

Träffpunkt Rosenknoppen



Oktober 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, ej 1 oktober

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.00 Onsdagsfrukost

14.00–21.00 Quiltglädje

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

Eftermiddagsgruppen klockan 14.00-17.00

Kvällsgruppen klockan 18.00-21.00

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp

Vi pysslar, målar, stickar och fikar tillsammans.

Fredagar

10.00–10.45 Balansera mera promenad, ej 31 oktober

Träning utomhus med olika balansövningar. Leds av volontärerna Agneta och Ingrid.

10.45–12.00 Våffelcafé

Träffpunkt Rosenknoppen



Extra aktiviteter i oktober

Musikfrågesport med våffelcafé

Fredag 31 oktober klockan 10.00. Temat är Flygande smörgås.

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