

# Föreningen Balans Uppsala

”En ideell stödförening för personer som upplevt depression, mani eller växlande perioder - och för anhöriga”

[www.balansuppsala.se](http://www.balansuppsala.se)



# Verksamhet

- Medlemsträffar
- Självhjälpsgrupper bipolär
- Självhjälpsgrupper depression
- Anhöriggrupper (blandar diagnoser)
- Promenader i Balans (måndagar kl 13)
- Unga i Balans (18-30 år)
- Påverkansarbete

# Balansträffar

- 28 mars : Calle delar med sig
- 26 april : Bengt Rundquist (skogsbad)
- 29 maj: Mia Modin (hälsopedagog)
  
- 18 augusti : Sommarutflykt

# Unga i Balans

- 18 april 18:00 Kungsgatan 64 (cafékväll)
- 23 maj 18:00 Kungsgatan 64 (cafékväll)

[www.balansuppsala.se](http://www.balansuppsala.se)



# Påverkansarbete

- Hjärnkoll (Attityder)
- HSO (Landstings och kommunpolitik)
- NSPH (Brukarsamverkan)
- Arbetsgrupper
  - Kvalitetsregister Bipolär och ECT
- Brukarråd
  - Verksamhetsområde Psykiatri
  - Affektiva
  - Psykos och Rättspsyk

# Riksförbundet

- Jobbar med påverkansarbete på riksnivå
  - NSPH, Hjärnkoll och Gamian
- Har ett kansli med anställd personal
- Totalt 13 lokalföreningar (Upp, Sto, Gä, Vä)

[www.balansuppsala.se](http://www.balansuppsala.se)



# Kontakt

- [info@balansuppsala.se](mailto:info@balansuppsala.se)
- [www.balansuppsala.se](http://www.balansuppsala.se)
- [facebook.com/balansuppsala](https://facebook.com/balansuppsala)
- Telefon: 0706-176155 (tor 15-18)
- Riks telefon : 08-6181333

[www.balansuppsala.se](http://www.balansuppsala.se)

