NYHETSBREV NOVEMBER-DECEMBER 2026
HJÄRNKRAFT STOCKHOLMS LÄN

Det här brevet gäller för nov-dec 2026.
Kontaktuppgifter och kalendarium hittar du på sida 2



ÖPPET HUS ONSDAGAR KL. 12-16
På onsdagar är ni välkomna på Öppet Hus. Umgås, fika, prata och spela spel.
Ingen anmälan, kom och gå som du vill.
Kostnad: 20 kr för fika
Färdtjänstadress: Nybohovsgränd 16

UNG VUXEN MUSIKQUIZ (18-35 år)
MÅNDAG 9 NOVEMBER KL. 17-19
Vi ses på kansliet i Liljeholmen och kör musikquiz tillsammans. Hjärnkraft bjuder på varmkorv med tillbehör.
När: måndag 9 november kl. 17-19
Adress: Nybohovsgränd 16
Anmälan: Senast måndag 2 november till kansliet.

CIRKEL: HANDARBETA TILLSAMMANS
3 TISDAGAR, START 10 NOV KL. 14-16
Vill du sticka, virka, brodera eller lappa och laga kläder? Ta med dig ditt handarbete till oss så hjälps vi åt! Fika finns för den som är sugen.
När: tisdag 10, 17 och 24 nov kl.14-16
Adress: Nybohovsgränd 16
Kostnad: 20 kr för fika
Anmälan: senast tisdag 3/11 till kansliet

DIGITAL ANHÖRIGTRÄFF
TISDAG 17 NOVEMBER KL. 18-20
Om att leva vidare när inget blev som det var tänkt. Linn Wågberg håller i träffen.
Tid: tisdag 17 november kl. 18-20
Plats: digitala plattformen Teams
Anmälan: Senast 10/11 till kansliet

JULPYSSEL
TISDAG 1 DECEMBER KL. 14-16
Vi ses på kansliet och julpysslar tillsammans, fika finns för den som är sugen.
När: tisdag 1 december kl. 14-16
Adress: Nybohovsgränd 16
Kostnad: 20 kr för fika
Anmälan: Senast tis 24/11 till kansliet.

UNG VUXEN JULAVSLUTNING
MÅNDAG 7 DECEMBER KL. 17-19
Vi ses på kansliet och sjunger jullåtar tillsammans, Hjärnkraft bjuder på risgrynsgröt och skinkmacka.
När: måndag 7 december kl. 17-19
Adress: Nybohovsgränd 16 i Liljeholmen
Anmälan: senast 1 december till kansliet

FILMVISNING
8 DECEMBER KL. 14-16
Vi ses på kansliet och tittar på den klassiska julfilmen
”Grinchen -julen är stulen”
När: tisdag 8/12 kl. 14-16
Adress: Nybohovsgränd 16
Anmälan: senast tisdag 1/12
Kostnad: 20 kr för fika

KARAOKE -JULTEMA
TISDAG 15 DECEMBER KL. 14-16
Vi ses på kansliet och sjunger jullåtar tillsammans Hjärnkraft bjuder på julfika.
När: tisdag 15 december kl. 14-16
Adess: Nybohovsgränd 16
Anmälan: senast tis 8 december till kansliet

ÅRETS SISTA ÖPPET HUS ÄR DEN 16 DECEMBER KL.12-16

GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR ÖNSKAR VI PÅ HJÄRNKRAFT STOCKHOLMS LÄN!

NOVEMBER 2026	
Ons 4/11 12-16	**ÖPPET HUS**
Tor 5/11 10.30-11.30	**LIV – lugnt inre välmående** Digital cirkel
Mån 9/11 17-19	**UNG VUXEN MUSIKQUIZ** Sista anmälan mån 2/11
Tis 10/11 14-16	**CIRKEL: HANDARBETE** Sista anmälan 3/11
Ons 11/11 12-16	**ÖPPET HUS**
Tor 12/11 10.30-11.30	**LIV – lugnt inre välmående** Digital cirkel
Tis 17/11 14-16	**CIRKEL: HANDARBETE** Sista anmälan 10/11
Tis 17/11 18-20	**DIGITAL ANHÖRIGTRÄFF** Sista anmälan 10/11
Ons. 18/11 12-16	**ÖPPET HUS**
Tor. 19/11 10.30-11.30	**LIV – lugnt inre välmående** Digital cirkel
Tis. 24/11 14-16	**CIRKEL HANDARBETE** Sista anmälan 10/11
Ons. 25/11 12-16	**ÖPPET HUS**
Tor. 26/11 10.30-11.30	**LIV – lugnt inre välmående** Digital cirkel

DECEMBER 2026	
Tis 1/12 14-16	**JULPYSSEL** Sista anmälan 24/11
Ons 2/12 12-16	**ÖPPET HUS**
Tor 3/12 10.30-11.30	**LIV – lugnt inre välmående** Digital cirkel
Mån 7/12 17-19	**UNG VUXEN JULAVSLUTNING** Sista anmälan 30/11
Tis 8/12 14-16	**JULFILM - GRINCHEN** Sista anmälan 1/12
Ons 9/12 12-16	**ÖPPET HUS**
Tis 15/12 14-16	**KARAOKE & FIKA JULTEMA** Sista anmälan 8/12
Ons 16/12 12-16	**ÅRETS SISTA ÖPPET HUS**

KONTAKTUPPGIFTER

Besöksadress: Nybohovsgränd 16, Liljeholmen
E-post: stockholm@hjarnkraft.se
Telefon: 08-447 45 31 eller 076-036 51 74
Telefontid: måndag-onsdag, kl. 10-14
Hemsida: https://hjarnkraft.se/stockholm/

Hitta oss på Facebook:
www.facebook.com/hjarnkraftstockholmslan

Hitta oss på Instagram:
www.instagram.com/hjarnkraft_sthlm

INFORMATION FRÅN KANSLIET

Behöver du ledsagning för att delta i aktiviteterna ordnar deltagarna det själva. Det gäller även Öppet hus och ung vuxen träffar. Vid utflykter och stadsvandringar etc. behöver du kunna ta dig fram i promenadtempo för att ha glädje av aktiviteten. **Vid färre än fem anmälda deltagare ställer vi in aktiviteten. Vi meddelar anmälda personligen om vi behöver ställa in.**

Hjärnskadeförbundet HJÄRNKRAFT Stockholms län