

Årsmøte MH Oslo 2023



19.april ble årsmøtet for MH Oslo gjennomført i lokalene til Velferdsetaten. Vi hadde besøk av landsleder i Mental Helse, Ole-Marius Minde Johnsen. Han orienterte blant annet om [strategiplanen for 2023-2033](#). MH Oslo har aktivitet og lokal handlingsplan som støtter godt opp om denne planen ifølge Ole-Marius. [Nytt styre for 2024 ble valgt.](#)

Forsker på selvmordsforebygging i skolen for første gang



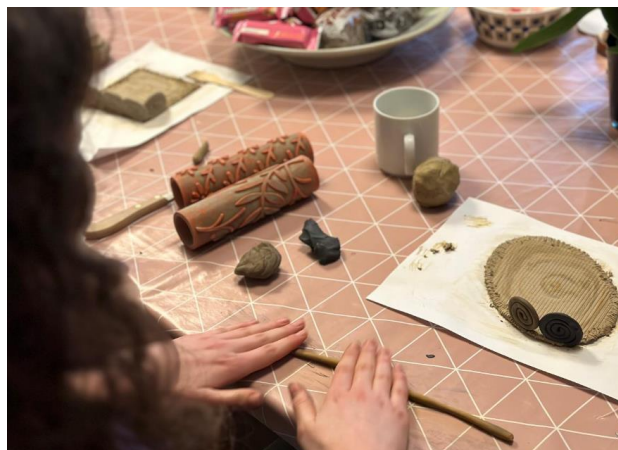
Elever som har fått denne undervisningen oppgir 50 % færre selvmordsforsøk og -tanker. Skoleprogrammet reduserer også nye tilfeller av depresjoner med 30 prosent, viser europeisk studie. Nå gjennomføres tilsvarende forskning for første gang i 24 skoleklasser i Norge. Nasjonalt forum for forebygging av selvmord [anbefaler at YAM tilbys alle elever på 10. trinn, eller VG1.](#) Når kommer Osloskolen på banen? [Les mer her.](#)

Nye kommunale råd for personer med funksjonsnedsettelse



Det er kommunevalg til høsten. Da skal det også velges nye medlemmer til rådene i alle Oslo's 15 bydeler. Kan det være noe for deg? [Les mer her.](#)

Keramikkprosjekt i MH Oslo



I starten av året gjennomførte vi et vellykket Keramikk kurs sammen med **Ceramics House**. Vi fikk tildelt midler fra **Sparebankstiftelsen DNB**. Flotte resultater fra vår ungdom som viste stort engasjement. [Les mer her.](#)

Sinn og Samfunn



Siste utgave av medlem-bladet kan du nå [lese på hjemmesiden vår.](#)

Folkehelsemeldinga Hørings svar



Den 25. april deltok Frivillighet Norge på høring til [Folkehelsemeldinga](#) i Helse- og omsorgskomiteen på Stortinget. [I sitt hørings svar](#) trekker de fram behovet for finansiering av de nasjonale verktøyene for økt deltagelse, frivillig.no og ungfritid.no, og prosjektet Frivillighetsløftet, som skal styrke dialog mellom frivilligheten og kommuner og fylkeskommuner. MH Oslo har hatt god erfaring med bruk av disse verktøyene i vinter.

ABC for psykisk helse i Folkehelsemeldinga



ABC for psykisk helse er en enkel oppsummering av omfattende kunnskap om at det å gjøre noe aktivt (A), gjøre noe sammen (B) og gjøre noe meningsfylt (C), har stor betydning for vår psykiske helse. Dette er et bærende prinsipp for medlemsaktivitetene i MH Oslo, for å motvirke utenforskap og ensomhet. [Folkehelsemeldinga beskriver dette prinsippet som mulig satsing i Norge.](#)

Hørsel og psykisk helse



15.mai arrangerer [HLF Oslo](#) temamøte om sammenheng mellom dårlig hørsel og psykisk helse. Dette er et åpent møte og vi anbefaler våre medlemmer, som er interessert i temaet, om å delta. [Du finner mer informasjon og påmelding her.](#)

Åpent hus – 29.april serveres Innherredssodd



29 april serveres det Innherreds-sodd kl.13. Nysgjerrig på hva det er? Kom og smak! Kokker er Anne-Lise og Sturla [Velkommen til et](#)

[spennende måltid.](#)

Grasrotandelen til MHO

Kanskje er du en av dem som jevnlig leverer inn lottokupongen og håper på stor gevinst? Alle som bruker spill fra Norsk tipping kan velge å gi [Grasrotandelen](#) til en frivillig organisasjon.

Dette berører ikke din spillegevinst. MHO har organisasjonsnummer: **979 954 220**

Dette kan du bruke for å søke fram [MHO som mottaker av din grasrotandel.](#)



Informasjon fra Mental Helse Oslo

Nyhetsbrev 4/2023

April



Våre sponsorer 2023
MH Oslo håper mange vil være med å gi støtte til våre medlemsaktiviteter. Foreløpig er disse med på «laget». TUSEN TAKK!

KLATREVERKET  Torshov


Bar & Bowling

 OSLO BADSTUFORENING



Levende kultur er helsebringende



 AKERSELVPSYKOLOGENE

Kjenner du noen som kanskje vil være med på «sponsorlaget»? Sjekk og gi oss tips😊

Mental Helse Oslo

Adresse: Arbeidersamfunnets plass 1, 0181 Oslo. Bank: 7877 08 33549 Vipps: 705761

Mail: oslo@mentalhelse.no Tlf: 940 65 739