

# Välkommen till Föreningen Balans Samtals och kursgrupp i Kristinehamn!

Vi träffas på Studieförbundet Vuxenskolan i Kristinehamn  
varannan tisdag kl 16.45-19.00

Ibland får vi gäster som pratar om olika ämnen och ibland har vi  
samtalsgrupp utan gäster. Möjligheter att dela upp oss i grupper finns vid  
fikastunden, t.ex en egen grupp för anhöriga. Du kan anmäla dig även efter  
första träffen om det finns plats kvar.

## Program:

Tisdagen 5 februari - Michaela Minolla Hansen om sömn

Tisdagen 19 februari – utställning om känslor

Tisdagen 5 mars – Årsmöte och idékväll med början kl 17.30!

Tisdagen 19 mars - samtalsträff

Tisdagen 2 april - Stina Ståhl och Mattias Malmberg om ätstörningar

Tisdagen 16 april - samtalsträff

Tisdagen 14 maj – gäst om depression eller film om tvång

Tisdagen 28 maj – Maria Unenge om psykosor

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsgatan 28  
(ingång gamla posten), Kristinehamn.



*För anhöriga och dig som har upplevt  
depression, mani eller växlande perioder*

För anmälan och frågor  
kontakta mig på mail  
monica\_anders68@hotmail.com



**Studieförbundet  
Vuxenskolan**



*För anhöriga och dig som har upplevt  
depression, mani eller växlande perioder*

## **UTSTÄLLNING OM KÄNSLOR!**



**Tisdagen den 19 februari kl 17-19  
kommer Föreningen Balans ha en liten utställning.**

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan i Kristinehamn.

Kungsgatan 28

(Ingång gamla posten, bredvid polisstationen.)

Mer information:

Monica Andersson

[monica\\_anders68@hotmail.com](mailto:monica_anders68@hotmail.com)

**VÄLKOMMEN IN!**



# Välkommen till ÅRSMÖTE!



Tisdagen den 5 mars  
har föreningen Balans Värmland  
Årsmöte

Vi träffas på **KRISTINEHAMN CONFERENCE CENTER (KCC)**  
(fd Folkets Hus) Västerlånggatan 21 i Kristinehamn  
i lokalen Sibberön  
kl 17.30

Efter sedvanliga mötespunkter bjuder föreningen  
på fika.

Vi vill ha dina idéer och synpunkter inför det fortsatta året!  
Om du vill vara med i vår styrelse så kontakta oss gärna i förväg!

Föreningen Balans i Värmland verkar för personer med bipolär sjukdom, depression, utmattningssyndrom, dystymi och anhöriga.

**Anmälan till ordförande Lill Iwersen**  
sms: 0764091885  
eller Monica Andersson  
monica\_anders68@hotmail.com

# Välkommen till Föreningen Balans



## GRILLTRÄFF!



Lördag 15 juni  
avslutar vi våra kurser och grupper  
med en grillträff i Lundsberg  
hos familjen Andersson!  
monica\_anders68@hotmail.com

Vi försöker samåka så gott det går.  
Det blir knytkalas på Hållinges altan!  
Vid regn sitter vi inne och myser.  
Tipspromenad ordnas av lektanten!  
Medtag badkläder eller regnkläder beroende på väder!



Klockslag ca kl 13-19 ungefär.



