

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 anhörigkonsulent.

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 Kl. 18- 19:30 Tema: Tidig diagnostik och behandling av bipolär sjukdom hos ungdomar: Stora regionala skillnader och ojämlik vård – Adrian Desai Boström, ST-läkare BUP-Stockholm och disputerad forskare vid Karolinska Institutet och Peter Andersson, psykolog och doktorand vid Karolinska Institutet.

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 anhöriggrupp för föräldrar

12 april Start självhjälpgrupp, 18–30 år

3 maj Start självhjälpgrupp, 31–65 år

Detta händer på föreningen Balans Stockholm under våren 2023

Utflykt

- 13 mars Gemensamt besök på Lijevalchs konstmuseums vårsalong. Vi samlas kl. 13:30 vid statyn utanför. Djurgårdsvägen 60. Inträdet är gratis.
- 28 april Kulturbesök med Balans på Moderna Muséet. Vi samlas utanför kl 18:10
- 6 maj Cykelutflykt kl. 13
- 6 juni Dagsutflykt på Nationaldagen

Föranmälan på info@balansstockholm.se

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 och håll utkik på vår hemsida där vi lägger upp allt som är på gång.

Välkommen!