

Mötesplats Rydebäck



Mars 2026

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 ojämna veckor.

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.

16.00–19.30 Canasta

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

13.00–15.00 Tyska Äger rum jämna veckor.

13.30–16.30 Bingo Äger rum ojämna veckor.

16.30–21.00 Bridge

Torsdagar

09.30–11.30 Skaparglädje Handarbete av olika slag.

13.00 – 15.00 Kom och testa biljard, pingis eller dart. Datum 19/3

Alla är välkomna – extra uppskattat om någon med erfarenhet kan guida oss andra.

16.00–19.30 Bridge

Fredagar

10.00–13.00 Canasta Tre kortlekar

14.00–17.00 Operacafé äger rum den 27 mars

Mötesplats Rydebäck



Extra aktiviteter i Mars

Kom och ät varma mackor och sallad

Torsdagen den 5 mars klockan 12.00

Anmälan senast den 2 mars till träffpunkten. Begränsat antal.

Filmvisning på träffpunkten

Fredagen den 6 mars klockan 14.00

Anmälan senast den 3 mars till träffpunkten. Begränsat antal.

Poesi Bingo och Våffelcafé

Tisdagen den 10 mars från 13.00 till 14.00 serveras våfflor

Klockan 14.00 spelar vi poesi Bingo.

Dans i folkparken -

Torsdagen den 12 mars klockan 14.00

Ni får följa med på en tripp till Folkparken i en historia som innehåller både kärlek, humor, upptåg och dans. Vi rör oss mellan 40–70 talet. Ett program med musik, dans och rörelse.

Brandkunskap i hemmiljö

Tisdagen den 17 mars klockan 13.30-14.30

Kursen innehåll: räddningstjänstens uppdrag, vad behöver du ha hemma, vanliga brandorsaker och vad gör du om det börjar brinna. Begränsat antal platser. Anmälan krävs.

Våffelcafé

Tisdagen den 24 mars klockan 13.30 serveras våfflor

Påsk lunch

Tisdagen den 31 mars och onsdagen den 1 april klockan 12.30

Begränsat antal platser. Anmälan tidigast den 3 mars

Mer information

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

Mötesplats Rydebäck, Frösögatan 3, 257 30 Rydebäck

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