

Attention

Uppsala



Mars 2011

Innehåll

Kalendarium.....	sid 1
Inbjudan till bowling	sid 1
Föreläsning: Medicinering vid depression och bipolär sjukdom	sid 2
Dagläger KFUM Alnäs	sid 3
Ungdomskvällar på Tinget	sid 4
Presentation av styrelsemedlemmar	sid 5
Schema för vårens cafékvällar.....	sid 7
Inbjudan till vernissage	sid 8

Kalendarium

Mars

23/3: Cafékväll 18.30–20.30

26/3: Bowling

April

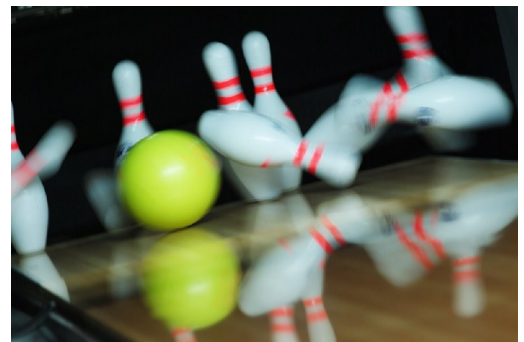
6/4: Cafékväll 18.30–20.30

20/4: Cafékväll 18.30–20.30

Maj

4/5: Cafékväll 18.30–20.30

Attention Uppsala
inbjuder till Fyrishov
och bowla med hela familjen
Lördagen den 26 mars 2011
Kl. 13.00–17.00.



Anmäl er till Claire:

Tel.0707 – 44 44 40 eller

Mail: claire.grahn-eriksson@hotmail.com

Senast den 20/3

När ni anmäler er får ni veta
vilken tid & bana ni får tillgång till.
En bana per familj i en timme

Efter varje bowlingpass bjuds det på
kaffe, saft & smörgås!





Vi inbjuder dig med en psykisk funktionsnedsättning till en föreläsning om

Medicinering vid depression och bipolär sjukdom

*Sven Granat, psykiatriker vid
allmänpsykiatriska kliniken i Uppsala*

Sven Granat är speciellt inriktad på depression och bipolaritet.
Föreläsningen kommer att handla om vad som är viktigt vid behandlingen av
dessa diagnoser och olika alternativ som finns när resultatet inte är helt bra.

Tillfälle till frågor och diskussion.

OBS kostnadsfritt!

Tid: Torsdagen den 31 mars kl 14 – 16

Plats: Kungsgatan 62, 5 tr., Uppsala

Föranmälan senast den 29 mars

018 – 56 09 70 eller

maria.gunnarsson@hsovisst.se

Vi bjuder på kaffe/te och bulle
Välkomna!



*Arr: Handikappföreningarnas samarbetsorgan i samarbete med
verksamheten Personligt ombud*

Dagläger på KFUM Alnäs sommaren 2011

Sista anmälningssdag 29 mars

Ett antal barn med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning fick sommaren 2010 möjligheten att delta i KFUM Alnäs dagläger varsin vecka. Alla barnen fick en egen assistent som fanns till hands när barnet behövde särskilt stöd. Assistenten hade också möjlighet att hämta och skjutsa hem barnet om behov fanns. Flera föräldrar har hört av sig och berättat att lägret var mycket lyckat.

KFUM Alnäs vill även i år samarbeta med Attention och ta emot barn med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning från föreningen. Om ditt barn är intresserad, skicka in intresseanmälan eller maila: annlouise.sundstrom@telia.com. Föreningen vidarebefordra intresset till KFUM som sedan kontaktar dig om plats finns.

Från KFUM Alnäs hemsida, www.alnas.nu, om dagläger:

"Sommartid driver KFUM Alnäs Uppsalas största barnverksamhet för barn i 7-15 år. Läget vid Ekolns norra strand ger en fin inramning åt alla aktiviteter.

På Alnäs kan du bland annat spela tennis, beachvolleyboll, basket och fotboll."

Det finns olika läger att välja mellan. Vildmark, pysselverkstad och studsmatta har varit mycket uppskattat av flera barn.

Kostnad: 950 kronor per vecka och barn. I avgiften ingår lunch. **Ett antal gratisplatser finns också. Hör av dig till Attention om du behöver det.**

Intresserad: Fyll i nedanstående blankett och skicka till:

Attention Uppsala

HSO

Kungsgatan 64

753 18 Uppsala

Frågor: ring Elisabeth Axberg 076 – 803 09 19

Intresseanmälan för barn med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning

Ja, mitt barn är intresserad av KFUM Alnäs dagläger en vecka sommaren 2011.

Barnets intressen (se ovanstående förslag men lägg gärna till annat också): _____

Vilken del av sommaren passar bäst för dagläger: _____

Barnets namn: _____

Barnets adress: _____

Barnets födelsedata: _____

Namn på dig som fyllt i intresseanmälan: _____

Telefonnummer: _____



Ungdomskväll på Tinget

Du som är mellan 16 och 25 år och har någon form av psykisk ohälsa är välkommen till Tinget. Ungdomskvällarna är öppna tisdagar 17.00-20.00.

Varje kväll har ett tema till exempel film, musik eller Wii. Tillsammans bakar vi och fikar till en billig peng.

Datum	Aktiviteter	Fika
15/3	Pyssel	Scones
22/3	Matlagningskväll	Mat
29/3	Bowling/baka	Muffins
5/4	Teaterkväll	-
12/4	Valfri aktivitet	Äppelkaka
19/4	Studiebesök, Jobbcenter	Fruksallad

Varmt välkomna önskar

Mia, Alexandra och Nelly
maria.mansson@ uppsala.se
alexandra.sodergren@ uppsala.se



Några förtroendevalda för 2011 berättar lite om sig själva. Fler kommer att presenteras i nästa medlemstidning.

Frågorna de svarat på är:

- 1. Bakgrund, Erfarenhet**
- 2. Intressen**
- 3. Viktig fråga att driva**

EWA WIKANDER, ordförande

Ekonom med sunt förnuft. Erfarenheter från kontakter med, Soc, Psykiatrin. behandlingshem.

Allmänna intressen.

Öka kunskap och förståelse för neuropsykiatriska nedsättningar. Verka i olika nätverk. Sprida mer information om föreningen Attention och dess verksamhet.

CECILIA INGARD, ledamot

Vikarierar som brukarinflytandesamordnare på halvtid på psykiatridivisionen. Har själv en ADHD diagnos. Bor med min stora familj fem barn och man.

ELISABETH AXBERG, ledamot

Har varit med i Attention i många år. I min släkt finns alla möjliga diagnoser. Arbetar som personligt ombud i Uppsala.

Tycker det är viktigt att Attention jobbar med att skapa mötesplatser för medlemmarna.

MATS MARIEDAHL, ledamot

Jag har varit yrkesverksam nästan hela livet som supporttekniker. Jag har "alltid" varit medlem i föreningar, och jag har suttit i en del styrelser. Mina viktigaste styrelseinsatser var som kassör i den föräldradrivna förskolan Gamla Uppsala Montessori och som sekreterare i Heidenstamskolans skolråd.

Jag har spelat spel hela livet. Den typen av spel som jag uppskattar mest är rollspel, där jag har en spelargrupp som har varit/är (mer eller mindre aktiv) under 25+ år.

Mitt bidrag till Attention Uppsalas styrelse är att sköta ekonomin.

HELENE SCHÖNING FAHLÉN / LENEH

Pedagog, kursledare, föreläsare, låtskrivare och sångerska.

Är medlem i Attention sedan 2005. Adhd. Flera släktingar har också NPF.

Sjunger och föredrar ibland i NPFsammanhang.

Utbildad attitydambassadör.

Har erfarenhet från styrelsearbete, senast tre år som sekreterare i bostadsrättsförening.

Mycket intresserar mig utöver "våra frågor" som jag tycker om att fördjupa mina kunskaper inom. Kreativt skapande – mat, musik, måleri, skrivande, foto, teater mm. Web – driver själv mina egna hemsidor. Hälsa och personlig utveckling. Fiske, uteliv, hundar. Familj och vänner.

Att fortsätta att skapa möjligheter till cirklar och föredrag/träffar för ökad kunskap, empowerment och gemenskap. Kanske skulle vi under någon temadag/kväll kunna ordna ”prova-på” eller workshops inom områden som är speciellt intressanta för oss med NPF (alltifrån nya hjälpmedel till olika metoder inom ex rörelse, fokus, avslappning). Samarbeta med andra attentionföreningar.

Naturligtvis skall vi också fortsätta arbeta för att våra behov och intressen skall bemötas och tillvaratas på ett adekvat sätt i samhället.

CARINA ILLERBRAND, suppleant

Jag arbetar som socialsekreterare på KrAmi (KrAmi – samverkan mellan Kriminalvården, Arbetsförmedlingen och kommunen. KrAmi arbetar med vägledning och arbetslivsinriktad rehabilitering.)

Jag har två barn varav ett med funktionsnedsättning och har många års erfarenheter av olika sorters funktionsnedsättningar. Jag har även läst Handikappkunskap 1, Uppsala Universitet.

Jag hoppas kunna bidra med mina erfarenheter och kunskaper i Attentions styrelse och det som ligger mig extra varmt om hjärtat är att arbeta med Missbruksproblematik, Utanförskap, Föräldrastöd, Skolfrågor och mycket annat

SAMUEL ZELTNER WOLFF , suppleant

Jag blir 22 år i år. Började Biotek linjen på Katedralskolan och kom där i kontakt med olika föreningar, bl.a. Unga Forskare som jag varit aktiv i sex år, nu även ledamot i distriktsstyrelsen.

Efter ett år på Biotek-programmet insåg jag att jag var mer intresserad av teknik och likn och sökte då till Teknikprogrammet på Fyrisskolan med inriktning elektronik.

Just nu arbetar jag med forn- och naturvård inom kommunen, men vill längre fram plugga något inom elektronikområdet.

Mina fritidsintressen är mountainbike cykling, landsvägs cykling och jag är med i en förening som vårdar och seglar vikingabåtar. Tidigare var jag även aktiv i föreningen Eldsjäl som sysslar med eldkonster.

ANNELI KIANDER, revisor

Tidigare styrelsemedlem och ordförande i Attention. Arbetar som inköpare inom byggbranschen.

Intresserad av målning och musik. Musiken ett stort intresse på fritiden. Sjunger i en grupp och har gjort en egen skiva.

BRITTMARIE ZELTNER, revisorssuppleant och valberedare

Arbetat med barn och ungdomar med olika funktionshinder i många år. Varit med och startat Attention här i Uppsala.

Människor i olika kulturer, resor, musik och odling

Ökad förståelse människor emellan. Sprida kunskap. Informera och samverka.

ATTENTION UPPSALA



Cafékväll

Våren 2011

Plats: Kungsgatan 64, bottenplanet, "torget"

Vissa onsdagar
KI: 18.30 – 20.30

Här följer ett schema för de återstående cafékvällarna under våren. Anne-Louise och Emma är cafévärdar. Hanna fortsätter med träffar för de med Aspergers syndrom under cafékvällarna, men denna termin inte varje cafékväll – se schemat nedan!

Mars	23/3	Besök från Neuropsykiatriska vuxenheten
April	6/4	Föredrag av attitydambassadör Katri Atti
	20/4	Aspergergrupp
Maj	4/5	Avslutning

Programmet kan komma att fyllas på med flera punkter under terminens gång.

Vi bjuder på fika. Kom och ta en kopp kaffe eller te i lugn och ro.
Alla är varmt välkomna!

Har du frågor? Kontakta Anne-Louise på 0706–83 21 98 eller
annlouise.sundstrom@telia.com



Utställning

Måleri och installation

Maria Paronen Eidenert, Cecilia Ingard,
Elisabeth Lund och Anna Hoff

Vernissage lördagen den 16 april kl. 12.00–15.00



I samarbete med (H)järnkoll / Attityduppdraget i Uppsala län. Ett projekt som vill slå hål på myterna om psykisk ohälsa.

Gottsunda bibliotek 16 april–4 maj. Måndag 18 april kl. 19.00 är det ett seminarium i samband med utställningen, med personliga berättelser om erfarenheter av psykisk ohälsa.

Öppettider: måndag– torsdag	10.00–19.00
fredag	12.00–19.00
lördag	10.00–15.00
söndagar i april	12.00–15.00

