

Verksamhetsberättelse för 2025 föreningen Balans Jämtland

2025 blev året då Balans Jämtland fick dra ner på verksamheten i föreningen.

En av våra styrelseledamöter, samtalsledare och eldsjäl valde hastigt att lämna styrelsen och föreningen. Det här innebar att vi enbart hade en samtalsledare under andra halva av 2025. Det låga engagemanget bland våra medlemmar och enbart en samtalsledare ledde till att vi var tvungen att begränsa vår verksamhet till enbart samtalsträffar. Det fanns inte tillräckligt med engagemang och ork i styrelsen att driva någon annan form av verksamhet.

Därför valde också föreningen att börja samverka med andra föreningar i större utsträckning för att vår verksamhet skulle få mer att erbjuda våra medlemmar och väcka intresse för föreningen hos potentiella nya medlemmar.

I september startade Balans Jämtland ett samarbete med Föreningen för svenska legitimerade psykoterapeuter Östersund och Studieförbundet Vuxenskolan Jämtlands län.

Den 18 september anordnade föreningen tillsammans med Föreningen för svenska legitimerade psykoterapeuter Östersund och Studieförbundet Vuxenskolan Jämtlands län en föreläsning med psykoterapeuten Johan Wallgren på ämnet "Vad är psykoterapi?"

Det blev en uppskattad och intresseväckande föreläsning bland våra medlemmar.

Den 2 oktober startade sedan Föreningen för svenska legitimerade psykoterapeuter Östersund och Studieförbundet Vuxenskolan Jämtlands län samtalsträffar för Balans Jämtlands medlemmar. Samtalsträffarna som var fyra gånger, 2 oktober, 16 oktober, 30 oktober, 13 november, leddes av de legitimerade psykoterapeuterna Christina Reslegård och Gunnar Hultin. Studieförbundet Vuxenskolan Jämtlands län stod för lokalen och anmälan till samtalsträffen. Fyra medlemmar anmälde sig till samtalsträffarna.

Utöver de samtalsträffar som Föreningen för svenska legitimerade psykoterapeuter Östersund ledde anordnade Balans Jämtland i egen regi totalt 9 samtalsträffar för medlemmar och blivande medlemmar under 2025.

Föreningen bjöd även in till en så kallad kickoff 27 februari, med middag på Hotell Clarion för medlemmar och blivande medlemmar. Tyvärr var intresset för middagen väldigt svalt och föreningen tvingades ställa in kickoffen.

Den 4 december bjöd vi in till juligt fika för medlemmar och blivande medlemmar. Balans Jämtland bjöd på glögg och julinspirerat fika. Med fikat satte vi också punkt för 2025 års verksamhet.

Balans Jämtland har under 2025 även varit engagerade, gått på styrelsemöten, i paraplyorganisationen NSPH Jämtland Härjedalen där vi innehar en plats i styrelsen.