

Träffpunkt Rosenknoppen



December 2025

Måndagar

10.00–10.30 Seniorshake och Tabata, sista 8 december – start 12 januari

Dansrörelser som kan göras ståendes eller sittandes till musik.

10.30–12.00 Sillfrukost, sista 15 december – start 12 januari

Tisdagar

13.30–15.30 Bingo, sista 16 december – start 13 januari

Onsdagar

10.00–10.30 Balansera mera gymnastik, sista 3 december – start 14 januari

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.00 Onsdagsfrukost, sista 3 december – start 14 januari

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, sista 10 december – start 7 januari

Kvällsgruppen klockan 18.00–21.00, sista 10 december – start 21 januari

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp, sista 18 december – start 22 januari

Vi pysslar, målar, stickar och fikar tillsammans.

Fredagar

10.00–10.45 Balansera mera promenad, ej 5 december, sista 12 december – start 9 januari

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

10.45–12.00 Våffelcafé, ej 5 december, sista 12 december – start 9 januari

Träffpunkt Rosenknoppen



Extra aktiviteter i december

Rosenknoppens Nobelfirande

Fredag 5 december klockan 13.00. Föranmälan

Förskolebarnen sjunger lucia- och julsånger

Måndag 15 december klockan 10.00 kommer förskolebarnen och sjunger för oss.
Därefter äter vi ägg- och sillfrukost.

Jullunch

Onsdag 17 december klockan 12.00 firar vi in julen tillsammans på Rosenknoppen.
Föranmälan senast 8 december.

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

Träffpunkt Rosenknoppen, Planteringsvägen 36, 252 40 Helsingborg

Telefon: 042-10 67 24, mejl: traffpunkt.5@helsingborg.se