



KALENDARIUM januari–juni 2025

JANUARI

Söndag 26 Moderna muséet, kl 13–16

Torsdag 30 Träffpunkt Mitt-i-livet, kl 17–19

FEBRUARI

Måndag 10 Världsepilepsidagen! Vi håller öppet hus med semlor, kl 17–19

Fredag 14 Alla hjärtans dag med fika och brädspel.
Hop & Vine, Sveav. 14, kl 17–20

Torsdag 20 Träffpunkt Thelins, kl 17–19

Måndag 24 Preliminärt datum för föreläsning om att vara anhängig, kl 18–20

Onsdag 26 Yogakursen startar, kl 18–19.45

Torsdag 27 Träffpunkt Mitt-i-livet, kl 17–19

Fredag 28 Kören "82.ans sångfåglar" startar för terminen

MARS

Söndag 9 Aktivitet för alla åldrar. Bowling. Mer info kommer!

Onsdag 12 Seniorträff i ÅttiotvåAn, kl 11.30–13.30

Tisdag 18 Årsmöte. Kallelse i detta utskick

Torsdag 20 Träffpunkt Thelins, kl 17–19

Torsdag 27 Träffpunkt Mitt-i-livet, kl 17–19

Måndag 31 Preliminärt datum för föreläsning om rättigheter och stöd.

APRIL

Onsdag 2 Föreläsning på Stadsmuseet: Det ockulta Stockholm, kl 18–19.15

Söndag 13 Påskmingel och pyssel, kl 13–15.30

Torsdag 17 Träffpunkt Thelins, kl 17–19

Torsdag 24 Träffpunkt Mitt-i-livet, kl 17–19

Lördag 26 Kulturnatten, kl 18–21. Mer info kommer senare!

MAJ

Måndag 12 Öppet hus för nya medlemmar, kl 18–19.30

Torsdag 15 Träffpunkt Thelins, kl 17–19

Söndag 18 Stadsvandring Riddarholmen

Torsdag 29 Träffpunkt Mitt-i-livet, kl 17–19

Lördag 31 Aktivitet för alla åldrar. Stora Skuggans 4H-gård, kl 13–15.30

JUNI

Fredag 6 Kungliga Operan i Hagaparken

Onsdag 11 Seniorträff, kl 11.30–13.30

Lör–sön 14–15 Familjeläger på Parken Zoo i Eskilstuna.
Mer info kommer!

Torsdag 19 Träffpunkt Thelins, kl 17–19

Fredag 20 Midsommar. Mer info kommer!

Torsdag 26 Träffpunkt Mitt-i-livet, kl 17–19

☞ Anmälan sker till kansliet. Du är välkommen att anmäla dig även om en kurs har börjat!
Telefon **08-650 81 50** eller mejl **info@epistockholm.se**.

KALLELSE TILL ÅRSMÖTE FÖR EPILEPSIFÖRENINGEN I STOR-STOCKHOLM 2025

När: Tisdag 18 mars, kl 18–19.30. Fika serveras kl 17–18.

Anmälan: Senast 13 mars till kansliet, info@epistockholm.se eller 08-650 81 50

Årsmöteshandlingarna skickas till dig efter anmälan. Du är naturligtvis välkommen att beställa handlingarna även om du inte kan vara med på årsmötet.

Preliminärt förslag till dagordning

1. Årsmötets öppnande samt fastställande av dagordning
2. Fråga om årsmötets behöriga utlysande
3. Val av presidium för mötet
 - a. ordförande
 - b. sekreterare
 - c. två justerare tillika rösträknare
4. Styrelsens verksamhetsberättelse
5. Resultat- och balansräkningen
6. Beslut med anledning av verksamhetsårets resultat
7. Revisionsberättelsen
8. Beslut om ansvarsfrihet
9. Förslag till övergripande verksamhetsplan 2025–2027
10. Förslag till budget
11. Behandling av inkomna motioner
12. Val av styrelse för kommande verksamhetsår
 - a. styrelseledamöter
 - b. styrelsesuppleanter
13. Val av
 - a. revisionsbyrå/auktoriserad revisor
 - b. föreningsrevisor
 - c. revisorssuppleant
14. Val av valberedning, två varav en sammankallande
15. Övriga val
16. Övriga anmälda ärenden som årsmötet har att hantera
17. Årsmötets avslutande

Motioner till årsmötet

Har du förslag på hur föreningen ska agera och arbeta? Nya verksamheter?

Skriv en motion om detta till årsmötet! Skriv ner din idé och skicka den på ett papper eller mejla.

Det är ett bra sätt att bidra till utveckling av föreningens verksamhet.

Motioner ska vara kansliet tillhanda senast 31 januari 2025.

Välkommen!

FÖRENINGENS MEDLEMSTRÄFFAR

Träffpunkt Thelins – mest för dig som är upp till 40 år

Träffpunkt för ungdomar och unga vuxna, oftast tredje torsdagen i månaden. Håll koll på hemsidan där detta kommer att uppdateras, eller kontakta kansliet vid frågor.

Mötesvärd: Malin Thor, 070-496 08 73, och Emily Thorburn, 073-600 03 22

När: Oftast tredje torsdagen i månaden, kl 17–19

Plats: Thelins, Sankt Eriksgatan 43, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: Gratis för medlemmar

Anmälan: Ingen förhandsanmälan

VILL DU HA FLER AKTIVITETER MED UNGDOMARNA OCH UNGA VUXNA?

Välkommen med förslag! Styrelsen har beslutat att slå ihop Ungdomsgruppen och Unga vuxna, gruppen kommer att byta namn till Träffpunkt Thelins. Aktiviteterna läggs efter hand ut på föreningens hemsida: www.epistockholm.se. Så gå in på hemsidan och titta, eller ring till Malin Thor, 070-496 08 73, eller Emily Thorburn, 073-600 03 22.

Träffpunkt Mitt-i-livet – för dig mellan 40–65 år

Umgås en stund i andra medlemmars sällskap. Föreningen bjuder på lättare förtäring.

När: Oftast sista torsdagen i månaden, kl 17–19

Plats: ÅttiotvåAn, S:t Göransgatan 82 A, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: Gratis för medlemmar

Anmälan: OBS: Dessa träffar behöver du föränmäla dig till, ej drop-in, till kansliet senast tre dagar innan träffen, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Seniorträff – för dig över 65 år

Vi vill öka möjligheterna för dig som är 65 år och äldre och lever med epilepsi att träffa jämnåriga inom föreningen. Föreningen bjuder på lättare förtäring.

När: 12 mars och 11 juni, kl 11.30–13.30. Info om fler datum under år 2025 kommer senare!

Plats: ÅttiotvåAn, S:t Göransgatan 82 A, T-Fridhemsplan

Kostnad: Gratis för medlemmar och seniorer som vill hälsa på

Anmälan: Till kansliet senast 10 mars och 9 juni, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Familjeträff

En träffpunkt för hela familjen. Mer info om datum och aktivitet kommer!

Världsepilepsidagen och öppet hus med semlor

Vi bjuder in till öppet hus med semlor för att samlas på världsepilepsidagen!

När: Måndag 10 februari, kl 17.30–19.30

Plats: ÅttiotvåAn, S:t Göransgatan 82 A, T-bana Fridhemspla

Kostnad: Gratis för medlemmar

Anmälan: Till kansliet senast 3 februari, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Fika för nya medlemmar

Välkommen till en träff för nyblivna medlemmar, där du har chansen att presentera dig och träffa några av oss. Vi berättar om föreningens verksamhet och alla de frågor vi arbetar med. Vi bjuder på fika.

När: Måndag 12 maj, kl 18–19.30

Plats: ÅttiotvåAn, S:t Göransgatan 82 A, T-bana Fridhemsplan

Anmälan: Till kansliet senast måndag 5 maj, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

AKTIVITETER FÖR ALLA ÅLDRAR

Moderna Museet

Häng med oss till Moderna Museet och njut av konst av bland annat 1900-talets och 2000-talets viktigaste konstnärer!

Tid: Söndag 26 januari kl 13.00

Plats: Moderna museet, Exercisplan 4, Skeppsholmen. Buss 65 går till Moderna Museet. Det går även att promenera från Kungsträdgården. Vi samlas vid ingången!

Anmälan: Till kansliet senast 20 januari, 08-650 81 50 eller info@epistockholm.se

Alla hjärtans dag med fika och brädspel

Välkommen att fika, prata och spela brädspel! Tillsammans har vi en trevlig alla hjärtans dag. (Obs – detta är en aktivitet för vuxna medlemmar.)

Tid: Fredag 14 februari kl 17.00–20

Plats: Hop & Vine, Sveavägen 14

Anmälan: Till kansliet senast 10 februari, 08-650 81 50 eller info@epistockholm.se

Bowling

Kom och bowla med oss!

Tid: Söndag 9 mars kl 13.00

Plats: Mer info kommer!

Anmälan: Till kansliet senast 3 mars, 08-650 81 50 eller info@epistockholm.se

Föreläsning: Det ockulta Stockholm

Hör Per Faxneld berätta om seanser och allmänt mystisk verksamhet bland diskreta sällskap runt år 1900.

När: 2 april kl 18–19.15

Plats: Stadsmuseet

Kostnad: Gratis för alla

Anmälan: Till kansliet senast 24 mars, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Påskpyssel

Välkommen att påskpyssla med oss. Vi dukar upp med pysselmaterial och fika och hoppas att fantasin ska flöda!

När: Söndag 13 april, kl 13–15

Plats: ÅttiotvåAn, S:t Göransgatan 82 A, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: Gratis för medlemmar

Anmälan: Till kansliet senast 7 april, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Kulturnatt vid Kungliga Operan

När: Lördag 26 april, kl 18–20

Plats: Mer info kommer!

Kostnad: Gratis för alla

Anmälan: Till kansliet senast 22 april, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Stadsvandring: Riddarholmen

Följ med på en vandring på en sällan besökt ö mitt i Stockholm. En plats där tiden tycks ha stått stilla; Riddarholmen. Efter vandringen fikar vi tillsammans.

När: Söndag 18 maj, kl 13

Plats: Samling på Riddarholmssidan av bron från Riddarhustorget kl 13.00. T-bana till Gamla stan, utgång mot vattnet. Alternativt ta buss 3 som stannar på Riddarhustorget.

Mötesvärd: Eliane på Stockholmspromenader

Kostnad: Gratis för medlemmar, övriga 100 kr

Anmälan: Till kansliet senast 13 maj, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Aktivitet för alla åldrar: Stora skuggans 4H-gård

Häng med oss till Stora Skuggans 4H-gård som ligger på Norra Djurgården. Vi kommer att titta på djuren samt fika vid deras café.

När: Lördag 31 maj kl 13–15.30

Plats: Stora Skuggans väg 40, Norra Djurgården

Kostnad: Gratis för alla

Anmälan: Till kansliet senast 22 maj, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Nationaldagen: Kungliga Operan i Hagaparken

Fira in nationaldagen med en storslagen musikalisk fest i Hagaparkens försommargrönka! Kungliga Operan bjuder, tillsammans med Solna stad och Kungliga Hovstaterna, in till traditionsenligt nationaldagsfirande 6 juni.

När: Fredag 6 juni, kl 13–16

Plats: Hagaparken, Koppartälten

Anmälan: Till kansliet senast 2 juni, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Midsommar med föreningen – mer information kommer!

När: Fredag 20 juni, kl 13–15.30

Anmälan: Till kansliet senast 11 juni, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

TITTA PÅ HEMSIDAN!

Ibland tillkommer aktiviteter och förändringar i kalendarier och detta uppdaterar vi alltid på vår hemsida: www.epistockholm.se

KURSER VÅREN 2025

Kom i balans med Hatha Yoga

Hatha Yoga är en klassisk lugn yoga som skonsamt hjälper oss att hitta balans i kropp och sinne. Våra sinnen och kroppar är ofta stressade och vi har egentligen få erfarenheter av verklig djup avslappning. När vi är stressade förändras även andningen och blir mer ytlig och snabb. Kursen genomförs i samarbete med Psoriasisföreningen i Stockholms län.

Kursledare: Mikael Söderström, yogainstruktör

När: Onsdagar, 10 ggr. Start 26 februari, kl 18–19.45

Plats: S:t Göransgatan 82A, ÅttiotvåAn, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: 500 kronor för medlemmar, 1 800 kronor för icke medlemmar. Sätt in kursavgiften på föreningens bankgiro: 5667–4344 innan kursstart.

Anmälan: Till kansliet senast 30 januari, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Först till kvarn gäller. Anmälan är bindande.

82:ans sångfåglar

Tillsammans med musikern och musikterapeuten Rebecca Tilles möts vi i glädje och sjunger av hjärtans lust. Denna kör handlar till stor del om meningsfullhet och sammanhang, men även om att utvecklas i sitt sjungande och självkänsla. Den personliga utvecklingen är en central del. Det kan handla om att förmedla känslor, sångteknik, stämmor och låtskrivande. Kören söker fler sångfåglar med olika grader av erfarenhet. Inga förkunskaper krävs för att delta i denna kör. Det viktigaste är att du finner meningsfullhet i musik. Om du känner att du vill komma och prova på så kan du göra detta kostnadsfritt.

Kursledare: Rebecca Tilles, musikterapeut

När: Fredagar, 10 ggr. Start 28 februari, kl 15–16.30

Plats: S:t Göransgatan 82A, ÅttiotvåAn, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: 500 kronor för medlemmar, 1 800 kronor för icke medlemmar. Sätt in kursavgiften på föreningens bankgiro: 5667–4344 innan kursstart.

Anmälan: Till kansliet senast 24 februari, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Först till kvarn gäller!

FÖRELÄSNINGAR

Föreläsning: Att vara anhörig

Mona Pihl från Nationellt kompetenscentrum för anhöriga kommer för att föreläsa om vad det kan innebära att vara anhörig. Det kommer även att finnas utrymme för samtal.

Föreläsare: Mona Pihl, Nka-Nationellt kompetenscentrum anhöriga

När: Måndag 24 februari, kl 18–20

Var: ÅttiotvåAn, S:t Göransgatan 82, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: Gratis för medlemmar, 100 kr för icke medlemmar. Det går bra att bli medlem på plats.

Anmälan: Till kansliet senast 19 februari, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

Föreläsning om rättigheter

När: Troligtvis 31 mars kl 18–20. Mer info kommer!

Plats: S:t Göransgatan 82A, ÅttiotvåAn, T-bana Fridhemsplan

Kostnad: Gratis för alla

Anmälan: Till kansliet senast 24 mars, info@epistockholm.se / 08-650 81 50

VÄRVA EN VÄN!

Epilepsiförbundet behöver din hjälp för att växa och ge personer som lever med epilepsi ett framtidshopp. Var med i kampanjen Värva en vän!

epilepsi.se



Jan Boklöv, f.d. backhoppare som uppfann V-stilen och är medlem i Svenska Epilepsiförbundet.

MEDDELA DIN MEJLADRESS!

Vi skickar ut påminnelser via mejl inför våra aktiviteter till dem som meddelat sin mejladress. Så har du inte redan meddelat din mejladress – gör det!

Stöd Epilepsiföreningen med en gåva!

Du kan medverka till att föreningen mer kraftfullt kan främja ett gott liv för personer med epilepsi!

Kom i håg att även små gåvor gör stor nytta!

Epilepsiföreningen i Stor-Stockholm
BG: 5667-4344

Kvalificerat råd & stöd



BOSSE - Råd, Stöd & Kunskapscenter finns för dig som är över 18 år, bor i Stockholms län och har epilepsi.

Vi har mer än 30 års erfarenhet av att ge råd och stöd för att du själv ska kunna lösa de flesta problem som kan uppstå när man har en funktionsnedsättning.

Besök vår hemsida eller kontakta oss så berättar vi mer. Välkommen att boka en träff!

Adress: Döbelngatan 59
113 52 Stockholm
Telefon: 08-544 88 660
E-post: bosse@bosse-kunskapscenter.se

