

HjärnPunktens studiecirklar och aktiviteter våren 2021

På grund av covid-19 är alla uppgifter i programmet preliminära. Läs även informationen på sista sidan. Anmälningar görs till hjarnpunkten@hjarnkraftgoteborg.se / 031-24 32 34

MÅNDAGAR

Mindfulness med Catrin Björkman

10 måndagar från den 22 februari

Tid: 17:30–19:00. Cirkeln börjar online.

Flyttas till Röda Sten, våning U1, Dalheimers hus, Slottsskogsgatan 12, vid eventuella lättnader av coronarestriktionerna. Kostnad för 10 tillfällen: 270 kr (240 kr för medlemmar i Hjärnkraft).



Konst med Melody Brzezinski

Cirkeln startar vid eventuella lättnader av coronarestriktionerna. Tid: måndagar 17:00-19:15

Lokal: "Vävstugan", våning U1, Dalheimers hus, Slottsskogsgatan 12. Kostnad beror på antal träffar (40 kr per tillfälle – 36 kr för medlemmar i Hjärnkraft. Materialkostnad tillkommer).



Onlinefika med HjärnPunkten

Saknar du måndagsfiket med HjärnPunkten? Till dess att det åter blir möjligt att träffas finns nu möjligheten att säga hej online till gamla och nya HjärnPunkten-vänner. Tid: varje måndag kl. 17:00 från den 1 mars. Anmälan med e-post eller på HjärnPunktens Facebook-sida inför varje tillfälle. Uppgifter och instruktioner för att logga in kommer att ges. Ingen kostnad.

Vid eventuella lättnader av pandemirestriktionerna ses vi igen på våning U1 i Dalheimers hus, Slottsskogsgatan 12, för fika, schackspel och trevliga samtal.



Silversmide med Camilla Svensson

Cirkeln startar vid eventuella lättnader av coronarestriktionerna. Tid: måndagar 17:15-19:30

Antal träffar: ej bestämt.

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 beror på antal träffar (40 kr per tillfälle – 36 kr för medlemmar i Hjärnkraft. Materialkostnader tillkommer).

FULLBOKAT!



TISDAGAR

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

8 tisdagar från den 23 februari. Tid 17:30-19:45.

Cirkeln börjar online. Flyttas till Röda Sten, våning U1, Dalheimers hus, Slottskogsgatan 12, vid eventuella lättnader av coronarestriktionerna.

Kostnad för 8 tillfällen: 315 kr (280 kr för medlemmar)



ONSDAGAR

Hjärntruppen (samtalsgrupp för unga) med Josephine Billred

6 onsdagar från den 24 februari. Kan förlängas med ytterligare träffar. Tid 18:00-20:15.

Cirkeln börjar online. Flyttas till Röda Sten, våning U1, Dalheimers hus, Slottskogsgatan 12, vid eventuella lättnader av coronarestriktionerna. Kostnad: 180 kr (160 kr för medlemmar i Hjärnkraft).



Silversmide med Özay Emert

Cirkeln startar vid eventuella lättnader av coronarestriktionerna. Tid: onsdagar 17:15-19:30

Antal träffar: ej bestämt.

Lokal och kostnad: se ovan: Silversmide med Camilla Svensson.

FULLBOKAT!



TORSDAGAR

Yoga med Madelene Strängdal

8 torsdagar från den 4 februari.

Ytterligare träffar kan tillkomma under våren.

Tid: 17:30–19:00. Cirkeln börjar online.

Flyttas till Hultbergssalen, Dalheimers hus,
Slottskogsgatan 12, vid eventuella lättnader av
coronarestriktionerna. Kostnad för 8 tillfällen:
210 kr (190 kr för medlemmar i Hjärnkraft).



EXTERNA AKTIVITETER

Fotvård på Axelssons Gymnastiska Institut

Tid: tisdag 6 april. 12 platser fördelade på tiderna

13:15, 14:30 och 15:45. Plats: Odinsgatan 28.

Kostnad: 200 kr (160 kr för medlemmar i Hjärnkraft).

Betalas inte på plats – HjärnPunkten fakturerar.

Fler programpunkter kan tillkomma under våren.

Alla nyheter läggs ut på HjärnPunktens Facebook-
sida, och förmedlas även via vår E-postlista.

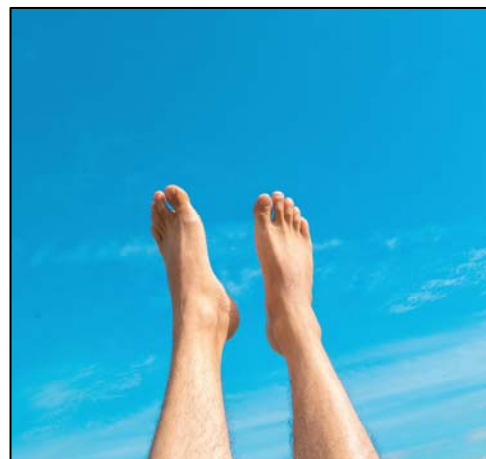
Hör av dig om du inte är med på listan och vill
ansluta dig!

Hjärnkrafts övriga program i Göteborg

I tillägg till HjärnPunkten har Hjärnkraft en rad
ytterligare aktiviteter under våren, såsom boule,
utomhusfika och biokvällar.

Se separat program för ytterligare information.

E-post: info@hjernkraftgoteborg.se



Några ord från verksamhetsledaren

Återigen har vi en termin framför oss när inget är som vanligt. Nya prognoser och spådomar om pandemins utveckling kommer så gott som dagligen. Osäkerheten är stor och i det läget är det förstås meckigt att göra ett program; det kan inte bli annat än preliminärt och fullt av förbehåll.

Några saker kan vi emellertid känna oss säkra på: onlineträffar kan ingen pandemi i världen förhindra, och i väntan på bättre tider har fyra av våra studiecirklar blivit digitala. I skrivande stund har yogan redan börjat och de tre övriga kör igång bara några dagar efter det här programmets slutförande. Närmare bestämt handlar det om Mindfulnessgruppen, Samtalsgruppen för 40-plussare och Hjärntruppen (samtalsgrupp för unga).

Får du det här programmet i din hand och ser att en cirkel du vill vara med i redan har börjat, då ska du inte tveka med att höra av dig! Med tanke på omständigheterna har vi lagt upp det så att man kan haka på under kursens gång. Du kommer att känna dig välkommen, och är du osäker ifråga om den digitala tekniken ger vi dig all den hjälp vi kan.

Skulle det under våren bli möjligt att arrangera fysiska träffar på ett ansvarsfullt sätt kommer nämnda kurser att flytta in i lokaler i Dalheimers hus. Även då blir det möjligt att haka på, ifall du har bestämt dig för att digitala träffar inte är något för dig.

Mer svårlöst är det för Konstgruppen och Silversmidet. Dessa kurser är praktiska på ett sätt som gör det svårt att arrangera dem i digital form, så för deras del är det bara att vänta och hålla tummarna för att fysiska träffar ska bli möjliga senare i vår. Går det vägen finns det rum för konstnärerna i Dalheimers hus och för silversmederna i kursledaren Özay Emerts verkstad i Klippan.

Så fort det finns ny information som rör programmet kommer det att läggas ut på HjärnPunktens Facebooksida och Instagramkontot, som helt enkelt heter hjärnpunkten. Anslut gärna om du inte redan har gjort det. Och är du inte med på vår E-postlista kan du mejla hjarnpunkten@hjarnkraftgoteborg.se och be att bli tillagd. Som ansluten till listan får du alla våra nyhetsbrev och annan viktig information.

Ta hand om varandra där ute, men ta varandra inte i hand. Jag hoppas vi hörs och ses under våren.

– Ove Haugen. Verksamhetsledare

HjärnPunkten är en verksamhet inom Hjärnskedeförbundet 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