

HjärnPunktens studiecirklar och aktiviteter hösten 2020

Lokaländringar på grund av coronapandemin. Läs även informationen på sista sidan.
Anmälningar görs till hjarnpunkten@hjarnkraftgoteborg.se eller på telefon 031-24 32 34

MÅNDAGAR

Mindfulness med Catrin Björkman

Tid: 12 måndagar från den 14 sept, 17:00–18:30

Lokal: Röda Sten, våning U1, Dalheimers hus,
Slottsskogsgatan 12

Kostnad: 320 kr (290 för medlemmar i Hjärnkraft)



Konst med Melody Brzezinski

Tid: 12 måndagar från den 14 sept, 17:00–19:15

Lokal: ”Vävstugan”, våning U1, Dalheimers hus,
Slottsskogsgatan 12

Kostnad: 470 kr (430 för medlemmar i Hjärnkraft)



Schack med Sergej Stocker

Tid: 12 måndagar från den 14 sept, 17:00–18:30

Lokal: köket, våning U1, Dalheimers hus,
Slottsskogsgatan 12

Drop in. Ingen kostnad eller anmälan, men av utrymmesskäl måste ankomst meddelas till HjärnPunkten inför varje tillfälle.



Silversmide med Camilla Svensson

Tid: 12 måndagar från den 14 sept, 17:15–19:30

Lokal: Sockerbruket 27, 2 trappor, i Klippan (namnskylt: Özay Emert i entrén). 5-7 minuters promenad mot Klippan från hållplats Vagnhallen Majorna. Åker du bil är närmaste parkeringsplats Banehagsgatan (4977)

Kostnad: 470 kr (430 för medlemmar i Hjärnkraft)



FULLBOKAT!

TISDAGAR

Samtalsgrupp för 40-plusare med förvärvade hjärnskador. Samtalsledare: Susanne Magnusson.

Efter framgångarna med samtalsgruppen för unga har det inkommit önskemål om en ytterligare grupp, för de som har levt lite längre, och nu blir det av! Samtalsledaren Susanne Magnusson har erfarenhet av att coacha grupper genom sitt arbete som handledare på Klippankooperativen. Hon har även studerat pedagogik, neuropsykologi och arbetslivets rehabilitering.

Tid: 6 tisdagar från den 29 sept, 17:30-19:45

Lokal: Köket, våning U1, Dalheimers hus, Slottskogsgatan 12

Kostnad: 235 kr (210 för medlemmar i Hjärnkraft)



Hantverk & blomsterarrangemang med Eva-Lotta Helgesson

Tid: 3 tisdagar: 10 & 24 nov, samt 8 dec. 17:00–19:15

Lokal: Köket, våning U1, Dalheimers hus, Slottskogsgatan 12

Kostnad: 120 kr (110 kr för medlemmar i Hjärnkraft)



ONSDAGAR

Hjärntruppen (samtalsgrupp för unga) med Jo Fridmar

Tid: 10 onsdagar från den 16 sept, 18:00–21:00

Lokal: Köket, våning U1, Dalheimers hus, Slottskogsgatan 12

Kostnad: 290 kr (260 kr för medlemmar i Hjärnkraft)



Silversmide med Özay Emert

Tid: 12 onsdagar från den 16 sept, 17:15–19:30

Lokal: Sockerbruket 27, 2 trappor, i Klippan (namnskylt: Özay Emert i entrén). 5-7 minuters promenad mot Klippan från hållplats Vagnhallen Majorna. Åker du bil är närmaste parkeringsplats Banehagsgatan (4977)

Kostnad: 470 kr (430 för medlemmar i Hjärnkraft)

FULLBOKAT!



TORSDAGAR

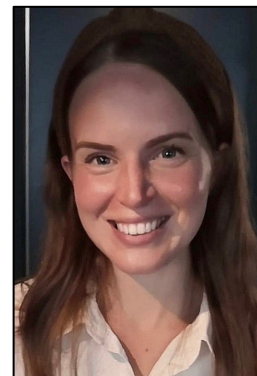
Yoga med Madelene Strängdal

Madelene är ny som ledare på HjärnPunkten. Hon kommer från Kiruna och har bott i Göteborg i tolv år. Förutom att undervisa i yoga har hon arbetat som skolkurator sedan sex år tillbaka. Hon är certifierad yogainstruktör.

Tid: 8 torsdagar från den 8 okt, 18:00–19:30

Lokal: ”Vävstugan”, våning U1, Dalheimers hus, Slottsskogsgatan 12

Kostnad: 210 kr (190 kr för medlemmar i Hjärnkraft)



Måla lätt med Jessica Roshem

4 torsdagar: 8 & 22 okt samt 5 & 19 nov, 17:00-19:15

Lokal: Mötesrum, våning U1, Dalheimers hus, Slottsskogsgatan 12

Kostnad: 110 kr (100 för medlemmar i Hjärnkraft)

Materialkostnad tillkommer



EXTERNA AKTIVITETER

Fotvård på Axelssons Gymnastiska Institut

Tid: fredag 16 okt.

5 platser kl 9:30, 5 platser kl 10:45

Plats: Odinsgatan 28

Kostnad: 160 kr (HjärnPunkten fakturerar)

FULLBOKAT!



Fler programpunkter kan tillkomma under hösten. Alla nyheter läggs ut på HjärnPunktens Facebook-sida, och förmedlas även via vår E-postlista. Hör av dig om du inte är med på listan och vill ansluta dig!

Hjärnkrafts övriga program i Göteborg

I tillägg till HjärnPunkten har Hjärnkraft en rad ytterligare aktiviteter under hösten, såsom café-träffar, biokvällar och utflykter.

Se separat program för ytterligare information.

E-post: info@hjärnkraftgoteborg.se

Telefon: 031–24 32 34



Dalheimers Hus, Slottsskogsgatan 12, Göteborg, vån 3
tel. 031-24 32 34 e-post hjarnpunkten@hjarnekraftgoteborg.se

VIKTIG INFORMATION OM HÖSTPROGRAMMET

På grund av den pågående pandemin har HjärnPunktens höstprogram en delvis annorlunda skepnad i år. Vi kommer inte få tillgång till Aktivitetcenter i Dalheimers hus och behöver därför flytta ett antal aktiviteter till andra lokaler – och i viss mån också till andra veckodagar än den sedvanliga måndagen. Bak- & Cafégruppen kan tyvärr inte hålla igång under hösten, Dator- & telefonhörnan utgår också, och den planerade informations- och välkomstkällen den 7 september ställs in. I övrigt kvarstår utbudet enligt tidigare planer.

Social distans är fortfarande viktigt. Därför måste antalet deltagare begränsas i förhållande till lokalernas storlek, och detta har i sin tur lett till att några cirklar och aktiviteter blev fullbokade redan då det preliminära programmet släpptes i juni. Vill du delta i en fullbokad cirkel eller aktivitet kan du höra av dig och stå som reserv ifall någon får förhinder.

Endast silversmidegrupperna flyttar ut från Dalheimers hus. Övriga cirklar kommer hålla till på våning U1, där Hjärnkraft och HjärnPunkten har sina kontor. På måndagar gäller det Mindfulnessgruppen, som kommer vara i lokalen Röda Sten, och Konstgruppen, som kommer vara i den före detta vävstugan. Även cirklar som träffas under andra veckodagar – samtalsgrupperna, Yoga, Blomsterarrangemang m.fl. – får utrymme i olika lokaler på våning U1 (exakt placering anges under varje enskild programpunkt).

På våning U1 finns också ett kök där vi fixar fika till deltagarna, och där kommer Sergejs Schackhörna att finnas under måndagarna. Åter igen är det dock ett begränsat antal personer som får vistas i köket samtidigt. Du som inte är med i någon cirkel och vill titta in mellan 17:00 och 19:30 – för att spela schack eller bara ta en fika – behöver därför anmäla din ankomst i förhand. Det kan du göra i kommentarsfältet på HjärnPunktens Facebooksida, där vi gör en blänkare inför varje måndagskväll. Alternativt ringer du 031-24 32 34 eller skickar ett mejl till hjarnpunkten@hjarnkraftgoteborg.se

Restaurang Fritz i Dalheimers hus kommer fortfarande att vara stängd för allmänheten på grund av Coronapandemin. Det går med andra ord inte att besöka restaurangen innan deltagande i HjärnPunktens aktiviteter.

Vi hoppas och tror på en bra höst trots alla förändringar och förhållningsregler. Tveka inte med att höra av dig ifall det är något du undrar över. Använd e-postadressen eller telefonnumret som anges ovan. Du är varmt välkommen till HjärnPunkten!

HjärnPunkten är en verksamhet inom Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft. Du behöver inte vara medlem för att ta del av HjärnPunktens utbud, men som medlem får du en rad förmåner såsom en bra olycksfallsförsäkring, läger och medlemsutflykter mm. Bli medlem och hitta mer info på förbundets hemsida hjarnkraft.se