



# Mötesplats Rydebäck

## Juli och augusti 2026

### Måndagar

**10.30–11.15 Balansera mera gymnastik**, på måndagar till och med den 10 augusti.  
Rörelser som tränar balansen.

**13.30–15.30 Skip-bo**  
Äger rum jämna veckor.

**14.00–16.30 Shanghai kortspel**  
Äger rum ojämna veckor.

**13.00–17.00 Bridge**

### Tisdagar

**10.00–11.30 Drop-In fika med gemenskap**

**13.30–15.30 Eftermiddagsfika den 14 juli**

**13.30–15.30 Frågesport den 21 juli**

**13.30–15.30 Våffelcafé den 28 juli**

**13.30–15.30 Frågesport den 18 augusti**

**13.00–14.00 Våffelcafé och klockan 14.00–15.30 Poesi Bingo den 25 augusti**

### Onsdagar

**10.30–11.15 Balansera mera gymnastik**, åter igen på onsdagar från den 19 augusti.  
Rörelser som tränar balansen.

**13.30–16.30 Bingo**  
Äger rum ojämna veckor.

**16.30–21.00 Bridge**

### Torsdagar

**16.00–19.30 Bridge**

### Fredagar

**10.30 Promenad i närområdet**. Sista tillfället är den 21 augusti  
Samling: utanför träffpunkten.



## Mer information

### Öppettider mm

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet.

### Kontakt

Kontaktperson nås på telefon 042-10 44 80.

### Följ oss!

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



Webben: [vardochomsorg.helsingborg.se/traffpunkter](http://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)