

Vårkalender 2024

Mars

4 Föreläsning med Lina Martinsson "Braining – effekter och implementering av fysisk aktivitet som tilläggsbehandling i psykiatri."

5 Volontärträff på Zoom

11 Digital tematräff på Zoom – Om ekonomi med en Budget- och skuldrådgivare

11 Kulturträff – Gemensamt besök på Liljevalchs vårsalong

19 Start digital anhöriggrupp

20 Start fysisk självhjälpgrupp för dig som har diagnos

22 Bokcirkel

25 Balanscafé på Hälsans Hus

April

7 World Bipolar Day – halvdagsevent, kl. 13-16 på Fountainhouse

8 ÅRSMÖTE – Nytt datum

10 Start digital självhjälpgrupp

15 Föreläsning om bipolär sjukdom med Katrin "Bipolärdoktorn" Skogberg Wirén.

26 Bokcirkel

29 Balanscafé på Hälsans Hus

Maj

20 Digital föreläsning om suicidprevention med Ullakarin Nyberg

24 Bokcirkel

27 Balanscafé

Juni

3 Om graviditet och familjebildning med affektiv sjukdom

6 Nationaldagsutflykt med korvgrillning i Björkhagen

14 Bokcirkel

17 Balanscafé på Hälsans Hus

Promenader varje onsdag kl.

17, året om!

Frågor och anmälan skickas till info@balansstockholm.se