

# Träffpunkt Sköldenborg



## Mars månad 2024

### Måndag

11.45- 13.00 Lunch

13.00–16.00 Canasta (uppehåll tills vidare)

13.00–15.00 SPF studiecirkel, ojämn vecka, för mer information kontakta Lennart Bengtsson 072-705 63 82

14.00–14.45 Balansera mera gymnastik, träning i gymnasalen med olika balansövningar, inställt 25 mars

14.00–16.00 Boule, utomhusaktivitet på innergården

14.00–15.30 PÅSK fika, Obs anmälan till Frida, 25 mars

### Tisdag

11.45- 13.00 Lunch

13.15 – 16.00 Bridge

14.00–15.30 Sittgympa och Café, Frida guidar er med rörelser till musik, vi fikar tillsammans efteråt

13.30–15.45 Akrylmålning

14.00–15.30 Café

### Onsdag

11.45–13.00 Lunch

14.00–15.30 Våffelcafé ,13 och 27 mars

13.30–15.30 Nutidscirkel, samtal om aktuella ämnen som har hänt i världen

# Träffpunkt Sköldenborg



## Torsdag

10.00 -10.45 Dansmix för Seniorer, kom och låt dig svepas med av musiken och dansen under ledning av Orlando ,7,14,21 och 28 mars

11.45–13.00 Lunch

13.30-15.00 Mat för livet, kom och träffa dietisterna Cornelia och Teresa som pratar om mat för ett friskt och gott liv, vi kommer att provsmaka ett enkelt mellanmål  
**OBS Anmälan krävs då vi har ett begränsat antal platser, 21 mars**

14.00–16.00 Boule, utomhusaktivitet på innergården

13.30-15.30 Påsk Bingo,7 mars

14.00–15.30 Café

## Fredag

11.45–13-00 Lunch

09.00-10.30 Sillfrukost, endast förbeställning

14.00-15.30 Café

### **Mer information!**

På Träffpunkten kan du äta dagens lunch mellan 11.45- 13.00, se separat blad om aktuell lunch.

Beställning av lunchen gör du en vecka innan du vill äta, avbeställning kan du göra samma dag senast klockan 08.20 på Telefon 042- 10 74 33

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

Träffpunkten är öppen Mån-fre 08.00-16.00

Träffpunkt Sköldenborg, Hebsackersgatan 6, 254 37 Helsingborg  
Kontaktperson 042-10 74 30, Mobil 073- 231 17 09  
traffpunkt.5@helsingborg.se