THE BALANCE

Guide inför inskrivning

Privat behandling med boende

Ett genomtänkt första steg mot privat vård.

Helt inriktat på en person i taget

MALLORCA / ZÜRICH

Svenska / Oktober 2026

En mer personlig början.

Att överväga behandling kan väcka lika många frågor som svar. Du kanske söker hjälp för egen del, stöttar någon närstående eller hjälper en person som du ger råd till.

Den här guiden beskriver hur THE BALANCE arbetar med privat behandling med boende: vem den kan passa, hur inskrivningen går till och vad livet under och efter vistelsen kan innebära. Du kan läsa den innan du pratar med oss och återkomma när dina frågor blir tydligare.

HITTA I GUIDEN

03 - 07	Förstå vården
08 - 10	Från första kontakt till ankomst
11 - 16	Behandling, vardag och platser
17 - 18	Fortsatt stöd och vanliga frågor
19	Prata med inskrivningsteamet

En förfrågan är ett samtal. Du kan ställa frågor och överväga rekommendationen innan du bestämmer om du vill gå vidare.

Det som gör vården personlig.

Människorna som ansvarar för vården, platsen där du bor och samordningen av behandlingen är viktiga. THE BALANCE förenar dessa delar kring dig.

01

Ett boende bara för dig.

Eget boende och en dagsrytm som organiseras kring en inskriven klient, i stället för ett delat behandlingsboende.

02

Avskildhet bortom husets väggar.

På Campo Gran på Mallorca ligger bostäderna på en lantegendom om 24 hektar. Zürich erbjuder en annan boendemiljö.

03

En samordnad plan.

Relevanta specialister arbetar mot gemensamma prioriteringar, med tydligt ansvar och regelbunden uppföljning.

04

Grundarlett. Kliniskt styrt.

Grundaren Abdullah Boulad leder organisationen. Kvalificerade kliniker ansvarar för bedömning och behandling.

05

Bedömning först.

Klinisk lämplighet, rätt miljö, team och överenskommen omfattning bekräftas före inskrivningen.

06

Livet efter vistelsen.

Hemkomsten planeras under behandlingen. Tre månaders personlig eftervård följer den omfattning som avtalats i din plan.

Lämplighet, boende, team och tidplan bekräftas individuellt före inskrivning.

Hela människan.
Hela bilden.

Många kommer till oss med överlappande svårigheter, tidigare behandlingserfarenheter och ansvar som gör det svårt att värna tid och privatliv. Vi ser dessa delar tillsammans.

Psykisk hälsa	Depression, ångest, tillstånd inom det bipolära spektrumet, tvångsmässiga mönster och uppmärksamhetssvårigheter.
Trauma och stress	Posttraumatiska och utvecklingsrelaterade mönster, utmattning, långvarig stress och känsloreglering.
Beroende	Alkohol, droger, receptbelagda läkemedel, beteendeberoenden och upprepade återfall.
Ätstörningar	Ätrelaterade svårigheter bedömda tillsammans med fysisk hälsa, näringsbehov och psykologiska faktorer.
Samtidiga svårigheter	Psykisk hälsa, substansbruk, sömn, fysisk hälsa och relationer som behöver en samordnad insats.

En diagnos är en utgångspunkt för förståelse. Den avgör inte inskrivningen och definierar inte personen.

Rätt vårdmiljö kommer först.

Före inskrivning bedömer det kliniska teamet dina behov, säkerhet, medicinska och psykiatriska stabilitet, behandlingshistorik och stödet på den föreslagna platsen.

NÄR BEHANDLING MED BOENDE KAN HJÄLPA

En privat vårdmiljö med boende kan passa när flera hälsoområden behöver ihållande uppmärksamhet, vanliga besök inte har gett tillräcklig samordning eller en skyddad tid bortom vardagens press har ett tydligt syfte.

Boendet måste kunna möta personens aktuella behov på ett säkert sätt.

NÄR EN ANNAN VÅRDMILJÖ BEHÖVS

Vissa personer behöver sjukhusvård, medicinsk stabilisering eller annan specialistvård innan behandling med boende kan börja. Det kliniska teamet förklarar rekommenderad vårdnivå och eventuella villkor för inskrivning.

Vid en omedelbar medicinsk eller psykiatrisk nödsituation ska du söka lokal akutvård. Vänta inte på en ordinarie inskrivning eller på att en resa ordnas.

Läs om lämplighetskriterierna

EN PERSON I TAGET

Tre dimensioner av avskildhet.

Sekretess.

Personuppgifter och kommunikation hanteras utifrån samtycke samt yrkesmässiga och rättsliga skyldigheter.

Eget boende.

Du delar inte bostaden med en annan, fristående behandlingsklient. Besök, tillträde och vardagsrutiner anpassas genom överenskommelse till din vård.

Fysisk avskildhet.

På Campo Gran på Mallorca ger lantegendomen utrymme runt bostaden. Denna miljö gäller Mallorca, inte samtliga orter.

En person. En samordnad plan.

Behandlingen börjar med en gemensam förklaring av vad som händer och vad som kan hjälpa. Vi kallar det en klinisk fallformulering. Den knyter ihop din historia, aktuella svårigheter, hälsa, relationer och vardag.

01

Förstå

Förena kliniska observationer med dina erfarenheter.

02

Välja

Välja relevanta kompetenser, prioriteringar och tempo.

03

Samordna

Tydliggöra ansvar så att specialisterna arbetar mot gemensamma mål.

04

Följa upp

Diskutera framsteg med dig och anpassa planen när behoven förändras.

Teamet väljs utifrån individen. Klinisk ledning, psykoterapi, psykiatri, medicinska insatser och personlig vårdsamordning har tydligt definierade roller.

Från första kontakt till en tydlig plan.

Du behöver inte kunna ge en fullständig bild av allt som har hänt. Börja med det som är viktigt nu, så förklarar vi vilken information som behövs sedan.

01

Ett förtroligt samtal

Diskutera situationen, hur brådskande den är, målen och det säkraste sättet att återkomma till dig.

02

Klinisk genomgång

Relevanta underlag, läkemedel, aktuella risker och pågående vård hjälper teamet att bedöma lämpligheten.

03

En personlig rekommendation

Vi förklarar föreslagen miljö, behandlingsinriktning, förväntad längd och eventuella ytterligare steg.

04

Gemensamma förberedelser

Bekräfta boende, vårdinsatser, samtycke, resa, kommunikation och ankomstdetaljer.

05

Ankomst och bedömning

Kom till ro i den överenskomna miljön medan teamet tar fram och följer upp den första arbetsplanen.

Inskrivning sker efter bedömning av klinisk lämplighet och bekräftelse av överenskomna arrangemang.

Kom fram med lite mindre att bära.

Din inskrivningssamordnare ger dig en checklista för din situation. Dela korrekta uppgifter som finns tillgängliga; teamet hjälper till att se vad som saknas.

HÄLSA OCH KLINISK INFORMATION

Aktuella läkemedel

En lista över läkemedel, recept, allergier och nyliga ändringar.

Relevanta underlag

Efterfrågade utlåtanden och uppgifter om nuvarande behandlare.

Aktuella behov

Medicinska behov, kost, rörlighet, sömn eller andra frågor som påverkar vården.

PRAKTISKA ARRANGEMANG

Resa och ankomst

Giltiga dokument, överenskomna resplaner och din kontakt vid ankomsten.

Personliga saker

Bekväma kläder, godkända enheter och välbekanta personliga föremål.

Önskemål och kontakter

Kost, kulturella behov och tillgänglighet; godkända kontakter och medföljande.

Använd den säkra process som inskrivningsteamet anvisar för kliniska underlag. Ta om möjligt med läkemedel i originalförpackning och följ behandlarens råd om läkemedel och resa.

Se checklistan inför vistelsen

Tid att landa. Utrymme att förstå.

Ankomsten anpassas till dina omedelbara behov. Vila, orientering och att känna sig hemma är delar av den första fasen.

Vid ankomsten

Träffa din kontaktperson, komma till rätta i boendet och bekräfta det viktigaste.

Den första dagen

Gå igenom läkemedel och säkerhetsprioriteringar, vila och hitta en första rytm.

Dagarna som följer

Träffa kärnteamet, fortsätta bedömningen och diskutera de första behandlingsprioriteringarna.

Tempot följer det kliniska behovet och din förmåga att delta.

Behandling formad av det som betyder något.

Din plan kombinerar de insatser som passar din situation. Varje del har ett syfte, och teamet följer upp balansen mellan terapeutiskt arbete, stabilitet och återhämtning.

Psykologisk och psykiatrisk vård

Individuell terapi, psykiatrisk uppföljning och bedömning utifrån din historia, aktuella svårigheter och mål.

Medicinsk och fysisk hälsa

Läkemedel, sömn, kost, fysisk hälsa och relevanta undersökningar bedöms tillsammans med den psykologiska vården.

Trauma och reglering

Traumamedvetna, kroppsinriktade och stödjande insatser väljs utifrån säkerhet, beredskap och behandlingsplan.

Relationer och vardagsliv

Familjearbete, praktiska gränser och förberedelser för hemgång när de stödjer vårdens inriktning.

Specialistdiagnostik eller sjukhusinsatser samordnas vid behov. Du får veta vilka yrkespersoner som ansvarar för varje del av din vård.

En rytm som svarar mot dig.

En exempeldag balanserar fokuserad behandling med mat, rörelse och tid för återhämtning. Det faktiska schemat följer dina behov och din vårdfas.

Morgon

Frukost, orientering och skonsam rörelse när det är lämpligt.

Sen förmiddag

Kliniskt kärnarbete som terapi, bedömning eller medicinsk uppföljning.

Mitt på dagen

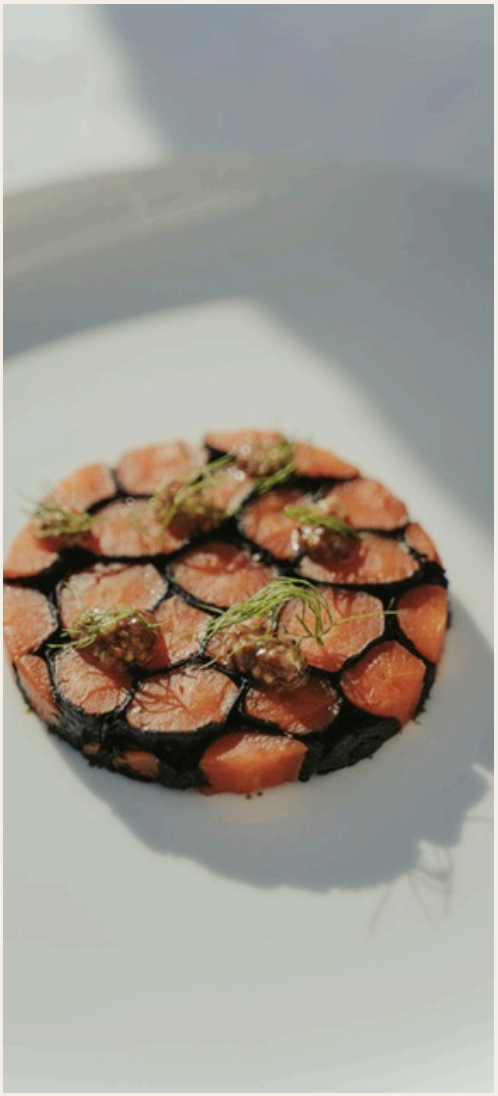
Lunch och en paus för vila och bearbetning av förmiddagen.

Eftermiddag

Utvalda kliniska, kroppsinriktade, familjerelaterade eller stödjande insatser.

Kväll

Middag, egen tid och en lugnare rytm inför sömnen.



Teamet följer upp rytmen under behandlingens gång. Vila, privat tid och schemaändringar vägs in tillsammans med kliniska prioriteringar.

DET PRIVATA BOENDET

Ett boende bara för dig.

Din bostad ger utrymme för kliniska möten, måltider, vila och vardagen mellan sessionerna. Dagsrytmen följer din individuella plan. Bostad, faciliteter och områden för privat bruk bekräftas före ankomsten.

Personligt stöd

Vårdsamordningen hjälper till att organisera dagen och praktiska behov.

Mat varje dag

Kocklagade måltider och kostplanering utgår från individuella behov.

Exakta boendedetaljer och arrangemang bekräftas före inskrivning.

MALLORCA / SPANIEN

Avskildhet bortom husets väggar.

24 hektar / 240 000 m²

På Campo Gran på Mallorca ligger våra privata bostäder på en avskild lantegendom. Skillnaden är utrymmet runt din vardag, inte bara inne i villan: tid utomhus, en lugn måltid eller en paus mellan möten. Miljön kompletterar samordnad klinisk vård; den ersätter den inte.

Arealen avser hela Campo Gran. Bostaden, områden för privat bruk och tillträdet bekräftas individuellt.

Upptäck Mallorca

ZÜRICH / SCHWEIZ

Privat vård med schweiziska kontakter.

Zürich kombinerar ett privat boende med samordnad tillgång till specialister, diagnostik och medicinska tjänster i Schweiz när det är motiverat. Platsen rekommenderas utifrån kliniska behov, praktiska omständigheter och tillgänglighet.

LONDON / BEDÖMNING OCH FORTSATT VÅRD

London stödjer utvalda bedömningar, konsultationer, övergångar och eftervård kring behandlingen med boende på Mallorca eller i Zürich. Rollen är kontinuitet; behandling med boende sker på Mallorca eller i Zürich.

Upptäck Zürich

Plats för människorna som betyder något.

Familj och betrodda personer

Med ditt samtycke kan deras medverkan omfatta utvalda samtal, besök eller förberedelser inför hemkomsten.

Befintliga behandlare

Dina behandlare och behöriga företrädare kan bidra genom tydliga roller och överenskommen informationsdelning.

Arbete och kommunikation

Nödvändiga åtaganden, enheter och kontakter diskuteras individuellt så att de kan stödja din vård och återhämtning.

Behandling för livet du återvänder till.

Hem, relationer, befintliga behandlare och relevanta åtaganden beaktas under behandlingen. Målet är en praktisk överlämning, tydligt överenskommet stöd och ökad självständighet efter vistelsen.

3

månader med personlig eftervård

Form, frekvens och ansvar bekräftas i din individuella plan för fortsatt stöd.

01

Förbered övergången

Identifiera rutiner, relationer och stöd som behövs efter vistelsen.

02

Knyt ihop vården

Samordna med behandlare på hemorten och bestäm vem som ansvarar för uppföljningen.

03

Följ upp och anpassa

Diskutera framsteg, tidiga svårigheter och förändringar i det stöd du behöver.

Internationella arrangemang tar hänsyn till lokala kliniska krav och de tjänster som finns där du bor.

Innan du bestämmer dig.

Kommer jag att dela boendet med en annan klient?

Varje behandlingsprogram med boende på THE BALANCE är till för en person. Arrangemang med partner, familjemedlem eller medföljande bedöms individuellt.

Behöver jag en fastställd diagnos för att kontakta er?

Nej. Börja med det som oroar dig nu. Befintliga underlag kan hjälpa; den kliniska bedömningen avgör vilken ytterligare information eller utredning som behövs.

Hur snabbt kan inskrivning ske?

Tidpunkten beror på klinisk bedömning, underlag, tillgång till boende och team samt en säker resa. Inskrivningsteamet förklarar nästa steg i din situation.

Hur bestäms behandlingens längd?

En rekommendation utgår ofta från 4-8 veckor. Längden styrs av kliniska behov och följs upp under behandlingen.

Kan jag hålla kontakt med familjen eller arbetet?

Kontakter, besök, enheter och nödvändigt arbete diskuteras med dig och anpassas till behandling, säkerhet, integritet och vila.

Kan jag välja Mallorca eller Zürich?

Ditt önskemål vägs samman med kliniska behov, platsens förutsättningar, resa och tillgänglighet. Teamet förklarar den rekommenderade miljön.

Börja med ett samtal.

Om du överväger behandling för dig själv, någon närstående eller en person som du ger råd till, kan vårt inskrivningsteam hjälpa till att klargöra nästa steg.

RING INSKRIVNINGSTEAMET

+41 44 500 5111

thebalance.clinic

MEJLA INSKRIVNINGSTEAMET

admissions@thebalance.clinic

Ett samtal med vår grundare.

Du kan be om ett enskilt samtal med Abdullah Boulad om tanken bakom THE BALANCE, vårt arbetssätt och vad du kan förvänta dig av organisationen.

Klinisk bedömning och behandlingsbeslut ligger kvar hos ansvariga kvalificerade kliniker.

Be om ett enskilt samtal

Berätta i det första samtalet vem du söker stöd för, vad som är viktigt just nu och hur du vill att vi återkommer. Inskrivningsteamet förklarar hur du delar mer detaljerade underlag på ett säkert sätt.

Svenska / Oktober 2026

Denna guide ger en allmän översikt. Individuell vård följer den kliniska bedömningen och den bekräftade planen. Fotografierna visar miljöer och vård; boendet och teamet bekräftas individuellt.

THE BALANCE

MALLORCA / ZÜRICH