



# Noaks Ark Stockholm

## April 2017

### Kropp och själ

19-21 maj 2017



## Tema disclosure & relationer

Välkommen till Noaks Ark Stockholm återkommande samtals- och utbildningshelg för dig som lever med hiv. En viktig del av helgen är möjligheten att träffa andra i samma situation och utbyta erfarenheter.

Under helgen kommer vi bland annat att lyssna till föreläsningar om hälsa och välmående, relationer och disclosure samt hitta ny energi i lugn atmosfär tillsammans med andra.

**För vem**  
För alla boende i Stockholms län som lever med hiv och är över 18 år.

*"Tar med mig min värdighet och åter känna kärlek till livet"*  
Tidigare deltagare

På Skåvsjöholm får du konferens, möten och boende med underbar havsutsikt samt fantastisk mat i restaurang med panoramavy över Skåvsjöholmssundet. Inbäddat vid Skåvsjöholmssundets strand ligger den unika byggnad som inhyser Skåvsjöholms konferensanläggning. Alltifrån arkitekturen till skulpturerna i den omgivande parken och konsten som hänger på väggarna andas 1960-tal. Läs mer på [www.skavsjoholm.se](http://www.skavsjoholm.se)

#### Intresseanmälan

Du får en bekräftelse via mejl samt beslut om du är antagen ca två veckor innan helgen. Sista dagen för intresseanmälan är 1 maj.

Frågor och anmälan till Erica Kanon, [erica.kanon@noaksark.org](mailto:erica.kanon@noaksark.org), tel. 08-700 46 02, 070-16 19 002.

#### Information

Begränsat antal platser. Helgen är kostnadsfri och inkluderar mat, logi samt resa tur och retur Stockholm och Skåvsjöholm (avresa ca 16 tiden på fredag med retur samma tid söndag). Detaljerad information kommer senare vid bekräftad plats på helgen.



### Temakvällar

Varannan måndag bjuder vi in en gäst som samtalar kring olika teman. Nedan ser du teman för våren. Det börjar kl 18.00 (efter middagen) och är för dig som lever med hiv.

#### 8 maj- Hiv i Stockholm

Hur många nya diagnostiserades förra året i Stockholm? Solveig Danielsson-Ekbom (leg. psykolog) från Smittskydd Stockholm kommer och presenterar förra årets siffror och statistik kring hiv för ett samtal om hiv idag.



### Påsklunch & pyssel

12 april

Onsdagen den 12 april serverar vi traditionsenlig påskbuffé till lunch och håller öppen pysselverkstad för alla som vill komma, stora som små.

Buffén kostar 40 kr och serveras mellan kl. 12 och 14.

Påskpysslet är öppet mellan kl. 11 och 15.

*Glad påsk önskar alla på Noaks Ark!*

## 22 maj - Posithiva Gruppen

Posithiva Gruppen (PG) är en rikstäckande organisation för personer som lever med hiv. De besöker oss för samtal och frågor.

## Öppetider påsk

13 april - stänger kl 13.00.

Skärtorsdagen

14 april - stängt. Långfredagen

17 april - stängt. Annandag påsk

1 maj - stängt. Valborg

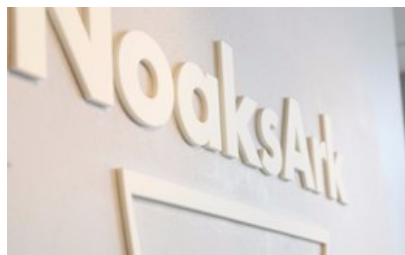


## Välkommen till en må-bra-dag för kvinnor som lever med hiv

Kvinnocirkeln Sverige (KCS) och Noaks Ark Stockholm välkomnar alla kvinnor som lever med hiv till en heldag med föreläsningar, workshops, aktiviteter och samtal som på olika sätt berör livskvalitet.

Prova på meditation. Massage. Frigörande målning. Filmvisning. Samtalsgrupper. Skrivarworkshop – hiv i vardagen. Smoothies Rawfood. Livskompassworkshop – din riktning i livet. Desireé Ljungcrantz. Goodiebags. Föreläsningar Kvinnor och hiv. Lennie Lindberg, sexolog och kbt-terapeut. Vegetarisk lunchbuffé och fika.

Mer information och om hur du anmäler dig hittar du [här!](#)



## Juridisk rådgivning

Här är vårens tider för juridisk rådgivning hos Åsa, som är specialiserad på frågor rörande hiv och migration/asyl.

Följande datum kl 13-16 finns hon på Noaks Ark:

**20 april, 18 maj, 8 juni**

Boka tid direkt med Åsa på telefon 08-120 051 03 eller via Noaks Arks växel på 08-700 46 00.

If you are in need of juridical counselling please make an appointment with Åsa Cronberg by contacting Åsa at 08-120 051 03 or Noaks Ark at 08-700 46 00. Please see dates above on which she is available between 1pm and 4pm.

## CV workshops

Varannan onsdag kl 13-15 erbjuder vi CV-workshops för de som lever med hiv och söker arbete eller annan sysselsättning. På workshopen tas det upp CV-granskning, kunskap kring intervjutekniker och vi diskuterar jobbrelaterade frågor. Datum:

**12 april, 26 april, 10 maj, 24 maj**

Ingen anmälan behövs. Ta gärna med tidigare CV eller arbetsansökningar.

We offer CV workshops. On the workshop we discuss and help out with the dos and don'ts when applying for jobs in Sweden. If you have document like CV or personal letter for previous job applications, please bring them.

## Kalendendarium

### APRIL

**3 april - Temakväll**  
Vardags- och familjejuridik

**5 april - Cosmonova**  
Onsdag med Ernesto - Cosmonova utställning

**12 april - Påsklunch**

**7-9 april - Familjehelg**

### MAJ

**3 maj - Hallwylska Muséet**  
Onsdag med Ernesto - Hallwylska museet

**13 maj - Familjedag**  
Aktiviteter och samtal för alla i familjen.

**8 maj - Temakväll**  
Hivläget i Stockholm med

### JUNI

**7 juni - Sommaravslutning**  
Onsdag med Ernesto - Sommaravslutning

med Barnhivcentrum.

Smittskyddet

**23 april - Gruppträff Ung&hiv.** Vi besöker konsthallen Artipelag.

**19-21 maj - Kropp och Själ**  
En samtals- och hälsohelg med tema disclosure.

**29 april - Temadag**  
Må bra dag för kvinnor med hiv. I samverkan med KCS.

**22 maj - Temakväll**  
Posithiva Gruppen

## Om Noaks Ark Stockholm

### Testmottagning

Kom till vår mottagning mitt i Stockholm och testa dig för hiv. Det är gratis, anonymt och du får svaret inom 15 minuter. På vår mottagning finns erfaren personal för information och rådgivning.

### Drop-in

Välkommen till drop in på onsdagar kl. 15-18. Ingång via Birger Jarlsgatan 58. Porttelefon: tryck på Välkommen och sedan Noaks Ark, så släpper vi in dig.

Tidsbokning övriga veckodagar. Ring och boka tid via Noaks Ark Direkt 020-78 44 40 mellan kl 10 och 12. Adress tidsbokade besök Eriksbergsgatan 46 (samma fastighet, runt hörnet).



### Utbildning, föreläsningar & studiebesök

Vi vill att fler ska veta mer! Vi ger föreläsningar, studiebesök samt erbjuder skräddarsydda utbildningar och föreläsningar.

Kontakta Rita Rosén för mer information:  
Tel. 08-700 46 62  
rita.rosen@noaksark.org

### Praktisk stöd och hjälp

För dig som lever med hiv så erbjuder vi internetcafe, juridisk rådgivning, översättning av information och information kring att skriva jobbansökningar, CV, kontakt med myndigheter osv. Fråga personalen så berättar de mer.

### Samtal, terapi och grupper

Till oss kan du komma för enskilda samtal, i par eller i grupp med andra. Vi finns för dig som lever med hiv, närstående och partners. Vi erbjuder stödsamtal, terapisaamtal, sjuksköterskesamtal och en terapeutisk samtalsgrupp för dig med hiv. Fråga personalen så berättar vi mer. (Kontaktinfo nedan)

### Stödsamtal och psykoterapi

Du som har hiv, är närstående eller du som tar stora risker att smittas med hiv kan när som helst boka tid för enskilda samtal hos oss. Vi erbjuder också kognitiv psykoterapi till reducerad kostnad för dig och dina närstående. Kontakta Stina Gräntz eller Peder Ahlin. (Kontaktinfo nedan)

### Grupper

Vi har olika grupper som träffas med jämna mellanrum för att utbyta erfarenheter, kunskap och stöd från varandra. Några av de grupper vi har igång idag är föräldragrupp, adoptionsgrupp och ung&hiv (18-29 år) som vi har i samarbete med Posithiva Gruppen.



### Stöd oss

Bli medlem genom att betala medlemsavgiften på 25:- till bankgiro 5622-9263.

Ange namn, e-postadress, mobilnummer och postadress. Om du inte vill få post hemskickad till dig, ange endast namn, mobilnummer och e-postadress. Du kan också betala kontant i receptionen.

### Membership

Support us by becoming a member. It costs SEK 25 and you can pay cash to the receptionist, or by bankgiro 5622-9263. Write your name and address or mail and let us know if you prefer information by post or by e-mail.

### Gemenskap

Till oss kan du som lever med hiv, med egen diagnos eller som närstående, få möjlighet att träffa professionell personal och andra i samma situation. Måndagsmiddag, onsdagslunch och fredagsfika är några öppna aktiviteter för er att komma till för uppdaterad kunskap och gemenskap med andra.



**Måndagsmiddag**

Gemenskap, kunskap och samtal över god mat med personal och andra i liknande situation. Måndagar kl: 17.30-20.00. 20:-. För personer med hiv.

**Onsdagslunch**

Praktiskt stöd, god lunch information, tips i frågor om bostad, Migrationsverket etc. Onsdagar kl: 12-14. 40:-. För personer med hiv samt närstående.

**Fredagsfika**

Fika, gemenskap och samtal med personal och andra i liknande situation. Fredagar kl: 15-17. För personer med hiv samt närstående.

## Vår personal

**Jukka Aminoff**

Verksamhetschef  
Tel. 08-700 46 16  
jukka.aminoff@noaksark.org

**Rita Rosén**

Utbildning  
Leg. sjuksköterska  
Tel. 08-700 46 62  
rita.rosen@noaksark.org

**Hebbah Elgindy**

Projektkoordinator  
Familjearken  
Tel. 08-700 46 10  
hebbah.elgindy@noaksark.org

**Lilibeth Ärleborg**

Ekonomi  
Tel. 08-700 46 00  
ekonomi@noaksark.org

**Stina Grantz**

Legitimerad psykolog  
Legitimerad psykoterapeut  
Tel. 08-700 46 15  
stina.grantz@noaksark.org

**Peder Ahlin**

Hivrådgivare/ KBT-terapeut  
Tel. 08-700 46 28  
peder.ahlin@noaksark.org

**Simin Moradi**

Stödperson  
Tel. 08-700 46 00  
simin.moradi@noaksark.org

**Ella Hällestrand**

Receptionist  
Tel. 08-700 46 00  
receptionen.stockholm@noaksark.org

**Erica Kanon**

Stödsamordnare och projektledare  
Tel: 08-700 46 02  
erica.kanon@noaksark.org

**Helena Granholm**

Hivrådgivare/ Leg. sjuksköterska  
Tel. 08-700 46 27  
helena.granholm@noaksark.org

**Jeanne Masimango**

Handläggare  
migrantverksamheten  
Tel. 08-700 46 18  
jeanne.masimango@noaksark.org

## Öppettider

**Måndag:** 12-17  
(måndagsmiddag till 20.00)  
**Tisdag:** 10-17  
**Onsdag:** 10-17  
(drop-in hivtest 15-18)  
**Torsdag:** 10-17  
**Fredag:** 10-17

**Avvikande öppettider påsk**

**13 april** - stänger kl 13.00.  
Skärtorsdagen  
**14 april** - stängt.  
Långfredagen  
**17 april** - stängt. Annandag påsk  
**1 maj** - stängt. Valborg

## Noaks Ark Stockholm

Eriksbergsgatan 46, 114 30 Stockholm  
Tel. 08-700 46 00, [www.noaksark.org](http://www.noaksark.org), [info.stockholm@noaksark.org](mailto:info.stockholm@noaksark.org)



Webbversion av nyhetsbrevet - Avregistrera din adress