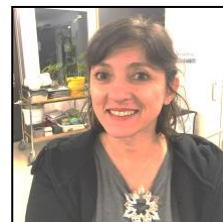


Anmälan görs till hjarnpunkten@hjarnkraftgoteborg.se eller på telefon 031-24 32 34

Silversmide med Özay Emert och Camilla Svensson

11 måndagar 17:30-19:45 med start den 8 september. Kursen anpassas till deltagarnas individuella kunskapsnivå och passar både nybörjare och mer erfarna. Avgift: 495 kr för medlemmar i Hjärnkraft, 550 kr för övriga.



Özay Emert

Konstgruppen med Hjördis Stenman

11 måndagar 17:30-19:45 med start den 8 september. Ambitionen är att väcka inspiration och ge verktyg till både nya och mer erfarna målare. Deltagarna får möjlighet till handledning med färg och vattenflöde i akvarell och akryl. Avgift: 495 kr för medlemmar i Hjärnkraft, 550 kr för övriga.



Camilla Svensson

Mindfulness med Fannie Runneberger

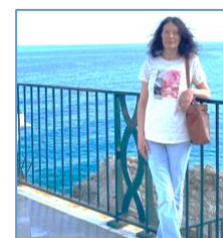
10 måndagar 17:30-19:30 med start den 8 september. Vi lär oss fokusera på nuet och minska stress, ångest, oro och smärta. För dig med en förvärvad hjärnskada och/eller med hjärntrötthet från utmattning. Avgift: 400 kr för medlemmar i Hjärnkraft, 450 för övriga.



Fannie Runneberger

Yoga med Hanna Misurak

8 torsdagar 18:30-20:00 med start den 18 september. Inför höstens yoga-klasser kan du förvänta dig mjuka, lugna sekvenser där vi stärker den inre muskulaturen, mjukar upp kroppen och fokuserar på andetag. Vi anpassar oss efter den egna kroppen och alla är välkomna att delta precis som de är! Avgift: 240 kr för medlemmar i Hjärnkraft, 300 kr för övriga.



Hjördis Stenman

I tillägg till ovan nämnda kurser planerar vi för en samtalsgrupp för anhöriga och ett återupptagande av samtalsgruppen för unga vuxna (datum för dessa meddelas senare). Drop in-fikat på måndagskvällar med tillhörande schackhörna, samt dator- och telefonhörna, fortsätter som vanligt fr.o.m. 8 september. Likaså kommer onlinefikat, stylingen på Burgårdsgymnasiet och fotvården på Axelsons gymnastiska institut att fortsätta. Mer info och datum för detta kommer i programmet som skickas ut i augusti.

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