

# ÅRSMELDING 2021

## Mental Helse Trøndelag



### Leder'n har ordet

Vi skriver 2022 og har lagt bak oss nok en periode som har vært preget av pandemien. Dette resulterte i at vi ikke kunne møtes fysisk og treffplasser ble stengt.

Kurs og samlinger måtte utsettes, vi måtte lære oss andre måter å kommunisere på. Møter ble avholdt digitalt og for flere av oss ble dette en bratt læringskurve. Men øvelse gjør mester og etter litt prøving og feiling klarte vi å mestre den digitale verden og en ny verden åpnet seg for oss.

Vi fikk se og oppleve nye spennende læringsveier og ble involvert med kunnskap på en ny måte.

Nå ser det ut til at vi er på vei tilbake mot normale tider og det er med glede vi i mars kunne arrangere organisasjonskurs, nå spesielt for de som ikke hadde kurset fra før. Dette er med på å gi nye tillitsvalgte god opplæring og knytte nye bekjenskaper.

Det er restartering av Verdal lokallag. Nytt lokallag på Frosta er også i starten for ny etablering. Dette lover godt for den videre satsingen vi har for å etablere flere lokallag i fylket vårt.

Nå ser vi frem mot nye gode dager og håper at vi igjen kan drive med aktiviteter som gir glede og nytte til våre medlemmer.

**Anna E. Opheim**

**Leder**

**Mental helse Trøndelag**

Mental Helse er en medlemsorganisasjon for alle mennesker med psykiske helseproblemer, pårørende og andre interesserte. Mental Helse arbeider for at alle kan leve et meningsfylt liv og oppleve egenverd og mestring.

#### 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.

## Styrets beretning

### Fylkesstyret:

for perioden 12.mars 2021 - 23.april 2022:

<b>Leder:</b>	Anna-Elise Opheim (Au)	Skaun
<b>Nestleder:</b>	Aud Irene Hepsø (Au)	Heim
<b>Studieleder:</b>	Anders Øyan (Au)	Stjørdal
<b>Styremedlemmer:</b>	Linda Mari Hogstad	Stjørdal
	Beate Moksnes	Verdal
<b>Varamedlemmer:</b>	1. Harald Marsdal Hansen	Ytre Namdal
	2. Nils Magne Røstum	Melhus
	3. Veronica Winther	Levanger

(Harald Marsdal Hansen. Permisjon fra juli 2021 og ut perioden.)

### Valgkomite:

<b>Leder:</b>	Nils Skjelstad	Stjørdal
<b>Medlem:</b>	John Arve Andresen	Bjugn
<b>Medlem:</b>	Karin Olsen Høstland	Inderøy
<b>Vara:</b>	Nina Semb	Levanger

(John Arve Andresen søkte Permisjon fra mar 2022 og ut perioden.)

**Regnskap:** Sparebank 1 Regnskapshuset SMN, Steinkjer

**Revisorer:** BDO Steinkjer

### Økonomi:

Mental Helse Trøndelag har god økonomi. Mental Helse Trøndelag får i hovedsak sine inntekter fra Helse Midt Norge, andel av medlemskontingent, og velferdstilskudd fra Mental Helse. I tillegg får vi støtte i form av gaver, egenandeler og grasrotmidler

### Møter:

Det er avholdt 12 styremøter (6 fysisk og 6 digitalt) i denne perioden.

Det har vært To regions rådsmøter i perioden.

Leder møte i september 2021 var på Expro Fronebu og i mars 2022 på Park Inn by Radisson Oslo Airport.

I mai 2021 så var på Brekstad og jobbet med Strategihåndbok.

Kurs og lokallagsamling.

August 21: Konflikt håndteringskurs på Stjørdal.

November 21: Lokallagssamling/Kurs på Steinkjer.

Mars 22: Organisasjonskurs i Trondheim.

Vi deltok også på Mental Helse Konferansen 2022

Mental Helse Trøndelag er nå ferdig med en ny informasjonsbrosjyre.

## Mental Helse Trøndelag

Pr. 31.12.21 har vi 775 medlemmer og har lokallag i følgende kommuner:  
Grong, Heim  
Høylandet, Inderøy,  
Levanger, Melhus,  
Midtre Gauldal,  
Namsos, Oppdal  
Overhalla, Skaun,  
Snåsa, Stjørdal,  
Trondheim, Verdal og  
Ytre Namdal.

## Mental Helse Trøndelag

Sjøfartsgt 3  
7714 Steinkjer  
992 35 100

[trondelag@mentalhelse.no](mailto:trondelag@mentalhelse.no)

Leder:

Anna-Elise Opheim  
920 30 361

[www.mentalhelse.no](http://www.mentalhelse.no)

Org.nr  
987 588 802

Kontonr:  
4400 237 4622

Vipps:  
739577

### **Representasjon:**

Rollen som bruker representant, er noe vi prioriterer høyt.

Vi har representanter bla. annet i Helse Midt Norge, hos Statsforvalteren, i NAV, St.olavs, Blå kors og i flere kommunale råd.

Selv om vi bakstrever oss til å prioritere denne viktige oppgaven, er vi alt for få som vil ta på seg oppgavene. Vi ønsker oss flere som vil være bruker representanter.

Møter på Teams har blitt en god arena for oss. Der har vi kunnet blitt med på konferanser og nettverksmøter, så som rekruttering via Frivilligheten, Ruskonferansen og Kurs.

Vi har fortsatt det gode samarbeidet med flyktingetjenesten i Steinkjer, hvor vi har vært på besøk og informert brukerne om Mental Helse sitt arbeide.

### **Styrets underskrift**

---

*Anna-Elise Opheim*  
*leder*

---

*Aud Irene Hepsø*  
*nestleder*

---

*Anders Øyan*  
*styremedlem/studieleder*

---

*Linda Hogstad*  
*styremedlem*

---

*Beate Moksnes*  
*Styremedlem*