

Verksamhetsplanering för Balans Jämtland 2026

Föreningens Balans syfte är:

Föreningen Balans Jämtland är en partipolitisk och religiös obunden ideell förening. Föreningen Balans Jämtland verkar för personer som främst drabbats av affektiva sjukdomar, depression, bipolär sjukdom, dystymi, utmattningssyndrom samt deras närstående.

Föreningen Balans Jämtland ändamål är:

- Att vara stöd för egenerfarna och närstående samt tillvarata deras intressen
- Att erbjuda mötesplatser och sprida information och kunskap för att öka förståelse för psykisk ohälsa och psykiatriska diagnoser, öka acceptansen och respekten för drabbade och öka möjligheterna för ett mer balanserat liv.
- Att arbeta intressepolitiskt för att förbättra vården, minska stigmatiseringen, och öka kunskapen i samhället och arbetslivet.

Föreningen Balans Jämtland verksamhetsplanering och mål för 2026:

- Balans ska stötta projekt som främjar psykisk hälsa.
- Föreningen ska fortsätta att skapa möjligheter till möten och kunskapsutbyten.
- Vi ska fortsätta samarbetet med Svenska legitimerade psykoterapeuter i Östersund. Vi ska även jobba för att samverka med andra aktörer så som Studieförbundet Vuxenskolan Jämtland län.
- Vi ska jobba för att lyfta anhöriga till personer med psykisk ohälsa (bipolär sjukdom, depression, dystymi, utmattningssyndrom).
- Föreningen ska jobba för att hitta en till samtalsledare/cirkelledare till vår verksamhet och fler ledamöter till styrelsen.
- Vi ska anordna samtalsträffar fysiskt.
- Balans Jämtland ska fortsätta medverka vid evenemang, konferenser, bokbord och informationsträffar för patienter och anhöriga samt personal inom vården för att visa att vi finns
- Balans Jämtland ska fortsätta söka bidrag för föreningen samt spendera pengar när det behövs