

Sommarschema Steg för Steg 2022. Cirklarna pågår 27 juni - 5 augusti

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
10.00-11.00 Promenadprat Kungsholmen	09.30-12.30 Stickning Sticket, plan 3	Promenadprat 10-11 Kungsholmen	10.00-12.15 Nutidsorientering Konferensrummet, plan 1	
	10.00-11.00 Promenadprat Kungsholmen	10.00-12.15 Data 1 Datasalen, plan 2	10.00-12.15 Data 2 Datasalen, plan 2	
Sommarcafé 10-14	Sommarcafé 10-14	Sommarcafé 10-14	Sommarcafé 10-14	Sommarcafé 10-14
	12.30-15.00 Fågelskådning Stockholm	10.30-13.00 Vedic Art - Konst Studierummet, plan 2	12.45-15.00 Mobilcirkel Datasalen, plan 2	
			13.00-16.00 Kultur på Stan Stockholm	



Arbete, studier och sysselsättning för personer med schizofreni och liknande psykoser

Studiecirkelarna hålls i samarbete med



Mobilcirkel Vi lär oss använda våra egna mobiltelefoner och även lite tillhörande data.



Stickning/Broderi Du lär dig grunderna i broderikonsten och får prova på varierande stygn och olika kvaliteter. De senaste årens forskning har visat att de små rörelserna vi gör med händerna i kombination med ögonen och något material utsöndrar "må-bra-hormoner" i hjärnan. Vill du hellre sticka så har vi mängder av inspirerande mönster.



Fågelskådning Vi varvar teori med praktik, lektioner och utflykter till områden med fåglar som t ex Djurgården.



Datacirkel 1 & 2 Vi lär oss data på olika nivåer och att använda sociala medier.



Kultur på Stan Vi går/åker till intressanta platser i Stockholm och lär oss mer om vår stad.



Promenadprat Vi utgår från Steg för Steg där vi tillsammans bestämmer vart vi skall gå.



Nutidsorientering Samtalsgrupp för pratsugna. Vi diskuterar aktuella samhällsföreteelser, gärna positiva. Vi kommer att prata om böcker, lyssna på intressant Poddradio och ta upp ämnen som intresserar gruppmedlemmarna.



Steg för Steg Sommarcafé (kostnadsfritt, inget krav på biståndsbeslut) öppet måndagar och fredagar mellan kl. 10 och 14. **Vi bjuder på något att äta!** Det anordnas även olika aktiviteter som sällskapsspel, promenader med mera.



Vedic Art Vedic art bygger på gamla vediska kunskaper. Den vediska kulturen blomstrade för flera tusen år sen och efterlämnade mängder av skrifter och kunskaper om konst, etik, filosofi, politik och matlagning. Vedic Art är ett redskap som hjälper oss att utforska vårt kreativa uttryck, bortom regler eller bedömningar om rätt eller fel. Ledord är kravlöshet, lekfullhet och lustfylld!