

# 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

22 okt 2019: Läkare Isak Sundberg (Bipolär)

4 dec 2019: Infoteket, film om Balans

Uppsalas ordförande

15 april 2020: Konsument Uppsala

7 maj 2020: Anhörig berättar

# Anhöriggrupp

Pågår

Håll utkik på Facebook eller hemsidan

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



# Bipolärgrupp

- Håll utkik till vårterminen

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



# Unga i Balans

6 mars 2019

14 nov 2019

11 dec 2019

Håll utkik på Facebook eller hemsidan

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



# Påverkansarbete

- Hjärnkoll (Attityder)
- HSO (Landstings och kommunpolitik)
- NSPH (Brukarsamverkan)
- Arbetsgrupper
  - Programråd dep. ång.
- Brukarråd
  - Verksamhetsområde Psykiatri (Gunilla Svedström)
  - Affektiva (Tea Sundsten)

# Riksförbundet

- Jobbar med påverkansarbete på riksnivå
  - NSPH, Hjärnkoll och Gamian
- Har ett kansli med två anställda (ej heltid)
- Totalt 15 lokalföreningar (15 län av 21)
- Närmsta lokalförening : Uppsala, Stockholm, Gävle, Västerås



# Kontakt

- [info@balansuppsala.se](mailto:info@balansuppsala.se)
- [www.balansuppsala.se](http://www.balansuppsala.se)
- [facebook.com/balansuppsala](https://www.facebook.com/balansuppsala)
- Riks telefon : 08-6181333

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

