Mötesplats Rydebäck

November 2026

Måndagar

10.00–12.00 Italienska
Kamratstudiecirkel på avancerad nivå.
10.00–10.45 Seniorshake
Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.
11.15–12.00 Seniorshake
Dansrörelser som kan göras sittande eller stående till musik.
14.00–16.30 Shanghai kortspel – Äger rum ojämna veckor.
13.30–15.30 Skip-bo – Äger rum jämna veckor.
13.00–17.00 Bridge

Tisdagar

09.30–11.30 Stickcafé
10.00–11.30 Mansgrupp
16.00–19.30 Canasta

Onsdagar

08.00–09.00 Bad från bryggan. Samling vid Rydebäcks strand.
09.30–10.30 Medelgympa
Medelgympa med eller utan hantlar.
10.30–11.15 Balansera mera gymnastik
Balansera mera gymnastik, rörelser som tränar balansen.
13.30–15.30 Tyska Äger rum jämna veckor.
13.30–16.30 Bingo Äger rum ojämna veckor.
16.30–21.00 Bridge

Torsdagar

09.30–11.30 Skaparglädje Handarbete av olika slag.

11.00–12.30 Gåfotboll. Samling: Vid Rydebäcks konstgräsgräsplan. Vid dåligt väder flyttar vi in i den gamla idrottshallen. Därefter avslutar vi med gemensam fika på träffpunkten.

13.00–16.00 Få stöd av en digital coach, den 12 november. Ingen anmälan krävs.
16.00–19.30 Bridge

Mötesplats Rydebäck, Frösögatan 3, 257 30 Rydebäck
Telefon: 042-10 44 80, mejl: traffpunkt.1@helsingborg.se

Fredagar

10.00–13.00 Canasta

10.30–11.30 Promenad, ej den 20 november

14.00–17.00 Operacafé Äger rum 27 november. Anmälan krävs.

Extra aktiviteter i november

Social aktivitet – Kidist och Helena från träffpunkten

Tisdagen den 10 november 13.30 – 15.30

Endast till föranmälda.

Torsdagen den 12 november är träffpunkten obemannad.

Digital hjälp – Drop in

Torsdag den 12 november klockan 13.00-16.00

Behöver du hjälp med din mobil, surfplatta eller dator? Vi digitala coacher finns här, kostnadsfritt, för att stötta dig i att använda digitala verktyg. Ta med dig din utrustning som du vill ha hjälp med.

Filmvisning

Måndagen den 16 november klockan 17.15

Filmen vissas i stora salen på träffpunkten. Samarbete med kulturförvaltningen, biblioteket.

Poesi Bingo och Våffelcafé

Tisdagen den 17 november, mellan klockan 13.00 - 14.00 serverar vi våfflor.

Klockan 14.00 Poesi Bingo. Ingen anmälan krävs.

Våffelcafé, föreläsning om bedrägeri med digitala coacherna, del - 2

Tisdagen den 24 november klockan 13.00 – 14.00 serverar vi våfflor.

Klockan 14.00 -15.00 föreläsningen om bedrägeri. Anmälan krävs till föreläsningarna då det finns begränsat antal platser. Vid frågor eller anmälan mejla digitalcoach@helsingborg.se eller ring 042 – 10 27 80.

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

Instagram: @TraffpunkterIHelsingborg samt @VardOchOmsorgIHelsingborg

Facebook: Vård och omsorg i Helsingborg

Mötesplats Rydebäck, Frösögatan 3, 257 30 Rydebäck
Telefon: 042-10 44 80, mejl: traffpunkt.4@helsingborg.se