

Träffpunkt Rosenknoppen



Augusti 2025

Det kan bli ändringar i programmet.

Måndagar

10.00–10.30 Seniorshake och Tabata

Dansrörelser som kan göras ståendes eller sittandes till musik.

10.30–12.00 Sillfrukost

Tisdagar

13.30–15.30 Bingo

Onsdagar

10.00–10.30 Balansera mera gymnastik

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.00 Onsdagsfrukost

14.00–21.00 Quiltglädje

Äger rum jämna veckor. Vill du veta mer kontakta Agneta J telefon 076-812 58 17.

Eftermiddagsgruppen, start 20 augusti

Kvällsgruppen klockan 18.00-21.00, sommaruppehåll

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp, start 21 augusti

Vi pysslar, målar, stickar och fikar tillsammans.

Fredagar

10.00–10.45 Balansera mera promenad

Träning utomhus med olika balansövningar. Leds av volontärerna Agneta och Ingrid.

10.45–12.00 Våffelcafé

Träffpunkt Rosenknoppen, Planteringsvägen 36, 252 40 Helsingborg

Telefon: 042-10 67 24, mejl: traffpunkt.5@helsingborg.se

Träffpunkt Rosenknoppen



Mobila aktiviteter med träffpunkterna i augusti

Pigga promenader på olika platser, torsdag 7 augusti klockan 10.00-11.00. På olika platser i Helsingborg, se separat program för mobila aktiviteter.

Dans och rörelse, onsdag 6, 13 augusti klockan 10.00-10.45. På Gröningen, vid Kallis på trädäcket.

Guidad blomstervandring, torsdag 14 augusti klockan 14.00-15.00. Samling vid Sankt Jörgens plats, anmälan krävs, 042-10 44 80 eller Traffpunkt.1@helsingborg.se

Ni kan läsa mer om mobila aktiviteter med träffpunkter på separat sommarprogram.

Träffpunkt Rosenknoppen



Mer information

Öppettider

Träffpunkten är öppen i anslutning till programbladets aktiviteter. Är dörren stängd kan du knacka på eller ringa till oss.

Håll utkik

Kontakt

Kontakta träffpunktssamordnaren på telefon 0732-31 57 51.

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