

ÅRSMELDING 2022-2023

Mental Helse Kristiansund

Onsdag 8. mars 2023 kl. 17.00
Sted: Kristiansund Frivilligsentral
Skolegata 12



MENTAL HELSE KRISTIANSUND • MOB: 97472014 • kristiansund@mentalhelse.no
Org.nr.: 999 523 137 • Kontonr.:3930 01 46493

VEDLEGG 1 – SAK 2
VEDLEGG 2 – SAK 3
VEDLEGG 3 – SAK 4
VEDLEGG 4 – SAK 5
VEDLEGG 5 – SAK 6
VEDLEGG 6 – SAK 7
VEDLEGG 7 – SAK 8

ÅRSMELDING FOR 2022-2023
REVIDERT ÅRSREGNSKAP FOR 2022
FASTSETTELSE AV HONORAR/GODTGJØRELSE FOR STYRET
INNKOMNE SAKER FRA STYRET OG/ELLER ANDRE
HANDLINGSPLAN 2023
BUDSJETT 2023
VALG AV STYRET

- LEDER
- NESTLEDER
- KASSERER
- VARAMEDLEMMER
- DELEGATER TIL FYLKESLAGETS ÅRSMØTE 2023
- VALGKOMITE'
- REVISOR



ETTER AT ÅRSMØTET ER FERDIG, ER ALLE HJERTELEG VELKOMNE TIL
Å HA DET SOSIALT MED PIZZA OG EN GOD PRAT!

VEDLEGG 1 -

SAK 2

Styrets årsmelding for 2022-2023

Styret har bestått av:

Leder		Anette Scheen
Kasserer		Elisabeth Kongshaug Lien
Styremedlem		Sonja Berg
Styremedlem		Marie Vågen Sandøy
Styremedlem		Therese Ormbostad
Styremedlem		Laila Karlsen
1. Varamedlem	-	
2. Varamedlem	-	
3. Varamedlem	-	

Valgkomiteen har bestått av:

Medlem	-	Sølvi Høvik
Medlem	-	Gerd Vassgård

Mental Helse arbeider for at alle kan leve et meningsfylt liv og oppleve egenverd og mestring. Våre verdier er likeverd, åpenhet, respekt og inkludering.

➤ Styremøter, aktiviteter samt årsmøtet i 2022:

1. Styret har ikke fått til å holde jevnlig styremøter siden årsmøtet i april 2022, dette pga. sykdom og pandemi. Vi har avholdt 12 styremøter i årsmøteperioden. I tillegg til gjennomført årsmøte 7.mars 2022.
2. Medlemmer pr. 31.12.2022: 59 betalende. Vi fikk 22 nye medlemmer i 2022.

- Kurs og samlinger:
 - ✓ 4 frivillige deltok på kurs i likepersonsarbeid
 - ✓ 3 frivillige deltok på kurs i organisasjonsarbeid
 - ✓ 3 tillitsvalgte deltok på Mental Helse Møre og Romsdal sitt 40-års jubileum som ble avholdt i Molde. God mat, fine taler og herlig underholdning i regi av lokale musikere gjorde markeringen flott og verdig en jublant.
 - ✓ 9 personer deltok på Medlemsmøtet i Ålesund, i regi av Mental Helse Ålesund. Samlingen ble holdt i restauranten på Aksla. Hvert lokallag fortalte om hva som skjer lokalt og det ble servert god mat og kaker. Det var Mental Helse Ålesund som stod for medlemsmøtet denne gangen.

- Fadderordning:
 - ✓ Leder Oddrun Beyer Holm fra Mental Helse Molde, er vår fadder. Hun er også styremedlem i Mental Helse Møre og Romsdal fylkeslag. I 2022 har vi hatt samtaler på tlf., e-post samt fysiske møter på kurs og samlinger.

- Likepersonsarbeid:
 - ✓ Vi har i 2022, hatt faste aktiviteter; Mandagsklubben, Onsdagsklubben og Turgruppa. Mandagsklubben og Onsdagsklubben har hatt sine aktiviteter i lokalene til Kristiansund Frivilligsentral. Turgruppa har hatt ukentlige turer i nærområdene, samt minibussturer utenfor bykjernen.
I tillegg har vi hatt soppkurs og kurs i redesign.
Å være ansvarlig frivillig i disse aktivitetene registreres som «likepersonsarbeid» og genererer likepersonsmidler.
 - ✓ I 2022 hadde vi 14 aktive likepersoner som var ansvarlig for gjennomføringen av til sammen 102 møteplasser som tilsvarer fantastiske 510 timer med frivillig arbeid!
 - ✓ Vi har hatt en jevn strøm av medlemmer og ikke-medlemmer til aktivitetene våre.
 - ✓ Onsdagsklubben har i 2022 gjennomført 34 sosiale møteplasser. I snitt har det vært 10 gjester til stede hver onsdag med til sammen 13 unike deltakere. Onsdagsklubben hadde planer om flere større utflukter i 2022, men sykdom og pandemi gjorde at det heller ble en stor tur med Hurtigruta og et par utflukter i egen by, blant annet et besøk på restauranten Smia.
Onsdagsklubben med sine dyktige kokker serverer deilig middag hver uke, det spilles

bingo, quiz og det blir nære og gode samtaler om store og små hendelser, og alle blir hørt.

- ✓ Mandagsklubben er en åpen sosial møteplass som har treff hver annen mandag i partallsuker.
Mandagsklubben er åpen for alle og vi har i årsmøteperioden gjennomført 27 kreative og sosiale kvelder. Vi startet året 2022 med enkel servering som f.eks. bakverk, snacks m.m, men gikk i løpet av året mer og mer over til servering av mat. Mat og kreative aktiviteter er samlende uavhengig av alder, kjønn og etnisitet, og noe vi fortsatt skal ha fokus på i tiden framover.
Så mange som 51 unike deltakere har vært innom en eller flere ganger i løpet av perioden, mens mellom 15-25 er faste gjester. I februar 2023 ble det slått rekord med 29 besøkende på en og samme kveld. God mat, hyggelige folk og bingo/quiz er nok en viktig del av det er en jevn strøm av gjester.
Maten blir servert rundt kl. 17 og det hører som regel alltid med noe godt til kaffen. Vi har mange flinke kokker og bakere med på laget, så vi lider absolutt ingen nød. Som fast og populært innslag etablerte vi høsten 2022 et smykkebord og der er det alltid fullt! Bingo, quiz og VR er også populære innslag.
- ✓ Turgruppa går turer hver tirsdag i lokalmiljøet. En gang hver måned leier vi minibuss og vi kjører da ut av byen, ofte til nærliggende kommuner. Turmål som Atlanterhavsveien og bålhuset på Vevang, Elvastien på Gjemnes er attraktive reisemål som drar mye folk. Målet til Turgruppa er ikke å gå fortest, lengst og høyest, men å bruke naturen som et kraftsenter for mestring og sosialt påfyll. Påfyll av mat, søtt og salt hører ofte med. Kulturelle innslag som afghansk kebab på bål er noe vi alle blir inspirert av, og vi er så heldige å ha med oss folk fra mange ulike land og verdensdeler.
Turgruppa har hatt med så mange som 40 unike deltakere, mens kjernen har ligget på mellom 10-18.
- Samarbeid med andre:
 - ✓ Vi har siden oppstarten i april 2021 hatt aktiviteter og styremøter i lokalene til Kristiansund Frivilligsentral.
 - ✓ I samarbeid med Kristiansund Frivilligsentral og Fellowman arrangerer vi søndagsquiz den siste søndagen hver måned. Dette er en veldig uhøytidelig og sosial quiz. Vi deler inn i lag så ingen blir sittende alene.
 - ✓ Kristiansund kommune, enhet for rus og psykiatri – aktivitetssenter med tilholdssted på brannstasjonen bidrar til å spre informasjon om våre aktiviteter.
 - ✓ DPS Nordlandet bidrar også med informasjon om våre aktiviteter.
 - ✓ Varde AS er blitt en god og fin samarbeidspartner for markering av Verdensdagen for psykisk helse. I to år har vi samarbeid på de største markeringene, samt at vi har deltatt på deres lokale arrangement utenfor Varde i Industriveien.
Vi har hatt informasjonsstand i kantinen hos Varde. Der var vi tilstede for «være synlig» med våre aktiviteter og hva vi kan tilby. Flere tok turen innom for en prat.
 - ✓ Mental Helse Kristiansund, LPP, Ryggforeningen, Revmatikerforbundet, Parkinsonsforbundet samarbeidet sammen i februar 2023 om et foredrag/informasjonsmøte med Pasient- og brukerombudet. Foredraget ble holdt i Braatthallen.

➤ Verdensdagen for psykisk helse:

- ✓ I godt samarbeid med Varde AS så markerte vi Verdensdagen for psykisk helse lørdag 8. oktober på Kristiansund Frivilligsentral. Vi hadde 9 frivillige på plass denne lørdagen, og så mange som 70-80 personer stakk innom markeringen. Temaet for Verdensdagen 2022 var «løft blikket».
Prost Sindre Stabell Kulø åpnet med et inspirerende foredrag. Ellers inviterte vi til pølsefest, smykkebord og konkurranse. Varde var i år også til stede med sine kjempegode skravlekaker og er blitt en naturlig og fin samarbeidspartner for markeringen av Verdensdagen.
- ✓ 10 oktober hadde vi stand sammen med LPP på Alti Futura. Mange tok turen innom oss for en prat. Den som tok seg ekstra god tid og som har stort fokus på psykisk helse, var ordføreren på Averøy «Ingrid Ovidie Rangønes.

➤ Velferdstiltak i årsmøteperioden:

- ✓ Som i 2021 ble det i 2022 en tur med Sundbåten i vårt flotte havnebasseng. Daglig leder for Sundbåten guidet oss gjennom hele havnebassenget med kaffe, sveler og morsomme og interessante historier! Sommerfesten fortsatte på Frivilligsentralen med pizza, kaker og VR «walk the plank challenge». Dette var både festlig og utfordrende for mange.
- ✓ Pandemi og ekstra smittetrykk i byen gjorde at vi i 2021 måtte avlyse våre planlagte juleaktiviteter som blant annet julebord. Derfor var gleden stor i år da vi i 2022 kunne slå disse sammen og invitere til et ekstra stort og flott julebord. Det ble servert nydelig juletapas og kaker fra Varde. Stian Åkvik sammen med Mads Visnes og Øivind Frisvold stod for kveldens flotte musikalske innslag. Stian Åkvik er for mange kanskje mest kjent fra sin deltakelse på The Voice.
- ✓ I november kunne våre medlemmer velge mellom julekonsert med Stian Åkvik i Kirkelandet kirke eller en kinobillett. 12 medlemmer ble med på konsert og like mange ønsket en kinobillett.
- ✓ I januar 2023 fikk alle medlemmer tilbud om en kinobillett eller en billett til Atlanterhavsbadet. 24 medlemmer benyttet seg av dette.
- ✓ Alle tilbud blir gjort kjent våre medlemmer via e-post, sms og i våre grupper på Facebook.
I neste årsperiode skal vi jobbe for å nå ut til enda flere.

➤ **Profilering og synliggjøring:**

- ✓ Mental Helse Kristiansund har egen hjemmeside som du finner på mentalhelse.no. Her legger vi inn aktiviteter både under lokalnyheter og i kalenderen.
- ✓ Vi prøver å være aktive på både Facebook og på Instagram, og legger her ut info om kommende aktiviteter samt litt info om det som har vært.
I løpet av 2023 ønsker vi å bli synlige på snapchat.
- ✓ I tillegg til vår FB-side så er vi svært aktive på gruppene; Psyk kreativ mandag og Turgruppa. På gruppen Psyk kreativ mandag er vi 61 medlemmer og 39 av disse har vært innom Mandagsklubben i løpet av årsmøteperioden. Turgruppa har 47 medlemmer i gruppen og av disse har 34 av disse vært innom en eller flere av turene.

➤ **Økonomi og støtte:**

- ✓ Vi får vår inntekt gjennom blant annet antall betalende medlemmer.
- ✓ Likepersonstilskudd
- ✓ Grasrotandelen gjennom Norsk Tipping er en viktig inntektskilde til ubundne (frie) midler: Mental Helse Kristiansund hadde i 2022, 23 grasrotgivere, en økning på 1 giver fra 2021.
- ✓ I 2022 var vi så heldige å få en gave på kr. 25000.- fra OKEA AS. OKEA hadde høsten 2022 en HMS-kampanje «se og bli sett». De ønsket i den forbindelse å gi en gave til lokallag av Mental Helse, i de tre byene de har kontorer. Heldig var vi at Kristiansund var en av de byene.
- ✓ I 2022 ble det søkt midler til aktiviteter fra Stiftelsen Omsundet, DAM express og Kristiansund kommune.

Mental Helse Kristiansund vil gjerne rette en stor takk til alle som støtter opp om arbeidet vårt gjennom medlemskap, som grasrotgiver og deltakelse på våre aktiviteter og arrangement.

Tusen takk alle sammen, vi setter stor pris på hver og en av dere!



Styret, 15. februar 2023

Leder Anette Scheen

Kasserer Elisabeth Kongshaug Lien

Styremedlem Sonja Berg

Styremedlem Marie Vågen Sandøy

Styremedlem Laila Karlsen

Styremedlem Therese Ormbostad

