

Februari 2018 Nummer 1

Ordförande har ordet

Januari, februari och mars vintermånader på de flesta platser i vårt avlånga land just detta år. Vinter med snö och kyla, strömavbrott och varma filter. Det är också tiden för årsmöten i lokal- och regionalföreningar. Jag vet att på många ställen jobbas det med att planera aktiviteter och cirklar av olika slag. Det är viktigt. Viktigast är ändå **mötet**, det personliga mötet och det professionella mötet. Underskatta aldrig dig själv i detta. Din berättelse är lika viktig som det offentliga rummets berättelse. Det du bidrar med i våra föreningar stärker både dig, våra föreningar och vår sak. Att hålla våra sjukdomar stängna är ofta ett verkligt arbete som kräver insikt och förståelse av sig själv. Kom ihåg att alla av oss är mer än sjuka! Passa på att göra en snölykta, en ängel i snön, tänd ljus eller drick en kopp choklad med vispgrädde.

Efter mars kommer april och riksförbundets Årsstämma, den 20 april klockan 18 i Stockholm. Två personer från varje förening är välkomna som ombud. Lokalföreningens styrelse utser ombuden. I samband med detta kommer vi att hålla cirkelledarutbildning för två personer med egen diagnos och en person som är anhörig.

Simone Gynnemo
Riksförbundets Ordförande

Kalendarium

För mer information om aktiviteter, besök respektive hemsidor.

21 april 2018 startar vår utbildning för cirkelledare i Balansmodellen

En utbildning för cirkelledare med egen erfarenhet och för anhöriga, med Anna-Maria Lundberg som ledare. Anna-Maria har varit med och tagit fram Balansmodellen. Vi tror att den här typen av studiecirkel är kärnan i vår verksamhet och vill därför att alla lokalföreningar ska få kännedom och bli säkrare på hur vi kan genomföra den typen av aktiviteter.

Utbildningen är kostnadsfri för deltagare. Begränsat antal platser.

Vill du gå utbildningen? Läs mer på vår hemsida och kontakta din lokala Balans förening. Saknas det en förening på din ort och du vill gärna starta en grupp kontakta riksförbundet Balans info@balansriks.se eller ring till 08-618 13 33.

Februari 2018 Nummer 1

Boktips

Måndagsbarn av Annika Gustavsson handlar om att återhämta sig från psykisk sjukdom och destruktivitet.



Annika skriver om det liv hon ser sig fått tillbaka. Hon beskriver hur hon missat livet med barnen och med sig själv. Hon skriver med humor det många av oss varit med om, till exempel att inte hitta adventsljusstakarna när det är dags. Anhöriga som vet att de åkte ut vid senaste ”storstädningen”. Hur hon efter lång sjukskrivning blir av med sitt jobb. Hur de psykiatriska diagnoserna verkar gå i arv i familjen genom tron att Måndagsbarn

får och har det tufft i livet.

Annika praktiserar som skådespelare och finner sitt esse. Hon arbetar också på ett friluftsmuseum, där hon spelar rollspel. Hon och hennes nya läkare ifrågasätter diagnoser, behandlingar och mediciner. Hon har hittat sitt sätt att få sitt liv tillbaka. Läs boken!

Simone Gynnemo

Måndagsbarn och många, många andra biografier är utgivna av Liv i Sverige. Mottot är *Varje liv är värt att skildra*. Målet är att alla människors berättelser ska få komma till tals, berika litteraturen och det offentliga samtalet. www.livisverige.org

Vägledning till personuppgiftsansvariga inför den nya dataskyddsförordningen 2018

Dataskyddsförordningen kommer att gälla som lag i Sverige och ersätta personuppgiftslagen PUL. Den kommer dock behöva kompletteras med vissa

nationella regler. Många av dataskyddsförordningens begrepp och principer går att återfinna i personuppgiftslagens bestämmelser. Om ni redan idag har väl genomarbetade åtgärder och rutiner för att säkerställa att personuppgiftslagen följs, kommer ni att ha en bra grund att utgå från. Det är dock viktigt att poängtera att dataskyddsförordningen även innehåller stora förändringar och vissa helt nya bestämmelser. Den personuppgiftsansvariges ansvar och skyldigheter förtydligas och utökas och de registrerades rättigheter förstärks. De nya kraven kan komma att medföra stora förändringar i er verksamhet. För att ni ska hinna anpassa verksamheten på ett effektivt och kostnadsbesparande sätt, är det därför viktigt att ni redan nu börjar fundera över vilka konsekvenser förordningen kommer att få för er.

På vår hemsida hittar du en checklista när ni ska ta reda på vilka de viktigaste skillnaderna är mellan den nuvarande lagstiftningen och den nya dataskyddsförordningen och hur de påverkar er.

Februari 2018 Nummer 1

Riksförbundet Balans kallar till årsstämma

Fredagen den 20 april 2018 kl.18.00
Föreläsningssalen i Psykiatrihuset på S:t Görans sjukhus
Vårdvägen 3, 112 19 Stockholm

Dagordning enligt stadgarna.

Varje lokal/regionförening har rätt att skicka minst två ombud, beroende på antalet medlemmar i föreningen, dock max fyra.

Riksförbundet vill ha in namnen på ombuden senast den 31 mars.

Bokning av resa för dig som är föreningsombud och eventuellt behov av övernattnig kan göras på vår hemsida www.balansriks.se under ”Kallelse till Riksförbundet Balans Årsstämma 2018” eller genom att kontakta kansliet på tel. 08-618 13 33

Motioner skall vara Riksförbundet tillhanda senast fyra veckor före stämman senast 23 mars. För mer information om förfarandet se stadgarna på vår hemsida.

Årsmöteshandlingarna kommer att finnas tillgängliga på vår hemsida och på kansliet 14 dagar före årsmötet.

Välkomna!





Balans-Nytt

Februari 2018 Nummer 1

Riksförbundet Balans

Hemsida: www.balansriks.se
E-post: info@balansriks.se
Följ oss på FACEBOOK: @BalansSverige
Telefon: 08-618 13 33
Adress: **Riksförbundet Balans**, Vårdvägen 3, 112 19 Stockholm
Plusgiro: 4392084-2
Org.nummer: 802407-9074

Kom ihåg! Anmäl adressändring till medlemsregistret@balansriks.se

Balansföreningar

Stockholm

www.balansstockholm.se

Uppsala

www.balansuppsala.se

Gävle

www.balansgavle.se

Västerås

www.balansvasteras.se

Skåne

www.libraiskane.se

Jämtland-Östersund

www.balansjamtland.se

Örebro

www.balansorebro.se

Sundsvall

www.balanssundsvall.se

Borås- Sjuhärad

www.balans-borassjuharad.se

Balans Gotland

www.balansgotland.se

Balans Värmland

www.balansvarmland.wordpress.com

Balans Dalarna

www.balansdalarna.se

Balans Östergötland

www.ostergotland.se