

# Detta händer på föreningen Balans Stockholm under våren 2023

## Balanscaféer på Hälsans Hus

Fjällgatan 23B, 1 tr upp Mellanrummet

24 april kl. 18 – 20

29 maj kl. 18 – 20

12 juni kl. 18 – 20

## Årsmöte

30 mars kl. 18 – ca 19, därefter

Balanscafé till kl. 20, då vi

uppmärksammar World Bipolar Day! Vi

ses i Föreningslokalen på Björkhagsplan,

T-bana Björkhagen

**Digitala Balanscaféer** via mötesappen Zoom (länk kommer i nyhetsbrev och läggs ut på hemsidan):

13 februari kl. 18 – 19:30 Tema: Möt två personliga ombud.

13 mars kl 18 – 19:30 Tema: Möt en anhängigkonsulent.

13 april kl 18 – 19:30 Tema: Om boendestöd och annat kommunalt stöd.

22 maj kl 18 – 19:30 Tema: Möt en Rehabkoordinator

**Föreläsningar** via mötesappen Zoom (länk kommer i nyhetsbrev och läggs ut på hemsidan):

6 februari kl. 18 – 19:30 Tema: Psykisk ohälsa och beroende – Jan Ström

3 april kl. 18 – 19:30 Tema: Diskriminering i arbetslivet – Sabina Hellborg, lektor i civilrätt vid Stockholms universitet

8 maj kl. 18 – 19:30 Tema: Depression, Daniel Urlander – Enhetschef avd. 53, Norra Stockholms Psykiatri.

14 juni Preliminärt, tema ej fastställt

## Promenader

Varje onsdag kl. 17

Ojämna veckor: Mötesplats Gärdet, uppgång Brantingsgatan/ Askrikegatan utanför spärrarna.

Jämna veckor: Mötesplats Mariatorget, uppgång Mariatorget utanför spärrarna.

## Samtalsgrupper

15 mars Start anhängiggrupp för föräldrar

5 april Start självhjälpgrupp, 31–65 år

12 april Start självhjälpgrupp, 18–30 år

## Utflykt

13 mars Gemensamt besök på Lijevalchs konstmuseums

# Detta händer på föreningen Balans Stockholm under våren 2023

vårsalong. Vi samlas kl. 13:30  
vid statyn utanför.  
Djurgårdsvägen 60.  
Föranmälan på  
[info@balansstockholm.se](mailto:info@balansstockholm.se)  
Inträdet är gratis.

6 maj      Cykelutflykt kl. 13

## Övriga aktiviteter

- 10 mars      Start Novellcafé, fredagen  
den 10 mars kl. 16  
Filmhusets café. Borgvägen  
1, T-bana Karlaplan.
- 22 mars      Start Yoga, varje vecka fem  
tillfällen på mötesappen  
Zoom, Kl. 17-18
- 17 januari    Start Skrivarkurs kl. 18-20.15,  
varje vecka vid åtta tillfällen.

Anmäl intresse till [info@balansstockholm.se](mailto:info@balansstockholm.se)  
och håll utkik på vår hemsida där vi lägger upp  
allt som är på gång.

---

## Välkommen!