

Mötesplats Rydebäck



Oktober 2025

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 för nybörjare

Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.

14.00–16.30 Shanghai kortspel Åger rum ojämna veckor.

13.30–15.30 Skip-bo Åger rum jämna veckor.

13.30–17.00 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.

09.30–10.15 Gymnastik med redskap, lättgymnastik

10.30–11.15 Balansera Mera Gymnastik

Balansera mera gymnastik, rörelser som tränar balansen

13.30–15.30 Tyska Åger rum jämna veckor.

13.30–16.30 Bingo Åger rum ojämna veckor.

16.30–21.00 Bridge

Torsdagar

09.30–11.30 Skaparglädje Handarbete av olika slag.

09.30-10.15 och 10.30 -11.15 Yin Yoga 2/10, 9/10, 16/10, 23/10

16.00–19.30 Bridge

Fredagar

10.00–13.00 Canasta Tre kortlekar14

14.00-17.00 Operacafé 24/10 Anmälan krävs

Mötesplats Rydebäck



Extra aktiviteter i oktober

Filmvisning

Fredagen den 10 oktober klockan 14.00

Tilltugg serveras till självkostnadspris. Anmälan senast 7 oktober.

Brottsofferjouren

Tisdagen den 14 oktober klockan 13.30, därefter serverar vi våfflor.

Poesi Bingo

Tisdagen den 21 oktober klockan 13.30

Vi börjar med att fika sedan klockan 14.00 börjar vi med Poesi Bingo.

Mer information

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet.

Är dörren stängd kan du knacka på eller ring oss. 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