

ÅRSMELDING 2020 - 2021

Mental Helse sin visjon:

*Alle har rett til et meningsfylt liv
og en opplevelse av egenverd og
mestring.*

- ➔ LIKEVERD
- ➔ ÅPENHET
- ➔ RESPEKT
- ➔ INKLUDERING



MENTAL HELSE
MØRE OG ROMSDAL

Leiar'n

Etter nedstenginga av samfunnet fekk organisasjonen utfordringar, men viste seg omstillingsdyktig og fann gode løysingar gjennom fleksibilitet.



Mange lokallag ga medlemmene tilbod om aktivitetar som fysiske og/eller digitale møte. Fylkeslaget skulle halde kurset *Konflikthandtering* og leiarmøte i mars. Etter utsetting blei dei gjennomført i oktober og november. Gjennom å treffast att, fekk medlemmene ny giv og inspirasjon i arbeidet. Med ny optimisme inviterte fylkeslaget til kurs i valarbeid i januar, men koronaen sette stopp. Planlagde desentraliserte kurs blei også sett på vent.

Gledeleg er det at medlemstalet auka i 2020. Mental Helse Kristiansund er reetablert, og nytt lokallag er stifta i Hustadvika. Studiarbeidet auka med 22 % i forhold til 2019. Vi er i teten i Mental Helse og er tredje best av alle organisasjonane i fylket vårt. I samarbeid med Mental Helse sentralt er vi i gang med gjennomføring av YAM - eit helsefremmande og preventivt undervisningsprogram for psykisk helse blant unge.

Lokallaga er Mental Helse sine gode ambassadørar og har ei viktig rolle i lokalmiljøet. Ved synleggjering av aktivitetane sine bl.a. i media, på nettsidene og Facebook blir det gode arbeidet dei utfører sett.

Fylkesstyret brukar mykje av tida si i arbeid for lokallaga. Det skjer bl.a. gjennom fadderordninga, tilrettelegging av kurs, opplæring, informasjon, administrering av velferdsmidlar, formidling om inntektskjelder, råd og rettleiing.

Sidan 2011 har fylkeslaget halde stø kurs mot målet: *Vi skal bli det beste fylkeslaget*. Det skjer gjennom målretta arbeid, godt samarbeid, god kommunikasjon, gjensidig respekt, synleggjering og systematisk gjennomføring av handlingsplanen. Men ved kvar milepæl er det viktig å stå på vidare.

Eg vil nytte anledningen til å takke for meg som leiar for fylkesstyret. I 2011 blei eg valt til styremedlem. Året etter blei eg nestleiar, ein funksjon eg hadde fram til eg tok over som fylkesleiar i 2016. Sidan 2012 har eg også vore studieleiar. Berre ein gong har eg ikkje møtt i AU og fylkesstyret i desse ti åra. Funksjonane har bydd på utfordringar, men vore svært interessante og lærerike. Eg har blitt kjent med ein flott organisasjon med trivelege, engasjerte og dyktige menneske som arbeider målretta for Mental Helse på alle nivå.

Lykke til vidare med det viktige arbeidet de utfører!
Anna Margrethe

Våre verdier

- LIKEVERD fordi alle mennesker har like stor verdi og skal ha like muligheter og rettigheter.
- ÅPENHET fordi åpenhet sammen med kunnskap bidrar til å få bort myter og hindre stigmatisering.
- RESPEKT fordi vi ønsker et samfunn som anerkjenner det enkelte menneskes ressurser og muligheter.
- INKLUDERING fordi alle mennesker skal oppleve at de er betydningsfulle for fellesskapet.



MENTAL HELSE
Møre og Romsdal

Fylkesstyre i årsmøteperioden

Fra 01.06.2020 til 07.05.2021)

Leder og studieleder:

Anna Margrethe Drægebø Moe

Nestleder:

Irene Sundholm

Styremedlemmer:

Per Gimnes

Oddrun Beyer Holm

Nils-Inge Holm

Varamedlemmer:

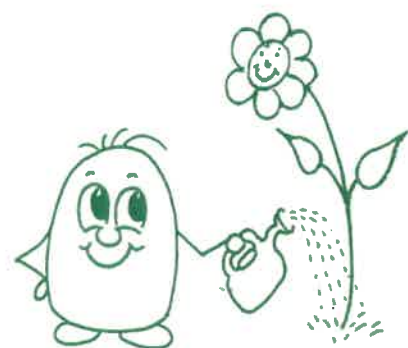
Charlotte Andreassen

Borghild Reenskaug

Tonny Roger Frøyen

Innhold

	Side
Styrets beretning for årsmøteperioden 2020-2021	4
En aktiv og synlig samfunnsaktør	6
Skolering av medlemmer og tillitsvalgte	8
Styrking og synliggjøring av organisasjonen	10
Styrking og synliggjøring av organisasjonen	12
Mental Helse Møre og Romsdals kompetansesenter	14
Våre tjenester	14
Representasjon	15
Utfordringer fremover	15



Frøet "Vi skal bli best" har slått rot,
og det blomstrer.

Styrets beretning for årsmøteperioden 2020-2021



Godt sosialt miljø med mye latter gir arbeidsglede og energi.

Årsmøtet 2020 ble utsatt fra 18.april til 5. september pga. pandemien, og holdt på Hotell Alexandra i Molde. Årsmeldingen 2019 - 2020 ble avsluttet 31.05.2020. Fylkesstyrets mandat for kommende årsmøteperiode ble gitt i handlingsplan og budsjett for 2020 –2021. Fylkesstyret avgir årsmelding for perioden 01.06.2020 til 23.04.2021. Årsberetningen viser styrets aktiviteter og driften av fylkeslaget Mental Helse Møre og Romsdal.

Aktiviteten i styret

Det har vært avholdt 8 styremøter og behandlet 67 saker i perioden. Arbeidsutvalget (AU) ved Anna Margrethe Drægebø Moe og Irene Sundholm med vara Per Gimnes har sammen med fylkessekretæren hatt møter jevnlig mellom styremøtene.

Arbeid i perioden

Pandemien med smittevern-tiltak som endres på kort varsel har med sin uforutsigbarhet påvirket styrets

arbeid.

Kurs og møter har blitt utsatt på kort varsel. Faste gjøremål der det er viktig med fysiske møter, har ikke latt seg gjennomføre som planlagt.

Eksempler på det er styreseminar sammen med organisasjonsrådgiver straks etter nytt styre er valgt, der temaet er styrearbeid og rutiner og bli kjent med hverandre for å danne et godt team. Kurs og konferanser som gir inspirasjon

og skaper kontakter, har ikke blitt arrangert. Besøk i lokallagene for de som ønsket støtte i diverse oppgaver.

Men vi har hatt fokus på å stille med brukerrepresentanter der det etterspørres, lagt vekt på telefonisk kontakt med lokallagene og oppmuntret dem til å gjennomføre bl.a. velferdstiltak og tilbudt midler til gjennomføring. Vi har også lagt grunnlaget for gjennomføring av YAM i ungdomsskoler (et helsefremmende og pre

ventivt undervisningsprogram for psykisk helse blant unge) og søkt midler til tiltak for å motivere flere til å bli/være brukerrepresentanter gjennom opplæring, oppdatert kunnskap, dele erfaringer og danne nettverk.

Inkludering og arbeidsmiljø

Fylkesstyret har i perioden hatt fokus på å inkludere alle styremedlemmene, også varamedlemmer og fylkessekretær aktivt i driften av fylkeslaget.

Ved fylkesstyremøter er det satt av tid til felles lunsj på kontoret.

Det er godt oppmøte på styremøtene som har vært fulltallig unntatt en gang. Vi har hatt både digitale og fysiske styremøter.

Ledermøte for lokallagene

I november, etter utsettelse fra mars, arrangerte fylkesstyret ledermøte for lokallagene. Lokallagene har mulighet til å møte med to representanter, fortrinnsvis leder og en til fra styret, til samlingen.

På programmet stod nytt fra lokallagene, orientering om Helseplattformen, brukerrepresentasjon med vekt på å ha gode representanter til å tale brukernes sak, Magnus 2 modellen, forhandlingene vedrørende bygging av det nye sykehuset utenfor Molde.

Det ble også informert om gjennomføringsmål og framdriften i prosjektet undervisningsprogrammet YAM.

Målrettet arbeid og strategi



I 2011 ble det skrevet på flipoveren på møterommet: «Vi skal bli det beste fylkeslaget!» For å nå målet kreves det stor kurs med blant annet god struktur og kommunikasjon, godt samarbeid, målrettet arbeid og handling.

Styringsdokumenter

Alt arbeid i fylkesstyret bygger på Mental Helse sine styringsdokumenter vedtatt av landsmøtet (Vedtekter, Samfunnspolitisk program, Strategi og handlingsplaner vedtatt av sentralstyret og fylkesårsmøtet. I arbeidet brukes også Mental Helses «Tips-hefte for fylkes- og lokallag» og organisasjons-håndbok for Mental Helse og andre kilder ved behov.

Fylkesstyret har utarbeidet et eget dokument «Strategihefte for fylkesstyret i Mental Helse Møre og Romsdal». Det inneholder oppgaver og ansvar styret skal utføre, og beskriver viktige prioriteringer for fylkeslaget.

Disse ansvarsoppgavene er basert på innspill fra medlemmene og lokallagenes forventninger til fylkesstyret. I heftet er nedfelt årlige rutiner og mandater.

Av innholdet kan nevnes: Saker til behandling i fylkesstyret, rutiner for kurs og konferanser, håndtering av saker og innspill fra lokallagene, økonomirutiner og administrative rutiner, fadderordningen, vedtatte mandater og etiske leveregler. Heftet blir oppdatert fortløpende ved endringer.

Handlingsplan og økonomi

Fylkeslagets handlingsplan bygger på Mental Helses kjernesaker og verdier, og er tilpasset lokale forhold i fylket og regionen vår.

Framdrift i handlingsplanen har fast plass som egen sak i styremøtene, og økonomirapport legges fram kvarttalsvis. I 2020 var fokus på *forebygging og valgfrihet*, og i 2021 er det *selvmordsforebygging*.

En aktiv og synlig samfunnsaktør



Siste lokallagstreffet før pandemien satte stopper for treffene, var på Alnes opplevelsessenter i juni 2019 med Mental Helse Giske som vertskap. Disse treffene har stor oppslutning.

Medlemmene og lokallagene danner *grasrota* og er grunnlaget for driften i fylkeslaget. Uten dem ville organisasjonen vært lite synlig i samfunnet til daglig. Fylkeslaget Mental Helse Møre og Romsdal støtter opp om *samholdet* blant medlemmene og lokallagene ved å gi råd og veiledning.

Aktive medlemmer og lokallag

Medlemmene og lokallagene er grunnmuren i organisasjonen vår. Medlemsverving er et viktig satsningsområde for Mental Helse. Pr. 31. desember 2020 var det 408 medlemmer i fylket vårt, 23 flere enn året før.

I Møre og Romsdal har Mental Helse hatt til sammen 21 lokallag som dekket 26 av fylkets daværende 36 kommuner. Noen av lokallagene

ligger for tiden nede, og andre sliter med å holde hjulene i gang. De fleste har stabil og god drift, enkelte er svært aktive.

I dag er det 13 aktive lokallag som dekker 13 av fylkets nåværende 26 kommuner. I januar ble Mental Helse Kristiansund re-etablert og valgte nytt styre. Samme måned ble Mental Helse Hustadvika etablert og har valgt styre.

Lokale møteplasser

Lokallagene fungerer som sosiale møteplasser med et bredt tilbud av ulike aktiviteter, kurs og opplæring.

Møteplassene gir tilhørighet og fellesskap, og er med på å øke den enkeltes livskvalitet, vekst og mestring. Som et ledd i å tiltrekke seg flere medlemmer er det viktig at lokallagene synliggjør aktivitetene på sine møteplasser i sosiale medier.

Likepersons aktiviteter

Flere lokallag har likepersoner som tar særskilt ansvar for aktiviteter i lokallagene.

Møteplasser, aktivitets- og samtalegrupper, besøks- og oppsøkende tjenester og likepersonskurs er aktiviteter som rapporteres inn og gir tilskudd.

Fylkesstyret bistår lokallagene som ønsker det, med råd og tips i rapportering.

Samarbeid på tvers av lokallagene

Lokallagenes etablerte samarbeid om ulike aktiviteter og møteplasser har blitt hindret av pandemien. For å bidra til sosialt fellesskap mellom medlemmene inviterte Mental Helse Sykkylven andre medlemmer og lokallag til prat og aktiviteter på zoom.

Den årlige tradisjonen der ett av lokallagene inviterer alle de andre lokallagene til treff, ble også satt på vent av pandemien.

Velferdstiltak

Fylkeslaget mottar velferdsmidler som videreføres av fylkesstyret til lokallagene.

I lokallagene brukes midlene til trivselstiltak som styrker kontakten mellom lokallagene og medlemmene innad i laget.

Det årlige lokallagstreffet der ett lokallag inviterer de andre, blir prioritert i tildelingen da fylkesstyret ønsker å styrke samholdet mellom alle medlemmene i hele fylket.



VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE

Verdensdagen for psykisk helse

10. oktober er Verdensdagen for psykisk helse. Dagen er en FN-dag, og markeres over hele verden. I

Norge er Mental Helse koordinator for markeringen på oppdrag fra Helsedirektoratet. Flere lokallag markerte dagen sammen med ulike samarbeidspartnere i vårt fylke.

Hvert år blir et tema valgt for markeringene. Temaet i 2020 var *Spør mer!* Temaet i 2021 er *Livet under og etter pandemien*. Det er det tredje og siste temaet under paraplyen *Oppmerksomhet og tilstedeværelse*.

Fadderordningen

Vår godt etablerte fadderordningen er et viktig bidrag til styrking av kontakten mellom lokallagene og fylkesstyret.

Fylkesstyrets medlemmer som er faddere, tar kontakt med sine lokallag minst to ganger i året og er til stede på årsmøtene der de har en presentasjon av viktige satsningsområder i Mental Helse.

Lokallagene kontakter også sine faddere ved behov for råd og rettleiing.

Lokallag, kommuner og medlemstall 31.12.2020

Aukra	2	Skodje/Ørskog	21
Giske	21	Stordal	58
Halsa/Aure	1	Stranda	18
Haram	15	Sunndal	41
Hareid	9	Surnadal/Rindal	3
Herøy/Sande	7	Sykkylven	32
Kristiansund	16	Vestnes	18
Molde	59	Volda/Ørsta	20
Norddal	3	Ålesund	42
Rauma	22		

(Listen viser bare kommuner der vi har eller har hatt lokallag. Aktive lokallag er uthevet.)

Skolering av medlemmer og tillitsvalgte



Opplæring av medlemmer og tillitsvalgte vektlegges for å styrke organisasjonen.

Skolering av medlemmer og tillitsvalgte er viktig for å styrke arbeidet i lokallagene. Plan for opplæring i organisasjonen vår er nedfelt i *Strategi 2018 – 2020* om ble vedtatt på landsmøtet. Fylkesstyret inviterer lokallagene til å komme med innspill til skoleringen og legger vekt på disse innspillene sammen med de sentrale føringene når tema velges.

Opplæringsstrategien

Målet for strategien er å tilby tillitsvalgte og medlemmer en systematisk og god organisasjonsopplæring. Hovedmålet er at kurs og annen relevant opplæring skal være tilgjengelig for alle våre medlemmer.

Mental Helse har utviklet fire kurs:

«Organisasjonskurs», «Rollen som brukerrepresentant», «Politisk påvirkning» og «Konflikthåndtering». De har også utdannet ni kursledere til nevnte kurs.

Fylkeslaget har gjennomført alle disse kursene i fylket og invitert alle våre lokallag til å delta. For å ivareta skoleringen av nye tillitsvalgte som ikke har deltatt på kursene i fylket, inviteres disse til deltakelse på sentrale kurs i de tre første temaene.

I tillegg organiserer fylkesstyret opplæring i andre aktuelle tema. Fylkesstyrets medlemmer har god kompetanse på ulike felt og er aktive i skoleringen av våre medlemmer.

Opplæringstilskudd (OT)

Lokallagene har mulighet til å registrere aktiviteter som gir læring i Studieforbundet Funkis og motta tilskudd.

Opplæringen skal tilpasses kursdeltakernes spesielle behov, dvs. «fjerne hindringer» slik at de kan delta på kursene og få utbytte. Det koster gjerne ekstra, og kursholder kan få ekstra tilskudd (TRT). V

Vårt fylkeslag ligger i teten i Mental Helse når det gjelder antall studietimer, men fylkesstyret kjenner til at

mange lokallag utfører aktiviteter som kan registreres som likepersonsarbeid og/eller som kurs.

Opplæring i regelverk og registrering av kurs, likepersonsarbeid og likepersonsrapportering har hatt og vil ha fokus framover. I januar tok Studieforbundet Funkis i bruk nytt registreringssystem som skal forenkle registreringen av kursene.

Studiearbeid er et prioritert område for Mental Helse. Særlig satses det på opplæring i organisasjonsarbeid og brukermedvirkning som Mental Helse yter ekstra opplæringstilskudd til i tillegg til det Studieforbundet Funkis gir.

Kurs og opplæring

Etter utsettelsen i mars ble kurset «Konflikthåndtering» gjennomført i oktober med god deltakelse. Hensikten med kurset er å gi tillitsvalgte kunnskap og verktøy til å håndtere og forebygge konflikter og legge godt til rette for samarbeid.

Etter gjennomført kurs ønsket fylkesstyret tilbakemelding fra deltakende lokallag om hvordan de har brukt ny kunnskap i sitt lokallag.

Klargjort kurs medio januar i valgkomiteearbeid ble utsatt grunnet smitteverntiltakene. Vi valgte også å sette på vent planlagt «Organisasjonskurs», desentralisert bistand i årsmøteforberedelser og likepersonsrapportering, samt desentralisert opplæring i bruk av Teams grunnet nye smitteverntiltak i begynnelsen av januar.

Vår fylkesleder Anna Margrethe Drægebø Moe, som har vært studieleder siden 2011, fikk Voksenopplæringsforbundet i Møre og Romsdal sin *Voksenopplæringspris for 2019* for sitt engasjement for studiearbeidet i Mental Helse og Studieforbundet Funkis Møre og Romsdal.

Deltakelse på fagdager, konferanser, samlinger og seminar

Fylkesstyret ser på nevnte arenaer som viktig for faglig påfyll og utveksling av erfaringer og ideer. Pandemien har som kjent, ført til at det ikke har vært slike fysiske møter. Men vi har hatt representanter på årsmøtene til de av våre samarbeidspartnere som har kunnet gjennomføre disse. Det er også viktig for vårt arbeid.

Rapporterte studietiltak til Studieforbundet FUNKIS i 2020:

➔ MH MØRE OG ROMSDAL 7 kurs 62 timer	➔ MH MOLDE 4 kurs 231 timer
➔ MH SKODJE/ØRSKOG 9 kurs 45 timer	➔ MH SYKKYLVEN 2 kurs 30 timer
➔ MH STORDAL 11 kurs 68 timer	Sum totalt: 33 kurs 436 timer



erfaringskompetanse.no

Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse

Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse er et tiltak i regi av Mental Helse. Senterets viktigste oppgave er å samle og løfte frem kunnskap fra brukere og pårørende slik at denne kunnskapen kan føre til utvikling av god, kunnskapsbasert praksis. De lager nye publikasjoner, magasiner, bøker og nettsaker som trekker frem og formidler kunnskap fra brukere og pårørende. Les mer på:

www.erfaringskompetanse.no



Styrking og synliggjøring av organisasjonen

Mental Helse skal være en synlig og troverdig samfunnsaktør. Fylkesstyret jobber derfor for at hele organisasjonene skal være tilstede på arenaer der vi kan påvirke samfunnet for å nå vårt mål.

Samarbeid på tvers av fylkesgrensene

Regionråd

Regionråd (eller regionsamlinger) er regionale møteplasser for ledere og nestledere i Mental Helses helseregionene. De tar sikte på å arbeide med politiske påvirkningssaker i sine helseregioner.

Regionrådet i Mental Helse Midt og Nord består av Møre og Romsdal, Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark.

Det ble gjennomført en samling der temaene var:

- Status/erfaringsutveksling mellom fylkene
- Kommunikasjon og synlighet
- Landsmøtesaker med særlig fokus på Samfunnspolitisk program og Strategi.

Ledermøte

Sentralt møtes landets fylkesledere og sentralstyret til ledermøte to ganger i året. Dette er en viktig arena for nettverk og samkjøring av nasjonale satsninger for organisasjonen. Fra 2021 vil også nestlederne delta.

Samarbeid med andre

For å styrke organisasjonen vår slik vi kan nå våre mål samarbeider Mental Helse Møre og Romsdal med våre paraplyorganisasjoner, Studieforbundet Funkis og FFO Møre og Romsdal.

Studieforbundet FUNKIS

Som medlem i studieforbundet får våre medlemmer tilbud om å delta på kurs som FUNKIS arrangerer. Vi deltok på deres årsmøte.

FFO Møre og Romsdal

Fylkesstyret har godt samarbeid med fylkes FFO. Vi deltok på deres årsmøte.

Økonomi og medlemmer

Stabil økonomi, gode rutiner og medlemmer er grunnlaget for driften.

Fylkeslaget sin økonomi

Samarbeidet med helseforetakene danner grunnlag for tilskudd til drift og aktiviteter for fylkeslaget.

Mental Helse Møre og Romsdal mottok kr 410.000,- i tilskudd fra Helse Midt-Norge RHF i 2020.

Fra fylkeskommunen fikk vi kr 36.000,- som går til driften av fylkeslaget.

Styrke og stabilisere lokallagenes økonomi

Det er fokus på at lokallagene har gode økonomiske rutiner og rapporter aktiviteter som gir tilskudd slik at de har midler til videre drift.

Mental Helse Møre og Romsdal arbeider for å sikre at våre medlemmer fortsatt skal ha mulighet for å komme sammen.

Gjennom å sikre driften av fylkeslaget, kan vi bidra til å styrke både lokallag og medlemmer.

Profilering og synlighet

Det legges vekt på synliggjøring ved aktiv bruk av fylkeslagets nettside og Facebook. Blant annet legges det ut artikler om viktige gjøremål i fylkeslaget.

Fylkesstyret ser at Mental Helse må være enda mer synlig, og det må legges større vekt på markedsføring av arbeidet som utføres for bedre psykisk helse.





Brukerrepresentasjon

Brukerrepresentasjon er nøkkelen i utviklingen av gode tjenester. Således er det viktig å ha skolerte og engasjerte brukerrepresentanter både i kommunene, fylket og regionalt til å tale brukernes sak på en god måte.

Fylkeslaget har fokus på rekruttering av brukerrepresentanter og etablering av nettverk for disse. En vil på ulike måter samarbeide med lokallagene og skaffe seg oversikt over de som er brukerrepresentanter. Ett mål er også å invitere brukerrepresentantene til erfaringsutveksling 1 – 2 ganger årlig.

Medlemmer som er interessert i å bli brukerrepresentant, får mulighet til å delta på Mental Helses kurs i brukerrepresentasjon sentralt og på FFOs kurs i temaet.

Fylkesstyret har søkt midler til tiltak for å motivere flere til å være/bli brukerrepresentant gjennom opplæring, oppdatering av kunnskap, deling av erfaringer og skape nettverk.



Undervisningsprogrammet YAM



Prosjektarbeid

I mai 2020 nedsatte fylkesstyret en prosjektgruppe som består av Irene Sundholm (leder), Per Gimnes og Charlotte Andreassen. Intensjonen var ønske om representasjon fra både fylkesstyret og en ung fra et lokallag. Gruppen skal samarbeide med Mental Helse sentralt.

Mandatet for gruppa er å planlegge og gjennomføre undervisningsprogrammet YAM for ungdomsskoleelever i aktuell alder i Møre og Romsdal. Gruppen skal avklare interessen for programmet ved skoler rettet mot ungdoms-/videregående skoler i Møre og Romsdal.

Det skal utarbeides skisse for gjennomføring, lages kostnadsoverslag og søkes om midler til gjennomføring.

Prosjektet startet med gjennomføring i sju klasser på niende trinn ved Atlanten og Nordlandet ungdomskoler i Kristiansund.

Med erfaringene derfra arbeides det videre med gjennomføring i resten av fylket.

Målet er at alle ungdomsskoleklassene i fylket skal få tilbud om YAM, og prosjektgruppen jobber videre med planlegging og finansiering i samarbeid med kommuner og fylkeskommunen.

Om YAM

Undervisningsprogrammet er bygd på tung internasjonal forskning, utviklet av Karolinska instituttet i Stockholm og University of Colombia i USA. YAM er et program for skoleelever som fremmer samtale og diskusjon, utvikler ferdigheter for å møte livets vanskeligheter og øker kunnskap om psykisk helse.



Prosjektgruppa i arbeid.

Kurs i konflikthåndtering



Etter lang tid med smitteverntiltak som hindret oss i å samles på kurs, kunne vi endelig møtes på kurset «Konflikthåndtering» i Ålesund. I tillegg til kunnskap og verktøy gav samlingen ny giv og inspirasjon til arbeidet i lokallagene.

Lokallagsledere

Giske:

Tone Elin Walderhaug

Haram:

Astrid Jons s

Hareid:

wenche Iren Roppen

Hustadvika:

Bjørnar Lien

Kristiansund:

Anette Scheen

Molde:

Oddrun Beyer Holm

Rauma:

Finn Audun H rstad

Skodje/Ørskog:

Ingeborg Steffensen

Stordal:

Anna Margrethe Drægebø Moe

Stranda:

Frode Lyse

Sunnadal:

Sissel Vaagland

Sykkylven:

Anne Turid Angell Vikstad

Vestnes:

Synnøve Lange

Volda/Ørsta:

Eli Egset

Ålesund:

Arild Kvamme

Noen klipp...

Mental Helse Molde 40 år

Etablert 3. desember 1980.

Markert med middag til medlemmene, tidligere ledere, leder FFO Molde og omegn og fylkeslagets leder.

Fylkes rsmøtet 2020

Det møtte 43 delegater fra tte lokallag. I tillegg deltok 15 s - kalt «øvrigt medlemmer» eller observatører.

Mental Helse Skodje/Ørskog

og Ålesund kommune har i samarbeid etablert dagtilbud to dager i uka i lokale ved brannstasjonen.

Lokallagsnytt



Mental Helse Sykkylven

Etter samfunnet ble «nedstengt», utlyste Mental Helse en konkurranse der de tre beste digitale tiltakene/aktivitetene skulle få en pengepremie.

MH Sykkylven videreutviklet «Kjøkkenprat» til Zoom, laget aktivetskvelder med quiz, ludo og prat, og inviterte også medlemmer i andre lokallag til delta.

Sykkylven fikk en av de tre pengepremiene fra Mental Helse.

Mental Helse Kristiansund ble re-etablert 26.01.2021.

Styret består av

Leder: Anette Scheen

Kasserer: Per Gimnes

Styremedlem: Sonja Berg



Mental Helse Hustadvika ble etablert 27.01.2021.

Styrets består av

Leder: Bjørnar Lien

Kasserer:

Maiken Therese Svenøy

Sekretær:

Inger Elene Moursund

Styremedlemmer:

May Britt Bolwerk

Marie Ødegård Gjengstø



Mental Helse Møre og Romsdals kompetansesenter

Fylkeslagets kompetansesenter holder til i Strandgata 3, sentralt mellom bussholdeplass og fergeleiet i Molde.

Tilstrømmingen av henvendelser både på telefon og på kontoret er stabilt økende. Leder, nestleder og styremedlemmer tilfører kontoret nødvendig erfaringskompetanse, og fremmer saker det skal arbeides med. I tillegg får vi innspill og utfordringer fra medlemmer, lag og samarbeidspartnere.

Kontoret fungerer som et kompetanse- og ressurscenter for brukere, medlemmer, lokallag, kommuner og Helseforetak i vårt område. Kontoret er samlokalisert med organisasjonsrådgiveren og lokallaget i Molde, og slik får vi samlet kompetanse fra både fylkes- og lokallag under samme tak.

Både medlemmer og samarbeidspartnere finner veien til fylkeslagets kontor for informasjon og dialog.



Fylkeslagets brukerstyrte erfarings- og kompetansesenter Strandgata 3 i Molde.

Våre tjenester:



Venn1 er et helsefremmende og forebyggende grunnkurs i psykisk helse for unge, hvor målgruppen er 9-10.klasse og VGS studenter. Venn1 bygger på verdier som anerkjennelse, respekt, empati, vennlighet, forståelse, samholdighet, nærvær og likeverd.

Meir informasjon på www.mentalhelse.no/venn1



Mental Helses Hjelpetelefon er et døgnåpent, gratis og landsdekkende tilbud for de som trenger noen å snakke med.



På sidetmedord.no kan du sende meldinger og få svar tilbake. Vaktene har bred erfaring i å møte den som tar kontakt som medmennesker, ikke helsefaglige spesialister.



Arbeidslivstelefonen er et tilbud som har lyktes godt i forhold til utfordringer i arbeidslivet. Arbeidslivstelefonen er en landsdekkende tjeneste som gir råd om arbeidslivet.



Foreldresupport er en døgnåpen telefon- og chattetjeneste for omsorgspersoner med barn under 18 år, som trenger hjelp, veiledning eller har behov for å luften tankene sine med noen. 116 123 (tast 2)

Studenttelefonen

☎ 116 123 (tast 3)

Studenttelefonen er et gratis og anonymt lavterskeltibud for alle studenter og elever som trenger noen å snakke med. Vi har god kjennskap til studentlivet, og vi har taushetsplikt.



Representasjon

Brukerutvalget Sykehusapotekene i Midt Norge:

Frode Lyse, personlig varamedlem
Ingrid Løset, personlig varamedlem

Regionalt Medikamentfritt behandlingstilbud i Helse Midt-Norge, Vegsund DPS:

Frode Lyse, medlem referansegruppen

Brukerutvalget, Helse Møre og Romsdal HF:

Beate Daniloff, medlem til medio 2020

Klinikkrådet for psykisk helse i Helse Møre og Romsdal HF:

Ingrid Løset og Synnøve Lange

Fact-teamet i Helse Møre og Romsdal HF, avdeling Molde:

Per Gimnes

Brukerutvalget NAV Møre og Romsdal:

Frode Lyse, medlem f.o.m. 01.01.20

Rådet for personer med nedsett funksjonsevne, i Møre og Romsdal:

Per Gimnes, personlig vara

Brukerutvalget Muritunet:

Ingrid Løset, medlem f.o.m. 01.01.20.
Irene Sundholm, varamedlem f.o.m. 01.01.20

Kontrollkommisjonen for Klinikk psykisk helse og Rus for Nordmøre og Romsdal:

Per Gimnes, vara

Råd for likestilling av funksjonshemmede i Møre og Romsdal:

Frode Lyse, personlig vara

Ledermøterepresentant Mental Helse:

Anna Margrethe Drægebø Moe
Irene Sundholm, 1.vara/representant
f.o.m 22.11.20
Per Gimnes, vara

Rettighetsvalget Mental Helse:

Ingrid Løset, medlem t.o.m. 22.11.20.

Kontrollutvalget Mental Helse:

Ingrid Løset, medlem f.o.m. 22.11.20.

KUPP (Kurs og opplæringsutvalget):

Anna Margrethe Drægebø Moe

Studieforbund Funkis Møre og Romsdal:

Styremedlem/sekretær, Sølvi Hagen
Styremedlem/studieleder, Anna Margrethe Drægebø Moe

Utfordringer fremover

Fokus er på forebygging og valgfrihet, og det er viktig å fortsette arbeidet med å styrke og samle Mental Helse både innad og utad. Vi er en vesentlig samfunnsaktør, og i fellesskap kan vi påvirke helsevesenet og de folkevalgte. Gjennom økt innsats på opplæring og oppfølging av våre lokallag, grasrota, kan vi bidra til at lokale krefter blir ytterligere styrket og motivert i arbeidet med å påvirke sine omgivelser.

Bevisstgjøring av rettigheter og muligheter er avgjørende for at vi skal bli best mulig medvirkere på alle nivå, og gjennom skolering skal våre brukerrepresentanter styrkes. Kunnskap, aktiviteter og sosialt samvær skaper en trygg arena for fellesskap i hele fylket. Å ha en god dialog og samhandling med fylkets helseforetak og samarbeidspartnere ser styret som helt nødvendig.

Aktiviteten tilknyttet fylkeskontoret er en nødvendig og viktig ressurs for fylkeslaget. Her ivaretas både kompetanse, kontinuitet og våre oppgaver på en stabil måte. Vi har et godt arbeidsår bak oss hvor styrking av organisasjonen har vært løftet. Vi takker for tilliten, og ønsker et nytt styre lykke til framover.


Hilsen styret


STYRET 2020 - 2021:


Anna Margrethe Drægebø Moe, leder/studieleder


Irene Sundholm, nestleder


Per Gimnes, styremedlem


Oddrun Beyer Holm, styremedlem


Nils-Inge Holm, styremedlem



Mental Helse Møre og Romsdal

Strandgata 3

6415 Molde

Telefon: 71 24 10 60/902 46 038

E-post: mor@mentalhelse.no

Organisasjonsnummer: 975 492 923

Bankkonto: 9651 25 16111

www.mentalhelse.no/mor