

ÅRSRAPPORT 2017



Forord

Aret 2017 har vært et spennende og utviklende år for Mental Helse.

På landsmøtet 2016 ble ny organisasjonsstruktur vedtatt slik at sentralstyret ble organisasjonens øverste organ mellom landsmøtene, og det nye ledermøtet fant sin form. Ledermøtet er nå en arena for opplæring, kunnskapsutveksling, politiske diskusjoner og samhold. Sentralstyret har gjennom året jobbet målrettet for å fremme Mental Helses politikk. I løpet av 2017 var Mental Helse representert i hele 154 ulike fora. Det er tydelig at organisasjonen har hatt en sterk økning i medieoppmærksomhet, og at den er blitt en naturlig aktør i samfunnsdebatten.

16. mars gikk startskuddet for Mental Helses første årlige konferanse. Tema for konferansen var «Eldre og psykisk helse». Den ble avholdt på Gamle Logen i Oslo med nærmere 350 engasjerte deltakere. I den anledning ble Mental Helses nysatsning Fønixsalliansen presentert. Fønixsalliansen jobber for et aldersvennlig samfunn.

Det er tydelig at psykisk helse er noe som opptar de unge. Det ble bekreftet etter Mental Helses deltakelse på #GivingTuesday, der vi lanserte SMS-underskriftskampanjen «Vi trenger mer om

psykisk helse i skolen». Responsen var overveldende med hele 110 786 underskrifter.

Kampanjen rettet seg i hovedsak mot ungdom, via medier som Instagram og YouTube. Dette understreker viktigheten av at Mental Helse også er aktiv i sosiale medier for å treffe bredere med sitt budskap.

På slutten av året fikk Mental Helse innvilget midler fra ExtraStiftelsen til å starte opp en pilot til det selvmords- og depresjonsforebyggende programmet YAM (Youth Aware of Mental Health), som Mental Helse har fått rettighet til å utbre i Norge. Mental Helse fikk også, sammen med Mental Helse Ungdom, støtte fra ExtraStiftelsen til å utviklet et lavterskeltilbud som skal være en arena for å gi riktig hjelp og støtte til barn og unge mellom 12 og 25 år, i form av samtaler, rådgivning, behandling og praktisk hjelp.

På vegne av Mental Helse vil jeg takke alle tillitsvalgte og medlemmer som har vært med på å gjøre 2017 til et engasjerende og raust år!

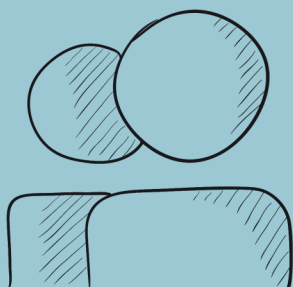


Linda Berg-Heggelund
generalsekretær Mental Helse

Innhold

Forord	2
Nøkkelinformasjon	4
Lokal- og fylkeslag	6
Administrasjon	8
Sentralstyret	9
Sinn og samfunn	10
Politisk	12
Påvirkningsarbeid.....	14
Arrangementer	16
Prosjekter	18
Føniksalliansen	18
UngArena.....	20
YAM	21
Tiltak	22
Venn1	22
Verdensdagen for psykisk helse	24
Dialogtjenestene	26
Hjelpetelefonen	26
Sidetmedord.no.....	28
Arbeidslivstelefonen	29
Kurs og opplæring	30
Samarbeid	32
Kommunikasjon	34
Åpenhetsprisen	34
Sosiale medier	35
Nettside og blogg	37
Økonomi og medlemskap	38
Medlemsarbeid og aktiviteter	40

NØKKELINFORMASJON



7055 MEDLEMMER



23 391 RAPPORTERTE
TIMER MED
LIKEPERSONSARBEID

SENTRALADMINISTRASJONEN:

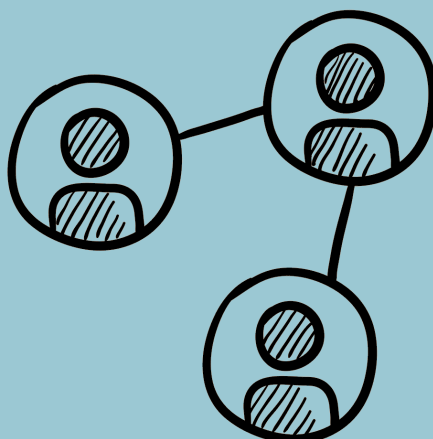
15 ANSATTE

12,7 ÅRSVERK

PROSJEKTER:

4 ANSATTE

4 ÅRSVERK



HJELPETELEFONEN:

30 ANSATTE

17,8 ÅRSVERK

ERFARINGSKOMPETANSE:

8 ANSATTE

7,3 ÅRSVERK



19 FYLKESLAG

CIRKA 200 AKTIVE
LOKALLAG

Lokal- og fylkeslag

Fylke	Fylkesledere
MH Akershus	Toneline Holm
MH Aust-Agder	Sigrun Horrisland
MH Buskerud	Aina Rugelsjøen
MH Finnmark	Anette Jensen (t.o.m. årsmøtet 2017) Turid Janita Lehto (f.o.m. årsmøtet 2017)
MH Hedmark	Gry Halvorsen
MH Hordaland	Else-Berit Helle
MH Møre og Romsdal	Anna Margrethe Drægbø Moe
MH Nordland	Vibeke Karlsen
MH Nord-Trøndelag	Aage Haukø
MH Oppland	Anne Grete Myhrer Mortensen
MH Oslo	Bente Høgseth
MH Sogn og Fjordane	Gerd Bjørkdal
MH Sør-Trøndelag	Karl-Johan Johansen
MH Sør-Vest	Martha Hocking
MH Telemark	Jørn Roger Steen
MH Troms	Ågot Voll
MH Vest-Agder	Wenche Larsen Gundersen
MH Vestfold	Mette Gropen Halvorsen
MH Øst	Evy Sellstrøm



Lokallag

Det jobbes kontinuerlig med å styrke og støtte opp om våre ca. 200 lokallag og å stimulere til videre drift og rekruttering av tillitsvalgte, samt etablering av nye lokallag.

Lokallagene er viktige sosiale møteplasser. I tillegg driver de kursvirksomhet, politisk påvirkningsarbeid lokalt, og de er viktige bidragsytere i samfunnet. Mange har behov for tilhørighet og fellesskap. Flere lokallag er svært aktive, med egne treffsteder og et bredt tilbud av aktiviteter av forskjellige slag. De bidrar til styrking av den enkelte, og aktivitetene registreres som voksenopp-læring og likepersonsaktivitet. Det er fortsatt stort behov for rapportering av den aktiviteten lagene gjennomfører.

Kurs i organisasjonskunnskap, brukermedvirkning, politisk påvirkningsarbeid, etikk i organisasjoner og bruk av lokallagets nettside og e-postsystem, er eksempler på skolering som har vært gjennomført i 2017.

Fylkeslag

Det er til dels store ulikheter i de 19 fylkeslagene i Mental Helse. Noen av fylkeslagene har egne lokaler og har ansatt fylkessekretær. Det jobbes godt, strukturert og målrettet i veldig mange av Mental Helses lag. Fylkeslagene har jobbet svært godt overfor mediene og med politisk påvirkningsarbeid. Skolering og styrking av lokallag er en prioritert oppgave for mange fylker.

Det arbeides kontinuerlig for å kvalitetssikre medlemsregistrering, og organisasjonsrådgiverne er sentrale i dette arbeidet. Kontakten med fylkeslagene er god, det er en styrke at organisasjonen kan bidra med tett oppfølging og opplæring når fylkene har behov for det.

Proessen med å slå sammen fylkeslag har startet i Mental Helse. Først ut er Nord- og Sør-Trøndelag som blir eget fylke fra 2018. Det er en god plan og framgang i arbeidet mot nye Trøndelag. Flere av de andre fylkeslagene som vil berøres av fylkessammenslåing er i gang med prosessen knyttet til sammenslåinger.

Regionråd / regionsamling

Regionråd (eller regionsamlinger) er regionale møteplasser for ledere og nestledere i Mental Helses fylkeslag i de respektive helseregionene. De tar sikte på å arbeide med politisk påvirkningsarbeid i sine helseregioner. Det ble gjennomført to regionsamlinger i hver av de tre regionene i 2017.

Mental Helse Sør-Øst hadde to samlinger i 2017, vår og høst. Mental Helse Sør-Øst består av Aust- og Vest-Agder, Telemark, Vestfold, Buskerud, Østfold, Oslo, Akershus, Hedmark og Oppland. Eksempler på temaer i samlingen er: Psykologer i kommunene, kommune- og fylkessammenslåing, brukerutvalget RHFSØ, NAPHA - FIT (feedbackinformerte tjenester), politisk påvirkningsarbeid v/ Kristian Haugland.

Mental Helse Midt og Nord hadde to samlinger i 2017, vår og høst. Mental Helse Midt og Nord består av Møre og Romsdal, Nord- og Sør-Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark. Tema på samlingen har vært: studiearbeid i fylkene, brukermedvirkning og orientering om Midt-Norsk brukerforum, Mental Helses FFO-utvalg, NAPHA - FIT (feedbackinformerte tjenester), politisk verksted v/ Leif Strømdal.

Mental Helse Vest avholdt to samlinger i 2017, vår og høst. Mental Helse Vest består av Rogaland, Hordaland og Sogn og Fjordane. Noen av temaene på samlingene har vært: Recovery, NAPHA - FIT (feedbackinformerte tjenester), brukermedvirkning og erfarings-konsulentrollen og varsling v/ Målfrid Frahm Jensen.

Administrasjonen

Administrasjonen i Oslo

Administrasjonen til Mental Helse holder til i lokaler i Storgata 38 i Oslo. Administrasjonen i hovedorganisasjonen har i 2017 bestått av 12,7 årsverk.

I 2017 hilste vi følgende nye medarbeidere velkommen i hovedadministrasjonens stab:

Aud Karin Bjørn, prosjektkoordinator Extrastiftelsen

Veronica Pedersen, prosjektkoordinator Venn1

Carl W. Korsnes, informasjonsrådgiver

For ytterligere informasjon om ansatte se www.mentalhelse.no/om-oss/ansatte.

IKT i Administrasjonen

Sharepoint har blitt innført som nytt filbehandling- og arkivsystem for Mental Helse-administrasjonen, hvor det er opprettet nye arbeidsmetoder for dokumentbehandling. Høsten 2017 begynte arbeidet med å sortere og flytte dokumenter fra gammel filserver, noe som involverer alle ansatte.

Det er gjort tekniske endringer på sikkerhetssystemer, som brannmurer i Oslo og Skien. I forkant av flytting av Hjelpetelefonen til nye lokaler i 2018, er det gjort forberedelser for å sikre kvalitet og sikkerhet. Forberedelsene omfatter også større endringer og utvidelse, da Erfaringskompetanse blir værende i dagens lokaler i Skien. IKT vil da per juni 2018 måtte betjene fire større lokaliteter: Mental Helse administrasjonen (Storgata, Oslo), Mental Helse Ungdom (Dronningens gate, Oslo), Erfaringskompetanse (Frogner ring, Skien) og Hjelpetelefonen (Telemarksgata, Skien).

Sentralstyret i 2017 har vært preget av stort engasjement i form av god tilstedeværelse og høyt antall møter. I 2017 har det blitt arrangert syv sentralstyremøter og to ledermøter.

Arbeidsutvalget (AU) består av:

- Kristian Kise Haugland, landsleder
- Bente Holm Mejdell, 1. nestleder,
- Geirr Abelsen, 2. nestleder
- Linda Berg-Heggelund, generalsekretær

Arbeidsutvalget hadde syv møter i 2017.

Sentralstyremedlemmer:

Verv	Navn
Landsleder	Kristian Kise Haugland
1. nestleder:	Bente Holm Mejdell
2. nestleder:	Geirr Abelsen
Styremedlem	Tariq Eide
Styremedlem	Jill Arild
Styremedlem	Wenche Steenstrup
Styremedlem	Laila Helene Langerud
Ansattrepresentant	Sølvi Hagen
1. varamedlem	Haakon Steen
2. varamedlem	Pål Arild Sand
3. varamedlem	Ingrid Heimark (permisjon)
4. varamedlem	Geir Isdal
MHUs representant i sentralstyret	Mille Falstad

Sinn

og samfunn

TEMA

Det å være
påørende

[Les mer på sidene 8-16](#)

ARTIKLER

MH og Arendalsuka
Verdensdagen 25 år
Hageharmoni

[Les mer på sidene 17, 20, 40](#)

Thorvald Stoltenberg:

Gi aldri opp, håpet er like viktig som livet.

[Les mer på side 22](#)

Sinn og samfunn

Det ble utgitt fem nummer av *Sinn og samfunn* i 2017.

Temaene var:

Nr 1: Eldre og psykisk helse

Nr 2: Medikamentfrie behandlingstilbud

Nr 3: Verdensdagen for psykisk helse

Nr 4: Det å være pårørende

Nr 5: Unge på vei

Redaktøren av *Sinn og samfunn* har samarbeidet med Fagpressen vedrørende tjenesten Fagpressen trykk og distribusjon, FTD. Målet med FTD er å redusere trykk- og distribusjonskostnadene vesentlig for de medlemmene som slutter seg til tjenesten, gjennom felles forhandlinger og samlet volum. Det viste seg at 07-gruppen hadde det beste tilbudet når det gjaldt trykking. Fagpressen arbeider videre med distribusjonsavtale.

Politisk



Statsbudsjettet for 2018

Fra Mental Helse deltok landsleder og informasjonrådgiver på høring om statsbudsjettet 2018 i helse- og omsorgskomiteen. Hovedtrekkene i Mental Helses offentlige uttalelse om

statsbudsjettet 2018 ble presentert på høringen i helse- og omsorgskomiteen, og uttalelsen i sin helhet ble senere publisert på Mental Helses nettsider.

Mental Helse mener at:

- Stortinget må se nærmere på om sykehusene faktisk klarer å opprettholde *Den gyldne regel* i praksis
- Det bør bevilges øremerkede midler til *Mestre hele livet* i strategiplanen
- Summen på kr. 7 mill. som er satt av til eldreforhøringen *Leve hele livet*, er for lav til å kunne ha betydelig effekt
- Individuell jobbstøtte (IPS) for personer med alvorlige psykiske helseutfordringer kan virke positivt for tilfriskning og integrering i arbeidslivet. Derfor er vi positive til bevilgningene som gis arbeidsrehabiliteringsmodellen IPS.
- Det bør avsettes økte bevilgninger til Hjelpetelefonen, som grunnet manglende midler er nødt til å avvise samtaler. Hjelpetelefonen etterspør en økning på kr. 1,5 mill. i bevilgninger.

Høringsuttalelser

Mental Helse har i 2017 levert inn følgende høringsuttalelser:

[Veileder for kommunens oppfølging av pasienter med store og sammensatte behov](#)

[Forskrift om endring av førerkortforskriften](#)

[Innspill til utvalget for samlet gjennomgang av tvangsreglene i helse- og omsorgssektoren \(Tvangslovutvalget\)](#)

[Pakkeforløp for psykisk helse og rus, voksne](#)

[Pakkeforløp for psykisk helse og rus, barn og unge](#)

[Forskrift for forsøk med tiltaket varig tilrettelagt arbeid i kommunal regi](#)

I tillegg har Mental Helse i 2017 stilt seg bak FFOs «Alternativ rapport til FN-komiteen – for rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne».

Alle høringsuttalelsene fra Mental Helse er publisert i sin helhet på Mental Helses nettsider: <http://www.mentalhelse.no/politikk/hoeringer-og-uttalelser/arkiv>

Påvirkningsarbeid

Føniksalliansen følger tiden

Siden Føniksalliansen ble initiert i 2017 har det politiske landskapet endret seg. Vi opplever at det rettes søkelys mot seniorer, som tidligere har vært en relativt glemt gruppe i samfunnet.

Først etter at Føniksalliansen ble opprettet, fikk Norge sin aller første eldre- og folkehelseminister, Åse Michaelsen (FrP). Utnevnelsen av eldreministeren vitner om at Mental Helse har satt fingeren på et tema som er i vinden.

Føniksalliansen trommer sammen til Norges største dugnad. Den samler frivilligheten, det offentlige og næringslivet for sammen å skape et aldersvennlig samfunn, som blant annet skal bekjempe ensomhet blant eldre.

For å kunne oppnå gjennomslag for Mental Helses og Føniksalliansens hjertesaker, er det viktig med tett dialog med de folkevalgte. I 2017 har Mental Helse hatt samtalemøter med blant annet Tone Wilhelmsen Trøen (H), Bjørnar Moxnes (R) og Erlend Wiborg (FrP). Nevnte politikere ble presentert for Mental Helses synspunkter og gjort kjent med arbeidet til Føniksalliansen.

Venn 1 inspirerer skolene

Venn1 har i 2017 besøkt hundrevis av skoler rundt om i landet for å informere ungdom om psykisk helse. Mental Helse har i mange år argumentert for viktigheten av å få psykisk helse som emne inn i skolen. Nå begynner arbeidet å bære frukter.

I Østfold kommune er det startet opp et prosjekt som planlegger å få inn psykisk helsefremming som et eget tverrfaglig sammensatt fag på lærerplanen. Det vil innebære at alle elever på videregående skoler i Østfold, unntatt to skoler som har andre programmer, får dette. Det vil si at ni videregående skoler med mer enn to tusen elever til sammen, får psykisk helsefremming som en del av skolehverdagen.

Faget/kurset vektlegger trening i positiv psykisk helse. Det er fylkeskommunen som finansierer tiltaket, og ExtraStiftelsen som finansierer forskningen. Forskningsprosjektet er foreløpig treårig og vil se på effekter på positiv psykisk helse, symptomer på angst og depresjon, mestringsfølelse, frafall med mer.

Mental Helse er storfornøyd med tiltaket Østfold fylkeskommune gjør og håper flere fylkeskommuner tar etter Østfolds gode eksempel. Venn1 vil fortsette sitt inspirerende arbeid med å informere skoleelever om psykisk helse.

Politisk



Mental Helse-konferansen 2017. (Foto: Terje Borud)

Mental Helse-konferansen

Mental Helse-konferansen ble arrangert i mars 2017 med tema «Eldre og Psykisk Helse – fremtidens eldreomsorg». Det var mer enn 300 deltakere, jevnt fordelt på egne medlemmer, frivilligheten for øvrig, fagfolk fra både 1. og 2. linjetjenesten og offentlig forvaltning.

I forbindelse med konferansen ga Mental Helse ut antologien *Mens tiden går — en antologi over alderdommen og psykisk helse*. Antologien inneholdt bidrag fra personligheter som Kjell Magne Bondevik, Bent Høie, Einar Gelius, Jonas Gahr Støre, Inga Marte Thorkildsen og Odd Reitan. Utgivelsen var illustrert av maleren Håkon Bleken.



Mens tiden går—en antologi over alderdommen og psykisk helse ble lansert på Mental Helse-konferansen 2017.

Arendalsuka

På Arendalsuka hadde Mental Helse både et fellesarrangement med LDO og et eget arrangement med eldre og psykisk helse som tema. Arendalsuka ble benyttet som arena til offentlig å lansere Mental Helses tiltak Føniksalliansen, en nasjonal allianse som jobber for å skape et aldersvennlig samfunn der folk ikke settes i bås ut ifra alder, og hvor seniorer er viktige bidragsytere i samfunnet så lenge som mulig.



Mental Helse inviterte til politisk debatt om temaet eldre og psykisk helse. Helseminister Bent Høie var blant deltakerne i debatten og viste tydelig entusiasme for temaet. «Halleluja til Føniksalliansen!», utbrøt Høie, da han entret scenen.

De andre som deltok i debatten var Kari Kjønås Kjos (FrP), leder av Stortingets helse- og omsorgskomiteé, Hanne Bjurstrøm, likestillings- og diskrimineringsombud, Stian Slotterøy Johnsen, generalsekretær i Frivillighet Norge, Svein Oppegaard spesialrådgiver NHO, og Kristin Sæther, LO-sekretær.



F.v. Stian Slotterøy Johnsen, generalsekretær i Frivillighet Norge, Hanne Bjurstrøm, likestillings- og diskrimineringsombud, Kristin Sæther, LO-sekretær, Svein Oppegaard, politisk leder i NHO, Kari Kjønås Kjos, leder av Stortingets helse- og omsorgskomiteé og helse- og omsorgsminister Bent Høie.

Prosjekter

Føniksalliansen

Føniksalliansen er et tiltak som arbeider for å skape et aldersvennlig samfunn der folk ikke settes i bås ut fra alder, og der seniorer blir velfungerende bidragsytere i samfunnet så lenge de ønsker.

Gjennom Føniksalliansen inviterer vi aktører fra frivilligheten, det offentlige og næringslivet inn til dugnad. Gjennom ulike tiltak og initiativ skal vi sette nye premisser for seniorennes rolle og betydning.

Føniksalliansen ble offisielt lansert på Mental Helses arrangement på Arendalsuka. Flere profilerte politikere var invitert til debatt. Det var en særlig entusiastisk helse- og omsorgsminister som under debatten brøt ut:

- Halleluja til Føniksalliansen!

Mental Helse har i 2017 jobbet med å synliggjøre Føniksalliansen blant de folkevalgte og har invitert til allmøter og samtaler. I september inviterte Mental Helse/Føniksalliansen til folkemøte i Stortingets lokaler.

Folkemøtet rommet over 100 deltagere, og følgende politikere holdt innlegg: Carl I. Hagen (FrP), Tove Karoline Knutsen (Ap), Tone Wilhelmsen Trøen (H), Astrid Nøklebye Heiberg (H) og Benjamin Endré Larsen (SV). Til konferansen var også noen av Føniksalliansens partnere invitert. Gammel nok, GenBridge, Great Place to Work og Virke Trening presenterte hvorfor de har involvert seg i Føniksalliansen og hvilke aldersvennlige initiativ organisasjonene har tatt.



Føniksalliansen ble offisielt lansert på Arendalsuka 2017, hvor flere profilerte politikere var til stede. F.v. Svein Oppegaard, politisk leder i NHO, Kari Kjønås Kjos, leder av Stortingets helse- og omsorgskomite og helse- og omsorgsminister Bent Høie.



Og nettopp derfor er Føniksalliansen deres så bra – å jobbe for å hindre ensomhet og skape et samfunn der folk ikke settes i bås ut fra alder.

- Erna Solberg

Rådet i Føniksalliansen består av:

- **Astrid Nøklebye Heiberg**, statssekretær Helse- og omsorgsdepartementet
- **Johan Kaggestad**, kommentator og tidligere toppidrettsutøver
- **Minken Fosheim**, kulturprofil
- **Bjarne Håkon Hansen**, tidligere helseminister
- **Victor Normann**, tidligere arbeidsminister
- **Gunn Marit Helgesen**, styreleder KS
- **Leif Strømdal**, leder Politisk Verksted
- **Ingrid Stange**, Partnership for Change
- **Svein Mollekleiv**, president Norges Røde Kors
- **Odd Einar Dørum**, tidligere partileder og stortingspolitiker
- **Laila Helene Langerud**, styremedlem Mental Helse

Prosjekter



Folkehelse, forebygging, samhandling — offentlige tjenester og frivillighet hånd i hånd

UngArena (arbeidstittel) er et nytt tilbud til barn og unge. Gjennom samtale og veiledning får barn og unge mulighet til å snakke om livets små og store utfordringer, eller praktisk hjelp til det som er viktig for dem. Med lav terskel og mye kunnskap og omsorg, kan vi sørge for at små utfordringer ikke utvikler seg til å bli store problemer. UngArena er utviklet av Mental Helse og Mental Helse Ungdom.

Mental Helse og Mental Helse Ungdom er i dialog med flere kommuner for samarbeid om å etablere Arena-tilbud flere steder i landet. Mental Helse og Mental Helse Ungdom har fått støtte fra Extrastiftelsen for å initiere disse prosjektene.

UngArena tilbyr tre nivåer av hjelp:

Nivå 1 - folkehelse: God helse skapes ikke i tjenestene, men der folk lever livene sine. Den viktigste funksjonen i UngArena-modellen ligger i det menneskelige møtet unge vil få med andre unge og frivillige.

Nivå 2: For noen vil det være nødvendig med mer enn én samtale - det kan de få på senteret. Det kan trekkes inn hjelp fra samarbeidende tjenester, som for eksempel NAV eller helsetjenester som helsestasjon for unge, Rask psykisk helsehjelp og OT.

Nivå 3: Ungdom med større behov får tilbud om behandling av fagperson (psykolog, BUP/DPS).

YAM

YOUTH AWARE OF MENTAL HEALTH

YAM Youth Aware of Mental Health

På slutten av året fikk Mental Helse midler fra ExtraStiftelsen til å starte opp en pilot, et selvmords- og depresjonsforebyggende program som heter YAM (Youth Aware of Mental Health).

YAM er et helsefremmende og preventivt skoleprogram for psykisk helse blant unge utviklet ved Karolinska Institutet i Stockholm. Mental Helse har fått rettighetene til å utbre YAM i Norge.

Mental Helse har arbeidet med å forberede en norsk pilotversjon av YAM. Arbeidet har blant annet gått ut på å oversette deler av materialet til norsk.



Informasjon om YAM:

- YAM er Europas best evaluerte og virksomme klasseprogram for elever fra 14 til 16 år. Tolv måneder etter undervisningsstart har depresjoner og selvmordstanker blitt redusert med 50 %.
- YAM fremmer utviklingen av problemløsende evner og emosjonell intelligens, som å håndtere egne og andres følelser, relasjoner og empati.
- YAM gjennomføres i klassen, med fem timer i løpet av tre uker.

Tiltak

Venn1

Venn1 er et helsefremmende og universelt forebyggende grunnkurs i psykisk helse for unge. To Venn1-instruktører (én prosessleder og én ungdomskontakt) kommer til skolen og leder elevene trygt gjennom utfordrende tema. To skoletimer regnes for en gruppe på inntil 30-35 elever. Kurset holdes helst klassevis og er gratis for skolen.

Venn1-programmet gjennomgikk både en modernisering og videreutvikling i 2017. Det ble foretatt justeringer og tilpasninger til den nye virkeligheten

som ungdommene befinner seg i. Dette resulterte i at programmet fikk et oppsving og leverte 110 kurs i 2017 opp mot 85 i 2016.

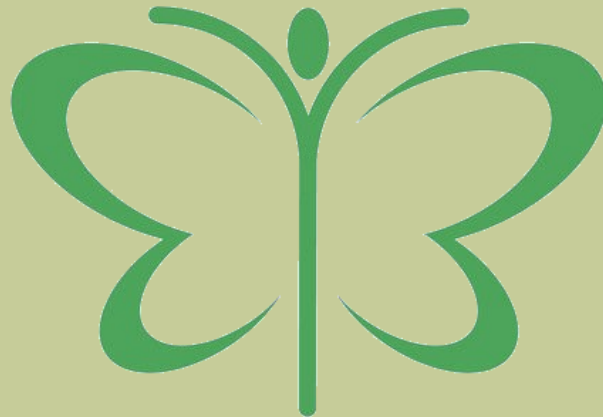
I de 110 grunnkursene Venn1 gjennomførte i 2017 deltok:

- 5100 elever
- 184 lærere
- 14 Venn1-instruktører



Suksessen til Venn1 viser tydelig at psykisk helse er noe som opptar de unge, og at skolene ser nytten av å sette av tid i timeplanen til dette.

- Linda Berg-Heggelund, generalsekretær i Mental Helse



VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE

Verdensdagen for psykisk helse er finansiert av Helsedirektoratet og koordineres av Mental Helse. Dagen markeres 10. oktober hvert år og er en internasjonal FN-dag. I Norge knyttes dagen opp mot et årlig tema relatert til folkehelsearbeid som kan forebygge psykiske helseproblemer: Overordnet tema for Verdensdagen 2016-2018 er «Tilhørighet og identitet». Tema for Verdensdagen 2017 var «Noe å glede seg over».

Seminarer og konferanser

Verdensdagen for psykisk helse gjennomførte tolv inspirasjonsseminarer i norske byer i 2017, med til sammen 1300 deltagere. Seminarene gir deltakerne tips og verktøy til å lage gode arrangementer, samt inspirasjon og kunnskap om årets tema.

10. oktober ble Åpenhetsprisen delt ut til Steinar J. Olsen i Stormberg. Prisen ble delt ut på

TV2-programmet God Morgen Norge. Deretter deltok Olsen på Verdensdagens arrangement på Nationaltheatret, hvor blant annet helseminister Bent Høie holdt innlegg for over 140 deltagere. I tillegg ble Verdensdagen markert på Egertorget med Else Kåss Furuseth. Markeringen var et samarbeid mellom Verdensdagen for psykisk helse, Røde Kors og Mental Helse Ungdom.

Verdensdagen har i 2017 deltatt på blant annet NHOs HMS-dag 2017 og Sykepleierforbundets fagdag.

Media og sosiale medier:

Hele 1100 markeringer av lokale arrangører fant sted i 2017. Flere av disse fikk mediedekning. Til sammen ble Verdensdagen for psykisk helse i 2017 nevnt i 850 saker i norske medier.

På Facebook gikk Verdensdagen for psykisk helse fra 10 000 til 12 000 følgere i løpet av 2017.

Verdensdagen for psykisk helse har i 2017 fått ny grafisk profil samt ny webshop.

Aktiviteter med egne frivillige i 2017:

Fagseminar i januar
Tildelingsseminar i juni
Rekruttering av tre nye ambassadører

Nye samarbeidspartnere/sponsorer i 2017:

- Røde Kors
- Voksne for barn
- Lions
- Turmarsjforbundet
- Mer film
- MIX-kjeden
- ADprofil – pakke og materiell leverandør



Dialogtjenestene



Informasjon om dialogtjenestene er hentet fra Hjelpetelefonens årsrapport for 2017.

Årsrapporten til Hjelpetelefonen 116 123 legges ut i sin helhet på:

<http://www.mentalhelse.no/tjenester/hjelpetelefonen/hjelpetelefonen-116-123/aarsrapporter>

Hjelpetelefonen



116 123

www.sidetmedord.no

Alltid åpent!

Svartjenestene

Mental Helse driver tre svartjenester i Skien: Hjelpetelefonen 116 123, Sidetmedord.no og Arbeidslivstelefonen 225 66 700. Til sammen tilbyr tjenestene syv ulike samtaletilbud: telefon-tjeneste, tilbakeringing («call back»), meldings-besvarelse, chat, forum og vennetjeneste.

I 2017 hadde svartjenestene 46 ansatte (inkludert vikarer) fordelt på 22,5 årsverk. Administrasjonen består av daglig leder Aslaug Timland Dale og koordinatorene Truls Skarung Bjaaland og Lene Pettersen.

Svartjenestene har også et eget styre som er ansvarlig for den løpende driften. Styremedlemmene velges for to år. Styret består av: Adrian Wilhelm Kjølø Tollefsen, Jill Arild, Tonelise Holm, Ole-Bjørn Kolbjørnsrud, Sigvald Oppebøen Hansen og Vidar Torbjørnsen.

Større pågang i 2017

I alt ble det ringt til tjenesten 160 193 ganger i 2017. Dette er en økning i pågang på syv prosent fra 2016.

Totalt besvarte Hjelpetelefonen 56 448 samtaler. Av disse var 5 328 nye innringere. Til tross for at det ble besvart flere samtaler enn foregående år, gikk svarprosenten ned. Dette skyldes en stor økning i antall anrop samtidig med en reell nedgang i tjenestens ressurser. Totalt besvarer Hjelpetelefonen mellom 140 og 200 samtaler i døgnet.

I 2017 kontaktet svartjenestene legevakt og hjelpeinstanser 199 ganger for å sikre hjelp til innringere/innskrivere som selv, etter påtrykk fra våre veiledere, frivillig oppgav sin anonymitet. I 27 tilfeller ble politiet kontaktet på grunn av akutt fare for selvmord, og hvor innringer selv ikke var villig til å oppgi personalia, slik at sporing ble nødvendig.

Dialogtjenestene



Sidetmedord.no er et tilbud for alle som foretrekker å skrive eller chatte med Hjelpetelefonens veiledere. I tillegg til veiledningsmeldingene og chat, tilbyr den nettbaserte tjenesten også forum og vennetjeneste. Tjenestene er åpne for alle.

Også i 2017 har det vært en økning i antall nye, registrerte brukere på sidetmedord.no. Fra 1. januar til 31. desember har det vært 6768 brukere i veiledningstjenesten og forum, og 2153 brukere i vennetjenesten. Totalt 8921 brukere. Dette er en økning på 647 brukere sammenlignet med fjoråret, noe som utgjør en økning på 7 prosent.

Meldinger og innlegg på forum og vennetjenesten

I 2017 ble det skrevet totalt 68 014 vennemeldinger og innlegg i forumet, i snitt 184 i døgnet. De fleste som benytter forumet gjør det for å kunne få og gi støtte, oppmuntring, tips og råd ut ifra egne erfaringer. Det ble publisert ca. 10 000 innlegg under 2667 emner i 2017.

Samtaletilbudet vennetjenesten er veldig populært, og i 2017 benyttet 2153 seg av muligheten tjenesten gir til å øke egen bekjentskapskrets, og få venner der de bor. Rundt 57 000 vennemeldinger ble postet i 2017.

Veiledningstjenesten

Veiledningstjenesten mottok og besvarte 7299 meldinger i 2017, en økning på 14 prosent fra 2016. Det er i alt 2585 brukere som har skrevet meldinger, og dette gir et snitt på 2,8 meldinger per bruker.

Eksistensielle tanker og relasjonsproblemer er som før de to kategoriene som topper statistikken for tema i veiledningsmeldingene også i 2017.



Arbeidslivstelefonen

225 66 700

Arbeidslivstelefonen er en tjeneste for alle som har spørsmål om eller problemer på arbeid, eller som vil komme seg inn i et arbeid eller bytte arbeid. Arbeidslivstelefonens visjon er å bidra til et godt arbeidsliv for den enkelte gjennom å veilede, informere og støtte de som kontakter oss. Målet er at samtalene skal gjøre den enkelte i stand til å ta saken videre og gi dem styrke og mot.

Over 3 000 henvendelser i 2017

Arbeidslivstelefonen hadde et veldig godt år i 2017, med 3022 henvendelser totalt, en økning på 13 prosent fra 2016 da vi hadde 2677. Tallet inneholder alle typer henvendelser, via telefon, e-post eller chat. Chat ble innført fra 2016.

Økningen er i hovedsak et resultat av profilering på nettet, men skyldes også økt informasjon om tjenesten fra NAV og Arbeidstilsynet. Også leger og psykologer henviser til tjenesten.

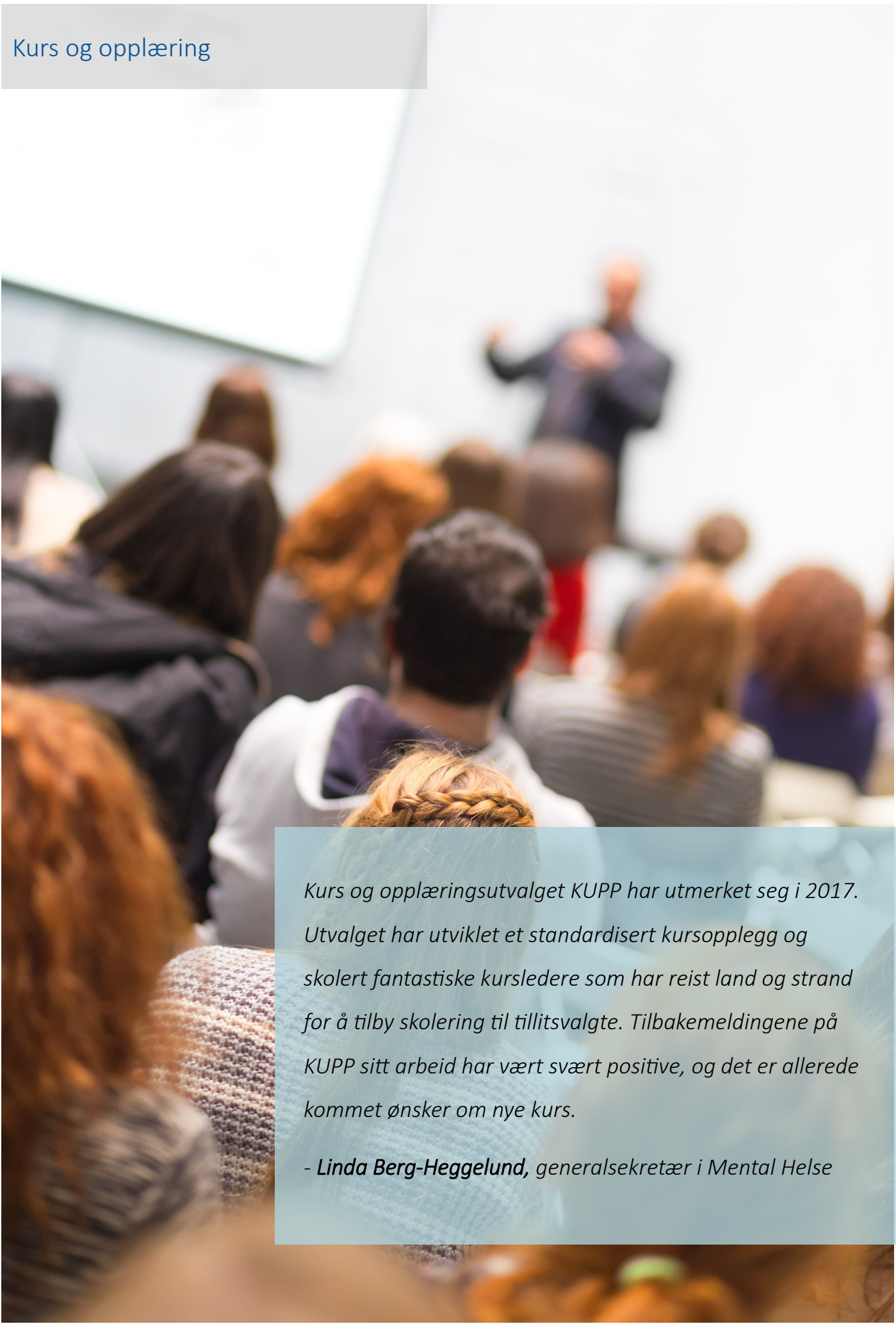
Hvem bruker Arbeidslivstelefonen?

Alle kan ringe Arbeidslivstelefonen, både ansatte og ledere, pårørende, verneombud og tillitsvalgte. Nye brukere utgjør i underkant av 70 prosent av henvendelsene.

Det er få arbeidssøkere som tar kontakt. I 2017 ble det registrert kun 175 i den kategorien. Pensjonister og uføretrygdede henvender seg i forbindelse med egen deltidsjobb, for å hjelpe en de kjenner i forbindelse med at mobbesaker kommer opp i mediene. Det kan vekke opp minner fra eget arbeidsliv.

Ledersamtaler utgjorde ni prosent av totalen. Ledere ønsker å snakke om hvordan ivareta ansatte med psykiske vansker, eller hvordan de skal håndtere en konflikt eller uenighet.

Kurs og opplæring



Kurs og opplæringsutvalget KUPP har utmerket seg i 2017. Utvalget har utviklet et standardisert kursopplegg og skolert fantastiske kursledere som har reist land og strand for å tilby skoling til tillitsvalgte. Tilbakemeldingene på KUPP sitt arbeid har vært svært positive, og det er allerede kommet ønsker om nye kurs.

- Linda Berg-Heggelund, generalsekretær i Mental Helse

Kurs

I Mental Helse har det vært en økning i antall gjennomførte kurs og i antall deltakere med henholdsvis 12 og 17 %.

Alle fylkeslag har i løpet av 2017 gjennomført spesialtilpasset organisasjonskurs for tillitsvalgte og medlemmer. Det var 338 stykker som deltok.

Kursholderne er rekruttert fra egne rekker og har fått spesifikk opplæring.

I løpet av 2017 er det blitt utarbeidet et nytt kurs inkludert materiell. Tema er «Brukermedvirkning – rollen som brukerrepresentant for Mental Helse». Dette kurset vil bli gjennomført etter samme modell som for organisasjonskurset.

Alle fylkeslag har i løpet av 2017 gjennomført «Organisasjonskurs» for tillitsvalgte og medlemmer. Tilbakemeldingene og evalueringene av kurset er gode. Det er gjennomført tre nettverkssamlinger for kurslederne hvorav den ene i Triora med Per Christian Ellefsen som kursansvarlig.

KUPP

KUPP har i samarbeid med organisasjonsrådgiverne utviklet kurset «Roller som brukerrepresentant» og rekruttert og skolert nye kursledere. Konsulent firmaet «Lent» har bistått både med kursinnhold og kursing av kurslederne.

Høsten 2017 ble det arrangert et helgeseminar for alle fylkesstudielederne. På seminaret ble det gitt faglig påfyll og utvekslet erfaringer om hvordan studiearbeidet fungerer rundt i landet. Valgte studieledere i alle fylkeslagene har tilgang til å registrere kurs i KursAdmin.

Statistikk, kurs og studietimer 2017:

- Det er en økning i antall kurs og studietimer fra 2016 – 2017
- Totalt ble det ferdigmeldt 23 flere kurs, en økning på 12 %
- Kursene utgjorde 656 flere studietimer, en økning på 26,5 %
- Til sammen deltok 1641 deltagere på kurs, en økning på 17 %
- Totalt ble det utbetalt kr. 608 903 i VO-midler til Mental Helse

Samarbeid

Mental Helse har i 2017 hatt en mengde verdifulle samarbeidspartnere.

Mental Helse har et godt og naturlig samarbeid med ungdomsorganisasjonen Mental Helse Ungdom. Vi samarbeider blant annet for å fremme felles interesser overfor myndigheter. I 2017 har vi samarbeidet rundt prosjektet med arbeidstittelen UngArena.

Det er mulig å søke prosjektmidler gjennom Mental Helse fra ExtraStiftelsen. I 2017 mottok Mental Helse midler fra ExtraStiftelsen til blant annet pilotlansering av YAM samt til lavterskeltiltaket med arbeidstittelen UngArena.

NAPHA er et kompetansesenter for utvikling av psykisk helsearbeid i kommunene, og Mental Helse setter stor pris på å bidra i dette arbeidet gjennom tett dialog, samt å være representert i NAPHAs referansegruppe.

Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon er en paraplyorganisasjon som Mental Helse er medlem av. Vi har i 2017 stilt oss bak flere av FFOs uttalelser eller høringsinnspill til myndighetene. Mental Helse har også én representant i hovedstyret til FFO.

Mental Helse har i 2017 hatt et tett samarbeid med Frivillighet Norge. På Arendalsuka 2017 var Frivillighet Norges generalsekretær Stian Slotterøy Johnsen invitert av Mental Helse til å utfordre politikerne til å tenke frivillighet for å skape et aldersvennlig samfunn. Debatten var i anledning lanseringen av Mental Helses initiativ Føniksalliansen, hvor Frivillighet Norge er alliansepartner.



MENTAL
HELSE
UNGDOM



Funksjonshemmedes
Fellesorganisasjon



FRIVILLIGHET
NORGE



erfaringskompetanse.no

Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse

NSSF  Nasjonalt senter for
selvmordsforskning
og -forebygging

 ADHD NORGE

HSN Høgskolen
i Sørøst-Norge



NORGES MYALGISK ENCEFALOPATI FORENING



NORDLANDSFORSKNING
NORDLAND RESEARCH INSTITUTE

Kommunikasjon

Åpenhetsprisen

I samarbeid med Verdensdagen for psykisk helse tildelte Mental Helse Åpenhetsprisen for 2017 til Steinar J. Olsen i Stormberg. Prisen ble delt ut på TV2 sitt God Morgen Norge på Verdensdagen for psykisk helse, 10.oktober. Deretter deltok Olsen på Verdensdagens arrangement på Nationaltheatret.

Steinar J. Olsen er en leder som legger stor vekt på inkludering, og det å gi sårbare grupper en mulighet til å skape seg et bedre liv. Stormberg har en aktiv rekrutteringspolitikk hvor de gir mennesker, som av ulike grunner sliter med å komme inn i arbeidslivet, en ny sjanse.

I Stormbergs *Handlingsplan for Inkluderende Arbeidsliv* er det fastsatt et mål om at 25% av dem som jobber i Stormberg skal være mennesker som har hatt problemer med å komme ut i arbeidslivet.



Bilde fra Verdensdagens markering av Åpenhetsprisen 2017 på Nationaltheatret.

Sosiale medier

Facebook. Statistikken viser hvor mange som er inne på Mental Helses Facebook-side. De fleste liker-klikk kommer fra Mental Helses innlegg som dukker opp på veggen til den enkelte Facebook-bruker. I 2017 snitter Mental Helse på ca. 30 sidevisninger om dagen, det er ikke mye, men det er normalt slik Facebook er lagt opp. Det er verdt å

merke seg at på den dagen vi lanserte vår første #GivingTuesday-video hadde vi over 1 000 sidevisninger. Dette kan forklares med at Facebook belønner videoinnhold, da de har tatt opp kampen med YouTube.



Totalt antall som liker siden per 1.jan. 2017: 19 526

Totalt antall som liker siden per 31.des. 2017: 26 096

Antall anmeldelser av Mental Helse på Facebook er 15, og alle har gitt Mental Helse toppscore: fem stjerner. Det vil være rimelig å anta at Mental Helse har fått et renomméløft i løpet av dette året.

På Mental Helse sin side på Facebook var antallet sidevisninger i 2017 hele 936 225, og antallet liker-klikk var 26 478.

Kommunikasjon

#GivingTuesday

Mental Helse er medlem av Innsamlingsrådet som tok initiativ til innsamlingsaksjonen «#GivingTuesday». Mental Helse valgt å bruke denne aksjonen for å sette søkelys på psykisk helse i skolen. Resultatet var at vi fikk 110 786 underskrifter for at vi trenger mer om psykisk helse i skolen.

Den enorme responsen fra underskriftskampanjen viser tydelig at psykisk helse i skolen engasjerer de unge, og Mental Helse vil benytte resultatene til å belyse det engasjementet som er blant norsk ungdom for å inkludere psykisk helse i skolehverdagen. CopyCat Norge sponset utskrift av underskriftene, og Mental Helse vil presentere utskriften for myndighetene i vårt politiske påvirkningsarbeid i 2018.



Skjermdump fra Mental Helses Instagram-konto.

Nettside og blogg

Presse

Mental Helse har høy synlighet i offentligheten. Vi er til stede i relevante debatter, nasjonalt og lokalt. Vi har utviklet offensive strategier for å sette ting på dagsorden samt håndtere den fortløpende nyhetsdekningen innen psykisk helsevern og i tilknytning til våre hjertesaker. Landsleder er tydelig og synlig i sentrale debatter, og generalsekretær og informasjonsleder supplerer der det er naturlig. I tillegg har vi mange gode fylkes- og lokallagsledere som er markante og troverdige stemmer lokalt og regionalt.

I 2017 hadde medieoppslag om organisasjonen 160 millioner lesere, seere og lyttere i forskjellige kanaler. En tredjedel av oppslagene handlet om selve organisasjonen Mental Helse, mens resten var knyttet til lokallag og prosjekter. Dette hadde en estimert annonseverdi (Retriever analyse) på 170 millioner kroner. Det er en økning på 30 prosent fra 2016, og et positivt resultat av økt mediesatsing siden 2015.

Psykobloggen startet i 2015 og i 2017 var det 107 publiserte innlegg og 290 833 lesere.

Topp 3 blogginnlegg:

- | | | |
|----|--|-----------------------------|
| 1. | «Til deg som elsker en med angst»: | 13 817 sidevisninger/lesere |
| 2. | «7 tips mot depresjon»: | 7 827 sidevisninger/lesere |
| 3. | «Deprimerte er oppmerksomhetssyke løgnere» | 4 255 sidevisninger/lesere |

Økonomi og medlemskap



Regnskapet i Mental Helse inneholder all aktivitet/tilskudd innenfor Mental Helses organisasjonsnummer 971 322 926. Aktiviteten er organisert i ulike kostnadssteder/avdelinger basert på tilskudd og disse er:

1. Sentraladministrasjonen
2. ExtraStiftelsen
3. Venn1
4. Verdensdagen
5. Hjelpetelefonen m/ underliggende prosjekter
6. Arbeidslivstelefonen
7. Erfaringskompetanse m/underliggende prosjekter

Det rapporteres særskilt på alle tilskudd, og totalregnskapet rapporteres til Brønnøysundregisteret, Helsedirektoratet, og Lotteritilsynet.

Totalinntekten i Mental Helse var i 2017 kr. 63 726 263 mot kr. 61 417 688 i 2016. Resultatet var kr. 2 500 252.

Antall pr 31.12.2017	
Hovedmedlemskap	6323
Husstandsmedlem	534
Tilleggsmedlemskap MH for MHU	198
Totalsum	7055

Totalt antall tellende medlemmer per 31.12.2017 var 7055.

Økonomi og medlemskap

Medlemsarbeid og aktiviteter

Mental Helse hadde pr 31.12.2017 7055 betalende medlemmer. Det er 251 lag med registrerte medlemmer. Det er aktive fylkeslag i alle fylker. Lederne fra fylkeslagene og sentralstyret utgjør ledermøte som har hatt to møter i 2017. Sentralstyret har avholdt syv møter og AU har hatt syv møter. I administrasjonen har det i 2017 i snitt vært 12,6 årsverk hvorav 8,6 er direkte tilknyttet service for medlemmer, lag og tillitspersoner samt politikk, informasjon og kurs/opplæringsaktiviteter. De reste-

rende årsverkene er knyttet til generell administrasjon som økonomi og IT for basisorganisasjonen og andre tilknyttede aktiviteter finansiert gjennom andre tilskudd. Disse er Venn1, Verdensdagen, Hjelpetelefonen, Arbeidslivstelefonen, Erfaringskompetanse og prosjekter finansiert gjennom ExtraStiftelsen.

Aktiviteten i lagene

Av de 251 lagene som har registrerte medlemmer har 107 lag rapportert aktivitet for 2016.

Aktiviteteene er angitt i tabellen under:

Totalt antall møteplasser i organisasjonen	2 790
Totalt antall kursdager i organisasjonen	307
Totalt antall likepersonersaktivitet (samtalegruppe og/eller temabasert) i organisasjonen	1 393
Totalt antall Arbeidsrettede likepersonersaktiviteter i organisasjonen	0
Totalt antall lokale aktivitetsdager	4 490
Totalt antall frivillighetstimer direkte knyttet til aktivitet	26 940
Totalt antall Likepersoner	398

Antall Årsrapporter	102
Antall søknader fra lag	107

Antall frivillighetstimer i den strukturerte rapportering utgjør 13,8 årsverk. I tillegg kommer da all den aktivitet som ikke rapporteres.

Organisasjonskurs i 2017:

Budsjett (antatt deltakelse):	560
Antall påmeldte kursdeltakere:	331
Antall gjennomførte kurs:	305



STORGATA 38, 0182 OSLO
POST@MENTALHELSE.NO
WWW.MENTALHELSE.NO