

Träffpunkt Lyckoträffen



November 2026

Torsdag 5 November

12.30–13.30 Sittgympa

Gympa sittande på stol. Hela kroppen är med. Avslutas med stretching

13.30–15.30 Våfflor

Torsdag 12 november

12.30-13.30 Sittgympa

Gympa sittande på stol. Hela kroppen är med. Avslutas med stretching

13.30-15.30 Soppa

Torsdag 19 november

12.30-13.30 Sittgympa

Gympa sittande på stol. Hela kroppen är med. Avslutas med stretching

13.30-15.30 Fika

Torsdag 26 november

12.30-13.30 Sittgympa

Gympa sittande på stol. Hela kroppen är med. Avslutas med stretching

14.00-15.30 Viseftermiddag med Visans Vänner. Vi serverar fika.



Mer information

Öppettider mm

Träffpunkten är öppen i anslutning till aktiviteterna på programbladet.

Kontakt

Telefon: 0721-71 67 12

Följ oss!

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



Webben: vardochoomsorg.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)