### Onsdagar

10.00-10.30 Balansera mera gymnastik ,rörelser som tränar balansen till musik

10.30-12.30 Onsdags frukost

12.00 Korvgrillning, Obs anmälan, 31 juli

13.30-21.00 Quiltglädje jämna veckor,vill du veta mer så kontakta Agneta Jansson 076-812 58 17 ,sommar uppehåll

### Torsdagar

13.00-16.00 Träffpunktens pyssel grupp, vi pysslar,målar,stickar och fikar tillsammans

### Fredagar

10.00-10.45 Balansera mera promenad, träning utomhus med olika balans övningar leds av Volontärerna Agneta och Ingrid

10.45-12.00 Våffelcafe

# Träffpunkt Rosenknoppen

## Augusti - 2024



### Mer information om Träffpunkten

Öppettider enligt program

Är dörren stängd och det pågår aktiviteter, knacka gärna på eller ring kontaktpersonen.

Håll utkik på anslagstavlan det kan tillkomma fler aktiviteter.

### Följ oss gärna!

[VardOchOmsorg.helsingborg.se](http://VardOchOmsorg.helsingborg.se)

[Facebook.com/VardOchOmsorgiHelsingborg](https://Facebook.com/VardOchOmsorgiHelsingborg)

[Instagram.com/VardOchOmsorgiHelsingborg](https://Instagram.com/VardOchOmsorgiHelsingborg)

[Instagram.com/traffpunkterihelsingborg](https://Instagram.com/traffpunkterihelsingborg)