

Träffpunkt Sköldenborg



Juli 2025

Måndagar

11.45–13.00 Lunch

13.00–15.00 SPF studiecirkel

Äger rum ojämna veckor. För mer information, kontakta Agneta N. på telefon 0761-29 62 68 (sommaruppehåll)

14.00–14.45 Balansera mera gymnastik

Träning i gymnasalen med olika balansövningar. Avslut 9 juni – start 25 augusti.

14.00–16.00 Boule

Utomhus, på innergården.

14.00–15.30 Cafè

Tisdagar

11.45–13.00 Lunch

13.30–16.00 Bridge, (sommaruppehåll)

14.00–14.30 Sittgympa

Frida guidar dig med rörelser till musik, efteråt fikar vi tillsammans. Avslut 10 juni – start 5 augusti.

13.30–15.45 Akrylmålning, sommaruppehåll. Start 12 augusti.

14.00–15.30 Café

Onsdagar

11.45–13.00 Lunch

14.00–15.30 Våffelcafé

Sommaruppehåll. Start 3 september.

13.30–15.30 Nutidscirkel

Vi samtalar om aktuella ämnen och vad som hänt i världen.

13.00–16.00 SPF Kärnan Bridge

För information, kontakta Nils P. 070-523 85 06, start 3 september.

Träffpunkt Sköldenborg



Torsdagar

11.45–13.00 Lunch

14.00–16.00 Boule

Utomhus på innergården.

13.30–15.00 Bingo

Sommaruppehåll. Start 11 september.

14.00–15.30 Café

Fredagar

11.45–13.00 Lunch

09.00–10.30 Sillfrukost

Endast förbeställning

14.00–15.30 Café

Mobila aktiviteter med träffpunkterna i juli

Utegympa, onsdagar 2, 9, 16, 23 juli klockan 10.00 -10.45. På Gröningen, vid Kallis på trädäcket.

Guidad tur i Slottshagen, torsdag 3 juli klockan 13.30-14.30. Samling vid Kärnan, anmälan krävs, 042-10 44 80 eller Traffpunkt.1@helsingborg.se

Pigga promenader på olika platser, torsdag 3, 17, 24, 31 juli klockan 10.00-11.00. På olika platser i Helsingborg, se separat program för mobila aktiviteter.

Guidad blomstervandring, torsdag 10 juli klockan 14.00-15.00. Samling i stadsparken vid fontänen, anmälan krävs, 042-10 44 80 eller Traffpunkt.1@helsingborg.se

Dans och rörelse, onsdag 30 juli klockan 10.00-10.45. På Gröningen, vid Kallis på trädäcket.

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

Träffpunkt Sköldenborg



Mer information

Öppettider

Måndag till fredag mellan klockan 08.00–16.00

Lunch och fika

På träffpunkten kan du äta dagens lunch mellan klockan 11.45–13.00. Det finns ett separat blad om aktuell lunch. Du beställer lunch en vecka innan du vill äta.

Avbeställning kan göras samma dag senast klockan 08.20 på telefon 042-10 74 33.

På träffpunkten kan du fika. Vi serverar kaffe, te, fikabröd och smörgås.

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

Träffpunkt Sköldenborg, Hebsackersgatan 6, 254 37 Helsingborg

Telefon: 042-10 74 30, mejl: traffpunkt.5@helsingborg.se