

Informasjonsbrev fra fylkesstyret

Mental Helse Oslo, juni 2019



Du mottar dette brevet fordi du er registrert som medlem i Mental Helse, med tilknytning til Oslo fylkeslag. Vi ønsker å informere deg om hva som skjer i Mental Helse Oslo og hvordan du kan bli med. Først må vi bare beklage at det har vært svært lite aktivitet i Oslo de siste årene! Vi er veldig takknemlig for at du fortsatt er medlem og håper at vi kan skape noe sammen i tiden som kommer!

Nytt fylkesstyre

Mental Helse Oslo har de siste årene hatt lite aktivitet og har til slutt ligget helt brakk. Det var kun et lokallag, Mental Helse Stovner, som holdt aktiviteter i gang. Derfor har sentralstyret nå satt sammen et nytt styre for fylkeslaget:

Leder:	Pål-Ole Liabøtrø
1. Nestleder:	Astrid Neumann
2. Nestleder:	Umar Ashraf
Kasserer:	Per Vidar Anfinnsen
Styremedlem/studieleder:	Jørn Rosland
Styremedlem:	Thyra Bækken
Styremedlem:	Tom Guldberg
Styremedlem for MHU:	Sara Isabella Rivera Rios
Vara:	<i>Erik Willoch</i>

Vi håper at det nye fylkesstyret kan sette i gang et kontinuerlig arbeid i fylket, inkludert aktiviteter for og med medlemmene. Å bygge opp igjen fylkeslaget i Oslo vil kreve utvikling av hele fylkeslaget, både styret og medlemmene.

Jubileum

Mental Helse Stovner, for tiden Oslos eneste aktive lokallag, skal feire 15 års jubileum! I denne anledning inviteres du til **jubileumsfeiring tirsdag 17. september** på Jesperud aktivitetshus, [Fossumberget 58](#). Dørene åpner kl. 15 for en omvisning på huset. Kl. 16 starter jubileet med mat, taler, sanger og innslag fra politikerne. Alle medlemmer i Mental Helse Oslo er invitert, også du som ikke har tilknytning til Stovner til vanlig.

Veien videre i Mental Helse Oslo

Handlingsplanen og programmet for høsten 2019 er ikke helt klart ennå. For å bli kjent med hverandre inviterer vi først til en uformell

Kick off - tirsdag 24. september fra kl. 17:00

på [Arbeidersamfunnets plass 1](#), 5. etasje med heis.

(Inngang fra Torggata, mellom Deli De Luca og Café Provence. Ring på 515.)

Det vil bli mulighet til å dele ideer, ønsker og planer for Mental Helse Oslo, samt å møte hverandre. Det vil bli enkel servering. Har du allergier eller andre behov for tilrettelegging ta kontakt slik at vi kan ta hensyn til det. Vi håper å se deg! ☺

Verdensdagen for psykisk helse

Som hvert år feires Verdensdagen for psykisk helse **10. oktober**. Årets tema er "Gi tid". Mental Helse Oslo skal ha **stand på Egertorget kl. 8-11** den dagen. Du er hjertelig velkommen til å stikke innom for en prat eller en kaffekopp! Mer informasjon om Verdensdagen finner du på nettsiden verdensdagen.no

Vi trenger din hjelp

For å kunne skape best mulig aktivitet i fylkeslaget trenger vi din hjelp med to ting:

1. kontaktinformasjon

Vi trenger å oppdatere våre medlemslister. Derfor sender vi dette brevet både på e-post og i posten. Dersom du kun mottar det en gang, eller ikke i det hele tatt, så er det fordi vi mangler din adresse! **Logg inn på «min side» for å oppdatere adressene din.** Spesielt hjelper du oss med **din E-postadresse**, siden vi da kan spare både tid, papir, blekk og porto når vi skal sende deg informasjon. "Min side" er litt gjemt på nettsiden mentalhelse.no. Du finner den helt nederst under "logg inn" og "[Klikk her for å logge inn på Min side](#)". *Dersom du ikke skulle ha tilgang til Internett kan du ringe til Mental Helse sitt sentralbord 352 96 060 for å få hjelp med oppdateringen.*

2. Ideer og praktisk hjelp

Vi ønsker å høre hva du kunne tenke deg at Mental Helse Oslo finner på. Hva kunne du ønske deg at vi jobber med? Hvilke aktiviteter eller møtesteder ønsker du å delta på? Er det noe du kunne tenke deg å arrangere (kanskje du er flink til å tegne eller spille gitar og villig til å lære det bort)? Kunne du hjelpe oss med praktiske ting? Eller ønsker du å sitte i et utvalg? Send oss dine ideer og tanker til oslo@mentalhelse.no eller/og kom på kick off den 24. september.

Se ellers vår nettside for oppdatert informasjon: mentalhelse.no/fylkeslag/158-oslo

Vi jobber også med å få vår Facebook side opp å gå igjen, så følg med!

Vi håper å høre fra deg eller å møte deg til høsten!

Med vennlig hilsen

**Fylkestyret,
Mental Helse Oslo**