



Bamble

ÅRSBERETNINGEN FOR 2022

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. Våre verdier er likeverd, åpenhet, respekt og inkludering.

Mental Helse Bamble hadde 51 medlemmer pr. 31.12.2021 og har i dag 63 medlemmer, en økning på 12 medlemmer det siste året. Positivt for oss er at vi har medlemmer fra flere kommuner.

Styret 2022

Leder:	Nina Rosland.
Nestleder:	Bjarne Mostaul.
Sekretærer:	Helge Solås.
Kasserer:	Ole Roger Dyrkorn.
Styremedlem:	Eva Aatangen Walle.
Styremedlem:	Ana Lopez Taylor.
Styremedlem:	Kari Magrethe Restad.
1. Varamedlem:	Anne Marie Mo.
2. Varamedlem:	Kent Mauricio Brobakk Evensen.
Revisorer:	Inger -Lise Sikkeland og Inger-Lene Johnsen.

Styret utarbeider denne årsmeldinga i 2022 i et år som ikke har hatt så mange Corona restriksjoner.

Årsmøte

Årsmøte ble avholdt 24. februar 2022 på Telemarkssvingen. 23 personer var tilstede. Vi hadde besøk fra Vestfold og Telemark Mental Helse.

Styremøter/medlemsmøter:

Styret har hatt 7 styremøter og behandlet 64 saker og hatt jevnlig kontakt pr tlf. og epost. Vi har hatt 3 medlemsmøter med ulike tema.

Likemannsarbeid:

Mange av aktivitetene våre foregår på Clarks. Hver fredag møtes noen i Badeparken til vanntrening. Etter vanntreningen blir det servert et sunt måltid på Clarks Minde.

Mental Helse Bamble har hatt et aktivt år, og vi har rapportert følgende til Mental Helse sentralt:

Antall dager møteplassen har vært åpen 2022.	Ca. 216 dager.
Antall kurs dager (min. 2 x 45 min. pr kursdag.)	Ca. 60 dager.
Antall dager annet likemannsarbeid aktivitet, samtalegrupper og eller temabaserte samlinger.	Ca. 10 dager.
Antall dager med arbeidsretteaktivitet, språkundervisning, delta i arbeid kjøkkenet.	2 dager i uka.
Hygge kveld tema og spille kvelder med ungdommene.	31 dager.

Vi er stolt av å ha arbeids-rettet arbeid/aktiviteter og språkundervisning.

Flerkulturelt arbeid:

Vi er stolte av vårt flerkulturelle arbeid og integrering av innvandrere. Vi samarbeider med Bamble og Omegn Internasjonale Forening (BOIF), Telemark Innvanderråd (TIR) og med Virksomhet for Voksenopplæringa (VIVA) i vår kommune. I våre aktiviteter og likepersonarbeid har vi hatt tiltak som består i å tilrettelegge for praktisk arbeid på kjøkkenet/kafe og noe norskundervisning. Deltakerne er med på flere av våre aktiviteter.



Åpent hus/kafe for alle:

Med stor suksess har Mental Helse Bamble holdt åpen kafe på Clarks Minde mandag, onsdag, torsdag og fredag. Denne aktiviteten er av stor betydning for brukere av tilbudet samt at det er et integreringstiltak for innvandrere som kan delta frivillige i kjøkken/kafedrift å få litt språkopplæring. Det er mange som har Clarks Minde som sin sosiale arena, og vi er glad for å kunne bidra.

Ung-voksen gruppe

De samles på Clarks Minde annen hver fredag fra kl. 18.00-23.00. Et av de viktigste målene er at alle skal oppleve tilhørighet i gruppen i trygge omgivelser.

De lager mat og spiser et varmt måltid sammen hver gang, mens dagens og ukens temaer luftes rundt bordet. Kortspill, brettspill og andre spill benyttes ofte, samt piano og sang.

Tv brukes til filmer/serier med ulike temaer som drøftes, mye av tematikken gjenspeiler seg i hverdagslige hendelser. Ung-voksne dro på Sverige tur noe som øker den sosiale kompetansen i samhandling med andre. Hver og en utfordres, tøyser grenser og mestrer i et trygt miljø. Vi har ung-voksne med ulike utfordringer.

17. mai 2022.

Vi så barnetoget i Langesund, etterpå møttes noen på Clarks Minde. Her ble det servert norsk og internasjonal mat med hallal slaktet kjøtt, kaffe, kaker, is og brus til barna. Noen deltok i borgertoget. Om kvelden var medlemmene samlet på Clarks Minde hvor bløtkake og kaffe nytes i godt selskap.



Lokaliteter:

Clarks Minde i Langesund er vårt faste møtested. Mental Helse Bamble er representert i Clarks Minde hus-styret ved Anne Marie Mo og Kari Margrete Restad. Vi jobber for et åpent, trygt, respektfullt og likeverdig miljø for alle på Clark Minde.

Sommer-avslutning: Ut i det blå 2022



Styret inviterte til ut i det blå. Folk visste ikke hvor turen gikk, vi endte opp hos Nina Rosland i Dalkåsa. Det ble en trivelig ettermiddag/ kveld med god mat, livlig prat og diverse leker/aktiviteter ute i hagen.

Roy Finnmark dukket overraskende opp og underholdt med sang og musikk, og noen svingte seg lett i dansen.



Sommer avslutning med Ungevoksne

Vi bestemte oss for litt bading og god mat, tok turen til Dalkåsa for grilling, aktiviteter og hygge.

Sommer 2022

Vi har vanligvis stengt på Clarks Minde i juli, men flere medlemmer ønsket at det er åpent. Anne og Eva holdt åpent i hele juli. De koste seg ute hagen under parasoller i det fine været, alle brukere hadde ofte med kaffe, brus og noe å spise som de delte med hverandre. Sommerdagene ble innholdsrike og hyggelige.

Høsthalvåret 2022:

Vi starta opp etter sommerferien mandag 15. august med bingo som vi har hver 14. dag hvor kaffe, snitter og vafler kan kjøpes.

22.august inviterte Astrid Jonsås oss til Findal Gård. Astrid serverte nydelig gryterett, ris, kaffe og kaker. Praten gikk livlig rundt bordene, vi koste oss.



Arendals uka:

Ana, Helge, Hans og Kent deltok med Velferdsalliansen på stand i Arendal uka 18. og 19. august. 2022



Båttur:

Vi var på seiltur med RS-2 Langesunds fjordens Kystlag 7. september 2022.

Vi hadde en fantastisk fin tur med reker, kaffe, brus og Karis hjemmebakt kake. Været var topp, og vi storkoste oss. Stor takk til Langesunds fjordens Kystlag som stilte opp og var ansvarlige for turen og 10 heldige deltakere.



Stand på Marked i Langesund

Mental Helse Bamble hadde stand i Langesund lørdag 3. og lørdag 17. september 2022. Vi serverte vafler og kaffe og delte ut materiell, flere uttrykket anerkjennelse og støtte for arbeidet Mental Helse utfører.

Markering av Frivillighetens år 2022

Hus-styret på Clarks Mindes markerte Frivillighetens år, 10. september 2022.

Det ble servert variert god mat fra forskjellige kulturer.

Duo-en Jan Mari sto for underholdningen.

Vi fikk en fin omtale på Bamble kommunes hjemmesider angående frivillighet:



Making av Verdensdagen for psykiske helse:

Tema i år var Løft Blikket- Se Hverandre. Mental Helse Bamble markerte Verdensdagen onsdag 5. oktober 2022 på Langesund Idrettsforening klubbhus (. I år ønsket vi å ha fokus



på hva kommunen vår har og tilby oss som innbyggere om vi eller andre vi kjenner opplever psykisk uhelse. Foredragsholdere var

kommunepsykolog Embla Susann Degn Rui, Henning Weider Friskbris og Kristin Thomassen , Psykisk Helse og Avhengighet i Bamble Kommune.



Foredragsholderne ga en god og grundig presentasjon av det psykiske helsetilbudet i Kommunen. Kvelden ga rom for dialog, spørsmål og refleksjon rundt ulike problemstillinger for de 58 deltagerne som bidro til at kvelden ble en suksess. Samtalen gikk lett rundt bordene. Tilbakemeldingene fra publikum var klare, dette var nyttig og lærerikt vi fikk ny kunnskap kjennskap til kommunens tilbud og hvor de finnes. Det var buffe med kaffe, brus, snitter og kaker.



Roy Finnmark sto for god underholdning

I uke 40 markerte Langesund Barneskole Verdensdagen fra mandag til fredag med forskjellige tema om psykisk helse.

10. oktober 2022

Hadde Mental Helse Bamble stand på Brotorvet og på Prix Herre. Vi serverte kaffe, twist og delte ut materiell. Mange stoppet og pratet.



Manns-sangforenings revy

Alle medlemmer ble inviterte til revy med Manns-sangforeningen den 18.11.22. Laget sponset billetter med kr 150. Kvelden startet med samling på Kina-kroa og ble avsluttet med fengende sang og musikk til stor glede for de 10 medlemmene som deltok.

Kurs i november og desember

Vi fikk godt oppmøte på dørkrans og Juledekorasjon kurs som Anne holdt i 10 timer. Julemusikk bidro til god stemning, høy arbeidsmoral sang og glede. Mange opplevde læring, mestring som ga flotte resultater.



Julebord 2022:

Julebordet 2022 ble holdt 25. november på Telemarkssvingen. Kent Mauricio Brobakk Evensen spilte piano og trekkspill, når julesanger ble sunget. Det ble servert koldtbord og tradisjonell norsk julemat med riskrem til dessert for de 30 som deltok. Takk til Anne Flølo på Telemarkssvingen som la til rette for at vi fikk en vellykka kveld.



Vi hadde åpen kafe i juleferien.

Onsdag 28.desember

Vi arrangerte julemoro med åpent hus og pakke-lek. Det ble servert kyllinggryte, kaffe og kaker. En morsom kveld med mye latter og glede.



Lørdag 31.desember:

Etter ønsker fra medlemmer ble det arrangert nyttårsfeiring på Clarks Minde for første gang. Det ble en koselig kveld, prat, dans, og latter med 10 engasjerte medlemmer tilstede. Nina ordnet mat Kalkunbryst og tilbehør.

Kveld ble avsluttet med kaffe og kaker før vi ønsket det nye året velkommen. Som ble markert ved å se på fyrverkeri gi klemmer og ønske hverandre et godt og meningsfylt nyttår. Alle ønsker en ny tradisjon VELKOMMEN.

Representasjon 2022:

Mental Helse Bamble er representert i viktige fora hvor vi bidrar med våre erfaringer og kompetanse for å forbedre tjenester det offentlige gir til vår gruppe:

Nina Rosland er Leder i brukerrådet i Nav Bamble.

Hun er brukerrepresentant i Råde for personer med funksjons nedsettelse i Kommune.

Nina er kursleder i Kupp

Bjarne Mostaul er vara i Rådet for personer med funksjons nedsettelse i Kommune. Han er leder i valgkomiteen til FFO Bamble.

Ana Lopez Taylor er kasserer i FFO Bamble og i styret i Velferdsalliansen.

Kent Mauricio Brobakk Evensen er vara i FFO Bamble.

Helge Solås sitter i styret i FFO Bamble.

Kurs/ konferanser Mental Helse Bamble har vært med på

Helge Solås deltok på sekretær –kurs 12. og 13. februar. Bryggeparken Hotel Skien.

Bjarne Mostaul og Eva Aatangen deltok på Velferdsalliansens medlemssamling og årsmøte 5. og 6. mars på Scandia ST. Olavs plass Hotel Oslo.

Helge Solås og Bjarne Mostaul deltok på Helsekonferansen til Mental Helse på Park Inn Radisson Oslo Airport Hotell 10.mars. På kvelden ble det delt ut priser. Vi ble rørt til tårer da det ble kunngjort at ildsjelprisen 2021 gikk til Bjarne Mostaul, Mental Helse Bamble.

En velfortjent utmerkelse som vi er stolt av. Takk, Bjarne for ditt utrettelige arbeid! Beløpet han fikk ble brukt til tilrettelegging av julebord for vårt lag på Telemarkssvingen.

Bjarne Mostaul, Ana Lopez Taylor, Helge Solås og Kent Mauricio Brobakk Evensen deltok på FFO Bamble sitt årsmøte 28.april på Halen Gård Langesund.

Bjarne Mostaul deltok på årsmøte til FFO Vestfold og Telemark den 16. mars på Quality Hottel Skjærgården i Langesund.

Vestfold og Telemark Mental Helse har sitt årsmøte 30 april.

Bjarne Mostaul, Nina Rosland, Helge Solås og Kent Mauricio Brobakk Evensen (observatør) deltok på årsmøte i Mental Helse Vestfold og Telemark på Solvangsenteret Sandefjord.

Bjarne Mostaul og Nina Rosland deltok på Vestfold og Telemark Mental Helse Leder -og nest leder samling 25.og 26. juni på Thon Hotell Horten.

FFO Vestfold og Telemark inviterer til hyggekveld 27. september på Fritidsparken Hotell Skien. Bjarne Mostaul og Helge Solås deltok.

Vestfold og Telemark Mental Helse inviterte til konfliktløsning kurs 30. september til 2. oktober på Quality Hotell River Stadion Drammen. Nina Rosland og Helge Solås deltok.

Velferdsalliansen hadde medlemssamling og Tommel- opp- prisen 16. og 17. oktober på Scandia ST. Olavs plass Hotel Oslo. Helge Solås og Kent Mauricio Brobakk Evensen var våre representanter.



«Tommel-opp» ble tildelt Journalist Sondre Andreas Wedøe Nodland, for sitt arbeid ved å belyser fattigdom på en verdigfull måte.

FFO Vestfold og Telemark hadde leder møte 27. oktober på Quali Hotell Grand Larvik. Helge Solås og Kent Mauricio Brobakk Evensen deltok.

FFO Vestfold og Telemark inviterte politiske partier til dialogmøte 8. november på Fritidsparken Hotell. Vi var representert ved Helge Solås, Kent Mauricio Brobakk Evensen og Bjarne Mostaul.

FFO Vestfold og Telemark Nav hadde møte 10.november om inkludering og arbeid på Quality Hotell Grand Larvik. Kent Mauricio Brobakk Evensen deltok på møtet.

Konklusjon

Mental Helse Bamble har hatt et aktivt år, hvor mange i styret og frivillige har gjort en enorm innsats for å gjennomføre aktiviteter som har vært til nytte og glede for alle brukere/medlemmer

Vi takker alle som støtter oss og alle som deltar i aktiviteter og gjør det mulig å drive frivillig utviklingsarbeid. Våre verdier er likeverd, åpenhet, respekt og inkludering. Vi bruker mye tid på Clarks Minde for at hver enkelt skal oppleve en trygg og inkluderende arena hvor likeverd og respekt skal vises.

Vi har et godt samarbeid med offentlige instanser og er stolte av vårt flerkulturelle arbeid.

Vi har mye erfaringer og kunnskaper som vi bidrar med i samfunnet, slik at medlemmer og mange andre kan håndtere hverdagen.

En stor takk til alle frivillige som står på og deltar i ulike gjøremål på Clarks Minde for å gjøre det mulig for medlemmer/besøkende å trives.

Helge Solås. sekretær

Nina Rosland

Bjarne Mostaul

Helge Solås

Kari Restad

Eva Aatangen Walle

Ole Roger Dyrkorn

Anne Marie Mo

Mauricio Brobakk Evensen