

Anhörigstödet och träffpunkter flyttar ut sina verksamheter under H22 City Expo

Anhörigstöd i Helsingborg

När någon i vår närhet drabbas av ohälsa mår vi ofta bra av att få stöd från andra. Det kan handla om kontakt med andra människor i samma situation. Det kan också vara att gå på föreläsningar om situationer som liknar vår egen. Helsingborgs stad har rådgivare som hjälper dig vidare med dina frågor. Tveka inte att höra av dig, vi finns till för dig.



Scanna koden för att komma till stöd för dig som anhörig eller närstående

Träffpunkter i Helsingborg

Runt omkring i Helsingborgs stad finns träffpunkter där du som senior är välkommen. Här får du möjlighet att träffa andra människor och umgås. Till stadens träffpunkter kan du komma och gå som du vill. Du kan delta i någon av våra aktiviteter, fika och få en stunds sällskap. En del träffpunkter serverar även lunch. Du är välkommen till vilken träffpunkt du vill oavsett var i Helsingborg du bor. Varje träffpunkt har ett eget program med aktiviteter. Du som besökare är alltid välkommen att komma med nya förslag och idéer. Träffpunkterna bygger på frivilliga insatser från besökarna.



Scanna QR-koden för att komma till träffpunkternas programblad

Vi kommer att finnas på följande områden

Husensjö Park, Minnenas och kunskapens trädgård

I Husensjö Park har demensvänligt Helsingborg arbetat för att skapa en demensvänlig utemiljö. I ett unikt samarbete mellan Helsingborgs stad, Campus Helsingborg och invånare med demenssjukdom samt deras anhöriga tagit fram "Minnenas och kunskapens trädgård". Under H22 kommer projektgruppen att ha guidade turer för allmänheten.

Slottshagen

Omtanke Helsingborg – från ensamhet till gemenskap, är en samverkansprocess mellan Helsingborg stad, Socialförvaltningen, Region Skåne, allmänpsykiatri och primärvården i Helsingborg och Samordningsförbundet Helsingborg med målet att minska den ofrivilliga ensamheten i staden.

Fredriksdals museum och trädgård

Var med om en annorlunda modevisning med fokus på minnen, tidsanda och historia. Tillsammans med Modevetenskap vid Campus i Helsingborg presenterar Helsingborgs museum en unik modevisning med kläder från fyra olika årtionden, 1903, 1955, 1972 och 1999. Det blir en annorlunda catwalk där modellerna (bland annat några träffpunktsbesökare deltar) visar upp kläder.

Stadsparken

Stadsparken kallas också Krookska planteringen och är en av stadens mest folkkära park. Helsingborgs stadsbibliotek ligger i Stadsparken och flyttar ibland ut delar av sin verksamhet ut i parken. Där finns också en populär lekplats som också är tillgänglig för personer med funktionsnedsättning. Under H22 kommer stadsbiblioteket bjuda in till olika aktiviteter.

Anhörigstöd och träffpunkters program

Onsdag 1 juni

Husensjö Park klockan 13:30-16:00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter. Kontaktcenters rådgivare för personer med funktionsnedsättning finns med oss idag.

- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 13.30- 13.50
- Seniorshake klockan 14:00-14:20
- Guidad tur i Minnenas och kunskapens trädgård klockan 15.00- 15.30
- Balansera Mera promenad klockan 15:40- 16.00

Torsdag 2 juni

Husensjö Park klockan 13.30- 16.00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 13.30–13.50
- Seniorshake, klockan 14.00–14.20
- Guidad tur i Minnenas och kunskapens trädgård klockan 15.00–15.30
- Balansera Mera promenad klockan 15.40–16.00

Fredag 3 juni

Husensjö Park klockan 13.30–16.00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 13.30–13.50
- Seniorshake klockan 14.00–14.20
- Guidad tur i Minnenas och kunskapens trädgård klockan 15.00–15.30
- Balansera Mera promenad klockan 15.40–16.00

Tisdag 7 juni

Stadsparken klockan 10.00–15.00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter. Kontaktcenters rådgivare för personer med funktionsnedsättning finns med oss idag.

- Quiz, testa dina kunskaper om Helsingborg
- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 11.00–11.30 och 13.00–13.30



HELSINGBORG

- Surfcafé du som är nybörjare kan få hjälp med att ladda ner appar, sociala medier och enkla inställningar på din mobil/surfplatta klockan 11.00–12.00 och 13.30–14.30
- Samtala med oss ett sätt att träffa nya människor genom More than one story som är samtalskort, klockan 11.00–11.30 och 13.30–14.00

Onsdag 8 juni

Stadsparken klockan 10.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Quiz, testa dina kunskaper om Helsingborg
- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 11.00–11.30 och 13.00–13.30
- Surfcafé du som är nybörjare kan få hjälp med att ladda ner appar, sociala medier och enkla inställningar på din mobil/surfplatta klockan 11.00–12.00 och 13.30–14.30
- Samtala med oss ett sätt att träffa nya människor genom More than one story som är samtalskort, klockan 11.00–11.30 och 13.30–14.00

Torsdag 9 juni

Stadsparken klockan 10.00–15.00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Quiz, testa dina kunskaper om Helsingborg
- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 11.00–11.30 och 13.00–13.30
- Surfcafé du som är nybörjare kan få hjälp med att ladda ner appar, sociala medier och enkla inställningar på din mobil/surfplatta, klockan 11.00–12.00 och 13.30–14.30
- Samtala med oss ett sätt att träffa nya människor genom More than one story som är samtalskort, klockan 11.00–11.30 och 13.30–14.00

Söndag 12 juni

Modevisning med historia på catwalken.

Fredriksdals museer och trädgård klockan 11.00

Slottshagen, Grytan klockan 14.00

Onsdag 15 juni

Slottshagen klockan 09.00–19.00 .

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. . Kontaktcenters rådgivare för personer med funktionsnedsättning finns med oss idag.

- Samtala med oss ett sätt att träffa nya människor genom More than one story som är samtalskort, klockan 11.00–11.30, 13.30–14.00, 15.30–16.00 och 17.00- 17.30



HELSINGBORG

Torsdag 16 juni

Slottshagen klockan 10.00–15.00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 11.30–12.00 och 13.30–14.00
- Samtala med oss ett sätt att träffa nya människor genom More than one story som är samtalskort klockan 11.00–11.30 och 13.30–14.00

Fredag 17 juni

Slottshagen klockan 10.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Gympa, träna styrka med din kropp klockan 11.30–12.00 och 13.30–14.00
- Samtala med oss ett sätt att träffa nya människor genom More than one story som är samtalskort klockan 11.00–11.30 och 13.30–14.00

Måndag 20 juni

Stadsparken klockan 10.00–15.00.

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Quiz, testa dina kunskaper om Helsingborg
- Surfcafé du som är nybörjare kan få hjälp med att ladda ner appar, sociala medier och enkla inställningar på din mobil/surfplatta klockan 11.00–12.00 och 13.30–14.30

Onsdag 22 juni

Fredriksdal muséer och trädgårdar vid Herrgården klockan 13.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss.

Torsdag 23 juni

Fredriksdal muséer och trädgårdar vid stadskvarteren klockan 11.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss.

Måndag 27 juni

Fredriksdal muséer och trädgårdar vid stadskvarteren klockan 11.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss.

Tisdag 28 juni

Stadsparken klockan 10.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Quiz, testa dina kunskaper om Helsingborg
- Surfcafé du som är nybörjare kan få hjälp med att ladda ner appar, sociala medier och enkla inställningar på din mobil/surfplatta klockan 11.00–12.00 och 13.30–14.30

Onsdag 29 juni

Husensjö Park klockan 13.30- 16.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Seniorshake klockan 14.00–14.20
- Guidad tur i Minnenas och kunskapens trädgård klockan 15.00–15.30
- Balansera Mera promenad klockan 15.40–16.00

Torsdag 30 juni

Stadsparken klockan 10.00–15.00

Under dagen kan du träffa personal som arbetar med Anhörigstödet och personal som arbetar på träffpunkter i staden. Välkommen och prata med oss och du har möjlighet att prova på några träffpunktsaktiviteter.

- Quiz, testa dina kunskaper om Helsingborg
- Surfcafé du som är nybörjare kan få hjälp med att ladda ner appar, sociala medier och enkla inställningar på din mobil/surfplatta klockan 11.00–12.00 och 13.30–14.30

Vård- och omsorgsförvaltningen

Enheten för förebyggande arbete

[Vård och omsorg | Helsingborgs stad](#)



HELSINGBORG

Helsingborg kontaktcenter

Telefon: 042-10 50 00

E-post: kontaktcenter@helsingborg.se

Besök: Stortorget 17

Post: Helsingborg kontaktcenter
251 89 Helsingborg
helsingborg.se
[facebook.com/helsingborgsstad](https://www.facebook.com/helsingborgsstad)

Våra öppettider

Måndag–onsdag: 08.00–17.00

Torsdag: 08.00-18.00

Fredag: 08.00–17.00

Lördag och söndag: stängt