

Träffpunkt Rosenknoppen



Juni 2026

Måndagar

10.00–10.30 Mild workout/träning, ej 15 juni

Kom och rör dig till härlig musik, övningar som passar alla – oavsett om du vill stå upp eller sitta ner. Fokus ligger på att må bra, få i gång kroppen och ha det trevligt.

10.30–12.00 Sillfrukost, ej 15 juni

10.00–12.00 Kom och testa biljard, ej 15 juni

Alla är välkomna, uppskattar om någon med erfarenhet kan guida oss andra.

Tisdagar

13.30–15.30 Bingo

16.00–21.30 Syrosorna, sista 9 juni, start 25 augusti

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, ej 3 juni, sista 17 juni, start 19 augusti

Rörelser som tränar balansen till musik.

10.30–12.00 Onsdagsfrukost, sista 17 juni, start 19 augusti

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. Sommaruppehåll, start 19 augusti

Kvällsgruppen klockan 18.00–21.00. Sommaruppehåll, start 19 augusti

Torsdagar

13.00–16.00 Träffpunktens pysselgrupp, sista 18 juni, start 20 augusti

Vi pysslar, målar, stickar och fikar tillsammans.



Träffpunkt Rosenknoppen

Fredagar

10.00–10.45 Balansera mera promenad

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

11.00–12.00 Våffelcafé

10.00–12.00 Kom och testa biljard

Alla är välkomna, uppskattar om någon med erfarenhet kan guida oss andra.

Extra aktiviteter i juni

Rosenknoppens midsommarlunch

Måndag den 15 juni klockan 13.00

Vi firar midsommar tillsammans. Anmälan senast 10 juni till Sara, telefon 042-10 67 24 eller volontär Agneta. Begränsat antal platser.

Träffpunkternas mobila aktiviteter juni, juli, augusti

Ni kan läsa mer om mobila aktiviteter med träffpunkterna på separat sommarprogram.



Mer information

Öppettider

Träffpunkten är öppen i anslutning till programbladets aktiviteter. Är dörren stängd kan du knacka på eller ringa till oss.

Håll utkik

På Håll utkik på anslagstavlan där vi sätter upp information om det tillkommer fler aktiviteter.

Kontakt

Kontakta träffpunktssamordnaren på telefon 0732-31 17 09.

Följ oss!

Vi finns på webben och på sociala medier. Följ oss gärna där!



Webben: vardochomsorg.helsingborg.se/traffpunkter



Instagram: [@TraffpunkterIHelsingborg](https://www.instagram.com/TraffpunkterIHelsingborg) samt [@VardOchOmsorgIHelsingborg](https://www.instagram.com/VardOchOmsorgIHelsingborg)



Facebook: [Vård och omsorg i Helsingborg](https://www.facebook.com/VardochomsorgiHelsingborg)