

Träffpunkt Rosenknoppen



Januari 2026

Måndagar

10.00–10.30 Seniorshake och Tabata, start 12 januari

Dansrörelser som kan göras ståendes eller sittandes till musik.

10.30–12.00 Sillfrukost, start 12 januari

Tisdagar

13.30-15.30 Bingo, start 13 januari

16.00-21.30 Syrosorna, start 13 januari

Vi syr tillsammans det vi har lust med. Quilt, kläder, inredning med mera och hjälper varandra när problem uppstår. Vill du veta mer, kontakta Annica telefon 070-652 57 82

Onsdagar

10.00–10.30 Balansera mera gymnastik, start 14 januari

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.00 Onsdagsfrukost, 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, start 7 januari

Kvällsgruppen klockan 18.00-21.00, start 21 januari

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp, start 15 januari

Vi pysslar, målar, stickar och fikar tillsammans.

Fredagar

10.00–10.45 Balansera mera promenad, start 9 januari

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

10.45–12.00 Våffelcafé, start 9 januari

Träffpunkt Rosenknoppen, Planteringsvägen 36, 252 40 Helsingborg

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

Träffpunkt Rosenknoppen



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