

Motion till Balans Riks årsstämma 2023

Jag föreslår att Riks ansöker om Arvsfondsmedel för att utveckla "Ett Liv i Balans – en guide till ett gott liv för dig med bipolär sjukdom, depression och utmattningssyndrom och dina anhöriga"

Under tre år ska projektet skapa ett strukturerat egenvårdsprogram för drabbade och anhöriga genom att beskriva, utveckla, komplettera och systematisera verktyg som förbättrar livskvaliteten för drabbade och anhöriga.

Projektet bygger på evidens och utarbetas i samråd med psykiatri, forskning, socialtjänst och andra viktiga aktörer.

Målet är att skapa en kunskapsguide som lokalföreningarna kan använda och implementera i sina verksamheter och att medlemmarna därmed får tillgång till information om diagnoserna/behandlingarna och levnadsvanor samt aktiviteter för gemenskap.

Projektresultatet presenteras i filmer, poddar, genom utbildningar på Learnify, på Riks och lokalföreningarnas hemsidor, i studiematerial för studiecirklar med mera.

Projektet baserar sig på våra ledord Kunskap, Gemenskap och Insikt.

Att komma till insikt är en process, Balans verksamhet ska ta vid där vården och socialtjänsten slutar och vara en följeslagare i processen mot ett gott liv.

Projektets målsättning är att förkorta processen från förnekelse till insikt genom gemenskap, kunskap och förändrade levnadsvanor, till ett liv i Balans för såväl drabbade som anhöriga.

Vänliga hälsningar,

Marianne Flynnner, medlem nr 1619
Stockholm 2023-03-15