

Träffpunkt Rosenknoppen



September 2025

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, inställt 10 september

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.00 Onsdagsfrukost, inställt 10 september

14.00–21.00 Quiltglädje

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

Eftermiddagsgruppen

Kvällsgruppen klockan 18.00-21.00, start 3 september.

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp

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



Extra aktiviteter i september

Gemensamma träffpunktspromenader på Fredriksdal.

Tisdag 9 september och 23 september klockan 13.00 går vi på promenad i Fredriksdal. Samling utanför huvudingången, fri entré.

Korvgrillning.

Onsdag 10 september klockan 12.00 grillar vi korv. Föranmälan senast 3 september.

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