

Träffpunkt Sköldenborg



Oktober 2025

Måndagar

11.45–13.00 Lunch

13.00–15.00 SPF studiecirkel

Äger rum jämna veckor. För mer information, kontakta Agneta N. på telefon 0761-29 62 68

14.00–14.45 Balansera mera gymnastik

Träning i gymnasalen med olika balansövningar.

14.00–16.00 Boule

Utomhus, på innergården.

14.00–15.30 Cafè

Tisdagar

11.45–13.00 Lunch

13.30–16.00 Bridge

14.00–14.30 Sittgympa

Frida guidar dig med rörelser till musik, efteråt fikar vi tillsammans.

13.30–15.45 Akrylmålning

14.00–15.30 Café

Onsdagar

11.45–13.00 Lunch

14.00–15.30 Våffelcafé

Äger rum 1, 15 och 29 oktober.

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

Träffpunkt Sköldenborg



Torsdagar

11.45–13.00 Lunch

14.00–16.00 Boule

Utomhus på innergården.

13.30-15.00 Bingo

Äger rum 2 oktober.

14.00–15.30 Café

Fredagar

11.45–13.00 Lunch

09.00–10.30 Sillfrukost

Endast förbeställning

14.00–15.30 Café

Extra aktiviteter i oktober

Sydrosen söndag 5 oktober klockan 14.00-18.00

Kom och lyssna på Lars-Gunnar Lindberg från Sydrosen som besökt rosarier i norra Tyskland. Inspireras av udda rosor som man inte ser överallt. Kostnad för kaffe och kaka tillkommer.

Sittskratt fredag 24 oktober klockan 14.00-15.30

Testa på en variant av sittgymna där syftet är att ha roligt samtidigt som man rör på sig. Inga förkunskaper krävs.

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