

ÅRSMELDING

2019 - 2020

Mental Helse sin visjon:

*Alle har rett til et meningsfylt liv
og en opplevelse av egenverd og
mestring.*

- ➔ LIKEVERD
- ➔ ÅPENHET
- ➔ RESPEKT
- ➔ INKLUDERING



MENTAL HELSE
MØRE OG ROMSDAL

Leiar'n

Med stort engasjement tek fylkesstyret fatt på oppdraget vi har fått i handlingsplanen og held stø kurs mot målet:

Vi skal bli det beste fylkeslaget.
Det skal skje gjennom målretta arbeid, godt samarbeid, god kommunikasjon, gjensidig respekt, synleggjering og systematisk gjennomføring av handlingsplanen.



Saman er vi sterke

leiar Anna Margrethe Drægebø Moe

Lokallaga er Mental Helse sine ambassadørar og har ei viktig rolle i lokalmiljøet. Ved synleggjering av aktivitetane bl.a. i media og på nettsidene vert det gode arbeidet dei driv sett, og vi kan få fleire medlemmer. Vi har ei utfordring i å inkludere medlemmene og tilby aktivitetar slik at vi kan behalde dei. Gledeleg er det at lokallaga i Molde og i Ålesund fekk svært mange nye medlemmer i 2019.

Lokallaga vidarefører den fine tradisjonen ved at eitt av lokallaga kvart år inviterer alle dei andre til sosialt treff. Sist sommar inviterte Mental Helse Giske til triveleg samling på Alnes fyr og opplevelsesenter. Elles inviterer somme lokallag andre til felles aktivitetar. Alt dette styrker samhaldet.

Fylkesstyret skal vere til støtte for lokallaga, og ei velfungerande fadderordning er viktig for god kontakt mellom lokallaga og fylkesstyret. Kontakta gjev fylkesstyret godt innblikk i arbeidet og utfordringane i lokallaga. Det er kjekt at lokallaga også tek kontakt og at kommunikasjonen er god.

På kurset i *Politisk påvirkningsarbeid* fekk lokallaga gode verkty. Mange lokallag engasjerte seg i påvirkningsarbeid i nærmiljøet og oppnådde resultat. Dette arbeidet skjer gjennom heile året, ikkje berre ved val annankvart år.

Mental Helse lanserte digital julekalender i arbeidet for å verve fleire medlemmer. Blant laga som delte julekalenderen på facebook, vart det trekt ut ti som fekk kvar sin roll-up. MH Sykkylven og MH Stordal var blant dei heldige.

Lokallaga i Giske, Ålesund, Skodje/Ørskog og Sykkylven søkte støtte, og i samarbeid med Mental Helse sentralt laga dei *Verdensdagflagg* som dei spanderte på lokallaga på Sunnmøre. Flagget vil verte brukt ved markeringane av *Verdensdagen for psykisk helse*.

Korona-pandemien medførte nedstenging av planlagde aktivitetar på både lokal- og fylkesplan. Gledeleg er det at lokallag fann løysingar utan fysiske møte. Nemnast kan MH Sykkylven som vidareførte Kjøkkenpratene på zoom og hadde digitale aktivitetskveldar. Dei var eitt av dei tre laga i landet som fekk premie av Mental Helse sentralt.

Til jul fekk Mental Helse Møre og Romsdal ei storslagen gåve frå Optimar AS. Det vert teke som teikn på at Mental Helse vert sett og at arbeidet vårt vert verdsett.

Takk til alle lokallaga for det viktige arbeidet de utfører!

Anna Margrethe

Våre verdier

- ➔ **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.



MENTAL HELSE
Møre og Romsdal

Fylkesstyre i årsmøteperioden

(Fra 06.05.2019 til 18.04.2020)

Leder og studieleder:

Anna Margrethe Drægebø Moe

Nestleder:

Irene Sundholm

Styremedlemmer:

Per Gimnes

Oddrun Beyer Holm

Arild Kvamme

Varamedlemmer:

1.vara Maria Mindestrømmen
(trekte seg 14.09.2019)

2.vara Mathilde Hofseth

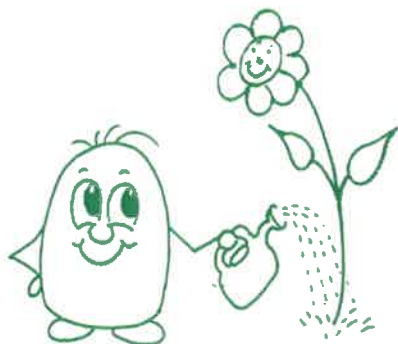
Skorpen

3.vara Finn Audun Hårstad

Innhold

Side

Styrets beretning for årsmøteperioden 2019-2020	4
En aktiv og synlig samfunnsaktør	6
Skolering av medlemmer og tillitsvalgte	8
Styrking og synliggjøring av organisasjonen	10
Kommunikasjon, politikk, påvirkning, erfaringer og brukermedvirkning	12
Mental Helse Møre og Romsdals kompetansesenter	14
Våre tjenester	14
Representasjon	15
Utfordringer fremover	15



Frøet "Vi skal bli best" har slått rot,
og det blomstrer.

Styrets beretning for årsmøteperioden 2019-2020



Fylkesstyret med to av varamedlemmene for årsmøteperioden 2019-2020.

Årsmøtet i 2019 ble avholdt på Hotell Alexandra i Molde 5. mai. Fylkesstyret sitt mandat for årsmøteperioden 2019-2020 ble gitt av årsmøtet gjennom vedtak i sak om handlingsplan og budsjett. Da årsmøtet 2020 skulle holdes 18. april, men ble utsatt til høsten pga. koronapandemien, avgir sin årsberetning (årsmelding) for perioden fra 06.05.2019 til 31.05.2020.

Årsberetningen viser styrets aktiviteter og driften av fylkeslaget Mental Helse Møre og Romsdal.

Aktiviteten i styret

Det har vært avholdt 12 styremøter og behandlet 93 saker i perioden. Arbeidsutvalget (AU) ved Anna Margrethe Drægebø Moe og Irene Sundholm med vara Per Gimnes har sammen med fylkessekretæren hatt møter jevnlig mellom styremøtene.

Saker med ekstra fokus i perioden

Synliggjøring og styrking av lokallagene, synlighet med stand på blant annet fagda-

ger og konferanser, verving, opplæring og oppfølging av kandidater til brukerrepresentasjon, representasjon i kontrollkommisjonen, stille med brukerrepresentanter der det etterspørres, opplæring i likepersonsarbeidet Kjøkkenpraten og rapportering av likepersonsaktiviteter, velferdsmidler til lokallagene, innholdet og kvaliteten på faddersamtalene, psykisk helse i skolen, informasjon om og påvirkning i utarbeidingen av Helseplattformen, politisk

påvirkningsarbeid, kurs basert på lokallagene ønsker, høringssvar og vedtektsendringer i Kompetansesenteret for brukererfaring og tjenesteutvikling (KBT) har en hatt fokus på i perioden.

Fadderne har hatt regelmessig kontakt med sine lokallag og rapportert tilbake til fylkesstyret. I perioden har en også vektlagt synlighet gjennom deltakelse på fagdager, kurs og konferanser.

Styreseminar

Vi hadde styreseminar sammen med organisasjonsrådgiver. Temaet var styrearbeid og rutiner, samt gjennomgang av arbeidsdokumentet, strategiheftet vårt. Styret er sammensatt av ulike personlighetstyper som kan brukes til å danne et godt team, og styremedlemmene fikk kartlegge sine roller. Denne kunnskapen kan brukes i videre styrearbeid.

Etiske retningslinjer

Videre har vi tatt fatt i etiske retningslinjer for Mental Helse, og har vedtatt våre etiske leveregler med utgangspunkt i vårt ståsted.

Inkludering og arbeidsmiljø

Fylkesstyret har i perioden hatt fokus på å inkludere alle styremedlemmene, også varamedlemmer og fylkessekretær aktivt i driften av fylkeslaget. Det er godt oppmøte på styremøtene som har vært fulltallig unnatt en gang da 4 av 5 medlemmer møtte. Etter 12.mars har AU- og styremøta blitt holdt på Teams pga. korona-pandemien.

Fylkesstyret inviterer også medlemmer fra lokallagene til å representere fylkeslaget på fagdager, kurs, seminar og konferanser ved behov. Dette skaper samhold og kanskje nye tillitsvalgte senere.

Ledermøte for lokallagene

Fylkesstyret inviterte til ledermøte for lokallagene i mars. På programmet stod nytt fra lokallagene, orientering om Helseplattformen,

brukermedvirkning og medisinfritt tilbud ved Veggund DPS. Møtet ble utsatt pga. korona-pandemien.

Mental Helse konferanse 2020.

5. mars deltok flere representanter fra fylkesstyret og lokallagene på Mental Helse konferansen i Gamle Logen i Oslo. Tema var selvmordsforebygging med særlig vekt på menn. På programmet stod også paneldebatt.

På kvelden var det middag for medlemmer og gjester, med utdeling av Mental Helses priser. Prisen *Årets ildsjel* ble tildelt Anna Margrethe Drægebø Moe, vår fylkesleder og leder i Mental Helse Stordal.

Målrettet arbeid

Fylkesstyret i Mental Helse Møre og Romsdal har slagordet: «Vi skal bli det beste fylkeslaget!»

Styringsdokumenter

Alt arbeid i fylkesstyret bygger på Mental Helse sine styringsdokumenter vedtatt av landsmøtet (Vedtekter, Samfunnspolitisk program, Strategi for organisasjonsopplæring), og handlingsplaner vedtatt av sentralstyret og fylkesårsmøtet. I arbeidet brukes også Mental Helse sitt «Tips-hefte for fylkes- og lokallag» og organisasjonshåndbok for Mental Helse og andre kilder ved behov.

Fylkesstyret har utarbeidet et eget dokument «Strategihefte for fylkesstyret i Mental Helse Møre og Romsdal». Strategiheftet inneholder oppgaver og ansvar som styret skal utføre, og beskriver viktige prioriteringer for

fylkeslaget.

Disse ansvarsoppgavene er basert på innspill fra medlemmene og lokallagene forventninger til fylkesstyret. I heftet er det nedfelt årlige rutiner og mandater som vi arbeider etter.

Av innhold kan vi nevne: Saker til behandling i fylkesstyret, rutiner for kurs og konferanser, håndtering av saker og innspill fra lokallagene, økonomirutiner og administrative rutiner, fadderordningen, vedtatte mandater og etiske leveregler. Heftet blir oppdatert fortløpende ved endringer.

Mandat, handlingsplan og kjernesaker

Fylkesstyret har hatt 3 handlingsplaner å arbeide etter i årsmøteperioden. Vår egen for 2019 - 2020 og de 2 handlingsplanene sentralt som følger hvert av kalenderårene 2019 og 2020.

I 2019 var fokus på *frihet og verdighet*, og i 2020 er det *forebygging og valgfrihet*. Første året var *Tvang og psykisk helse* politisk hoved- og kampsak, siste året *Selvmordsforebygging*. Mental Helses andre kjernesaker og verdier føres videre.

Fylkeslagets handlingsplan bygger på Mental Helses kjernesaker og verdier, og er tilpasset lokale forhold i fylket og regionen vår. Fremdrift i handlingsplanen har fast plass som egen sak i styremøtene, og økonomi-rapport legges frem for styret kvartalsvis. Fylkesstyret sitt arbeid med synliggjøring bygger blant annet på forslagene prosjektgruppa for profilering av Mental Helse la fram.

En aktiv og synlig samfunnsaktør



Mental Helse Giske inviterte i juni til lokallagstreff på Alnes opplevelsessenter.

Medlemmene og lokallagene danner *grasrota* og er grunnlaget for driften i fylkeslaget. Uten dem ville organisasjonen vært lite synlig i samfunnet til daglig. Fylkeslaget Mental Helse Møre og Romsdal støtter opp om *samholdet* blant medlemmene og lokallagene ved å gi råd og veiledning til den daglige driften.

Aktive medlemmer og lokallag

Medlemmene og lokallagene er grunnmuren i organisasjonen vår. Medlemsverving er et viktig satsningsområde for Mental Helse. Pr. 31. desember 2019 var det 385 medlemmer i fylket vårt, litt flere enn året før.

I Møre og Romsdal har Mental Helse hatt til sammen 21 lokallag som dekket 26 av fylkets daværende 36 kommuner. Noen av lokallagene ligger for tiden nede, og

andre sliter med å holde hjulene i gang. De fleste har stabil og god drift, enkelte er svært aktive.

Fylkeslaget vil satse videre på styrking av våre lokallag ved å bistå de som sliter og arbeide for å aktivisere de som ligger nede.

I dag er 13 lokallag aktive, de dekker 13 av fylkets nåværende 26 kommuner. Etter kommunesammenslåingen er det tre lokallag i en av kommunene.

Lokale møteplasser

Lokallagene fungerer som sosiale møteplasser med et bredt tilbud av ulike aktiviteter, kurs og opplæring. Møteplassene gir tilhørighet og fellesskap, og er med på å øke den enkeltes livskvalitet, vekst og mestring. Som et ledd i å tiltrekke seg flere medlemmer er det viktig at lokallagene synliggjør aktivitetene de har på sine møteplasser.

Likepersoners aktiviteter

Flere lokallag har oppnevnt og kurset likepersoner som tar særskilt ansvar for gjennomføring av aktiviteter i lokallagene. Møteplasser, aktivitets- og samtalegrupper, besøks- og oppsøkende tjenester og likepersonskurs er aktiviteter som rapporteres inn og gir tilskudd. Fylkesstyret bistår lokallagene som ønsker det, med råd og tips i rapportering av likepersonersaktiviteter. I løpet av 2019 ble det arrangert to desentraliserte kurs i Kjøkkenpraten som er likepersonsarbeid. Det ble brukt interne kursholdere med kompetanse.

Samarbeid på tvers av lokallagene

Lokallagene samarbeider om ulike aktiviteter og møteplasser, slik som turer og bowling- og biljardturneringer. Det har også blitt en tradisjon at ett lokallag i fylket arrangerer og inviterer de andre til lokallagstreff.

Alt dette skjer uten innblanding fra fylkeslaget. Fylkes-

styret er behjelpelig med å annonsere lokallagstreffet ut til medlemmene på fylkeslagets nettside.

Fylkeslaget får velferdsmidler til viderefordeling til lokallagene. Det er utarbeidet retningslinjer for tildeling av midlene. Gjennom aktiviteter organisert av lokallagene blir midlene brukt til å styrke kontakten mellom lokallagene og medlemmene innad i laget. Det årlige lokallagstreffet der et lokallag inviterer de andre, blir prioritert i tildelingen da fylkesstyret ønsker å styrke samholdet mellom medlemmene i hele fylket.



VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE

Verdensdagen for psykisk helse

10. oktober er Verdensdagen for psykisk helse. Dagen er en FN-dag, og markeres over hele verden. I

Norge er Mental Helse koordinator for markeringen på oppdrag fra Helsedirektoratet. Flere lokallag markerte dagen i vårt fylke sammen med ulike samarbeidspartnere. Hvert år blir et tema valgt for markeringene, og det blir arrangert inspirasjonsseminar for arrangører rundt om i landet. I 2019 var tema *Gi tid!* Temaet i 2020 er *Spør mer.*

Fadderordningen

Den godt etablerte fadderordningen er et viktig bidrag til styrking av kontakten mellom lokallagene og fylkesstyret. Fylkesstyrets medlemmer/faddere tar kontakt med sine lokallag minst 2 ganger i året og er til stede på årsmøtene der de har en presentasjon av viktige satsningsområder i Mental Helse. I samtalen brukes en felles mal. Lokallagene kontakter også sine faddere ved behov for råd og rettleiing.



Lokallag, kommuner og medlemstall 31.12.2019

Aukra	3	Stordal	59
Giske	18	Stranda	14
Halsa/Aure	1	Sunnadal	36
Haram	16	Surnadal/Rindal	3
Hareid	12	Sykkylven	30
Herøy/Sande	9	Ulstein	0
Kristiansund	15	Tingvoll	0
Molde	58	Vestnes	15
Norddal	3	Volda/Ørsta	22
Rauma	24	Ålesund	31
Skodje/Ørskog	16		

(Listen viser bare kommuner der vi har eller

Skolering av medlemmer og tillitsvalgte



Kurs er viktig for tillitsvalgte og hører med for å styrke organisasjonen.

Skolering av medlemmer og tillitsvalgte er viktig for å styrke arbeidet i lokallagene. Plan for opplæring i organisasjonen vår er nedfelt i Strategidokument for organisasjonsopplæring som vedtas på landsmøtene. Fylkestyret ber lokallagene komme med innspill til tema i skoleringen. Ved val av tema i skoleringen legges det vekt på disse innspillene sammen med de sentrale føringene.

Opplæringsstrategien

Målet for strategien er å få en systemisert og god organisasjonsopplæring for tillitsvalgte og medlemmer. Hovedmålet er at kurs og annen relevant opplæring skal være tilgjengelig for flest mulig av Mental Helses medlemmer. Etter vedtak i landsmøtet jobber tillitsvalgte i Mental Helses Kurs- og opplæringsutvalg (KUPP) og ansatte i administrasjonen med utarbeiding av kurs i ulike tema og skolering av kursholdere til de ulike kursene. Det er utarbeidd kurs i organisasjonsarbeid, brukermedvirkning, politisk påvirkningsarbeid og konflikt-

håndtering. Fylkestyret har gjennomført alle disse kursene i fylket og invitert lokallagene. Senere kommer kurset *Rekruttering og ivareta frivillige*. For å ivareta skoleringen av nye tillitsvalgte som ikke har deltatt på kursene i fylket, inviteres disse til å delta på sentrale kurs i de ulike temaene.

Fylkestyrets medlemmer har god kompetanse på ulike felt og er aktive i skoleringen av våre medlemmer.

Opplæringstilskudd (OT)

Lokallagene har mulighet til å registrere mange av sine aktiviteter som voksenopplæring i Studieforbundet Funkis og motta OT og TRT.

Opplæringen skal tilpasses kursdeltakernes spesielle behov, «fjerne hindringer» slik at de kan delta på kursene og få fullt utbytte av dem. Det koster ekstra, og etter visse regler kan kursholder få ekstra tilskudd (TRT).

Vårt fylkeslag ligger i teten når det gjelder flest studietimer i Mental Helse, men fylkestyret kjenner til at mange lokallag utfører aktiviteter som kan registreres som likepersonsarbeid og/eller som kurs. Opplæring i registrering av kurs i Kurs-Admin, likepersonsarbeid og likepersonsrapportering har hatt og vil ha fokus framover.

Studiearbeid er fortsatt et prioritert område for Mental Helse. Særlig satses det på opplæring i organisasjonsarbeid og brukermedvirkning som Mental Helse yter ekstra opplæringstilskudd til.

Kurs og opplæring

Fylkesstyret kontaktet lokallagene som deltok på kurset, *Politisk påvirkning* i mars 2019. Med ønske om tilbakemelding om hva de har utført og planlegger å gjøre av påvirkningsarbeid. Svarene synte at lokallagene hadde utført en del påvirkningsarbeid og mer var planlagt. Det var forståelse for at dette arbeidet bør drives fortløpende, ikke bare i forbindelse med valg. Tillitsvalgte og interesserte som ikke deltok på kursene i organisasjonsarbeid med vektlegging på organisering av Mental Helse og skolering av brukerrepresentanter da vi arrangerte dem i fylket, fikk tilbud om sentrale kurs på Gardermoen sammen med deltakere fra hele landet.

Det ble gjennomført to desentraliserte kurs i likepersonsarbeidet *Kjøkkenpraten*, der det også ble gitt opplæring i rapportering av likepersonsarbeid. Kursene ble holdt i Sørfylket og Nordfylket ved bruk av intern kompetanse.

Kurs i *konflikthåndtering* i mars 2020 ble utsatt pga. koronaen.

Deltakelse på fagdager, konferanser, samlinger og seminar

Fylkesstyret har også vært representert på fagdager, erfaringssamlinger og kurs i regi av samarbeidspartnere. Dette gir faglig påfyll samtidig som en får utvekslet erfaringer. Ervervet kunnskap brukes i organisasjonsarbeidet.

Rapporterte studietiltak til Studieforbundet FUNKIS i 2019:

→ MH MØRE OG ROMSDAL 5 kurs 59 timer	→ MH MOLDE 5 kurs 81 timer
→ MH SKODJE/ ØRSKOG 5 kurs 80 timer	→ MH SYKKYLVEN 4 kurs 44 timer
→ MH STORDAL 9 kurs 94 timer	Sum totalt: 28 kurs 358 timer



erfaringskompetanse.no

Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse

Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse er et tiltak i regi av Mental Helse. Senterets viktigste oppgave er å samle og løfte frem kunnskap fra brukere og pårørende slik at denne kunnskapen kan føre til utvikling av god, kunnskapsbasert praksis. De lager nye publikasjoner, magasiner, bøker og nettsaker som trekker frem og formidler kunnskap fra brukere og pårørende. Les mer på:

www.erfaringskompetanse.no



Styrking og synliggjøring av organisasjonen

Mental Helse skal vere en synlig og troverdig samfunnsaktør. Fylkesstyret jobber derfor for at hele organisasjonene skal vere tilstede på arenaer der vi kan påvirke samfunnet for å nå vårt mål.

Samarbeid på tvers av fylkesgrensene

Regionråd

De 5 fylkeslagene Møre og Romsdal, Trøndelag, Nordland, Troms og Finnmark har et etablert samarbeid gjennom et regionråd for Mental Helse i Nord- og Midt-Norge. Dette består av leder og nestleder fra hvert fylkeslag, samt organisasjonsrådgiveren. Regionrådet møtes 2 ganger i året for å utveksle erfaringer og informasjon om felles sosialpolitiske utfordringer overfor de to regionale helseforetakene (RHF), Helse Midt-Norge RHF og Helse Nord RHF.

Møtene holdes vanligvis i september og mars.

På møtene deltar representanter fra helseregionene. Ellers møter oftest landsleder eller generalsekretær.

På rådsmøtene er fast post på programmet intern informasjon og dialog mellom fylkene om status i viktige oppgaver.

Ledermøte

Sentralt møtes landets fylkesledere og sentralstyret til ledermøte 2 ganger i året. Dette er en viktig arena for nettverk og samkjøring av

nasjonale satsninger for organisasjonen.

Samarbeid med andre

For å styrke organisasjonen vår slik vi kan nå våre mål samarbeider Mental Helse Møre og Romsdal med våre paraplyorganisasjoner, Studieforbundet Funkis og FFO Møre og Romsdal.

Studieforbundet FUNKIS

Som medlem i studieforbundet får våre medlemmer tilbud om å delta på kurs som FUNKIS arrangerer. Vi deltok også på årsmøte.

FFO Møre og Romsdal

Fylkesstyret har godt samarbeid med fylkes FFO. Vi deltok på årsmøte til FFO Møre og Romsdal.

Økonomi og medlemmer

Stabil økonomi, gode rutiner og medlemmer gir grunnlaget for drift.

Fylkeslaget sin økonomi

Samarbeidet med helseforetakene danner grunnlag for tilskudd til drift og aktiviteter for fylkeslaget. Mental Helse Møre og Romsdal mottok kr 410.000,- i tilskudd

fra Helse Midt-Norge RHF i 2020.

Fra fylkeskommunen fikk vi kr 36.000,- som går til driften av fylkeslaget.

Styrke og stabilisere lokallagenes økonomi

Det er fokus på at lokallagene har gode økonomiske rutiner, og at de rapporterer aktiviteter som gir tilskudd. Slik at de har økonomi til videre drift.

Mental Helse Møre og Romsdal arbeider for å sikre at våre medlemmer fortsatt skal ha mulighet for å komme sammen.

Gjennom å sikre drift av fylkeslaget, kan vi bidra til å styrke lokallag og medlemmer.

Profilering og synlighet

Det legges vekt på synliggjøring ved aktiv bruk av fylkeslagets nettside og Facebook. Der legges ut artikler om bl.a. viktige gjøremål i fylkeslaget.

Fylkesstyret ser at Mental Helse må være enda mer synlig, og det må legges større vekt på markedsføring av arbeidet som utføres for bedre psykisk helse.

Brukerrepresentasjon

Brukerrepresentasjon er nøkkelen i utviklingen av gode tjenester. Således er det viktig å ha skolerte og engasjerte brukerrepresentanter både i kommunene, fylket og regionalt til å tale brukernes sak på en god måte. Fylkeslaget har fortsatt fokus på rekruttering av brukerrepresentanter og etablering av nettverk for disse. En vil på ulike måter samarbeide med lokallagene og skaffe seg oversikt over de som er brukerrepresentanter. En har også som mål å invitere brukerrepresentantene til erfaringsutveksling 1 – 2 ganger årlig. Medlemmer som er interessert i å bli brukerrepresentant, får mulighet til å delta på Mental Helses kurs i brukerrepresentasjon sentralt og også på FFOs kurs i temaet.



Mottakelse av gave

Sist jul mottok fylkeslaget en svært generøs og overraskende gave fra Optimar AS.

Selskapet er ett av de ledende innovasjonsselskapene innen sitt fagfelt med om lag 500 tilsette i Norge, Spania, Romania og USA. Deres hovedkontor ligger på Sunnmøre.

Fylkeslaget opplever gaven som et synlig tegn på at Mental Helse blir sett og at arbeidet organisasjonen utfører, blir vurdert som svært viktig.

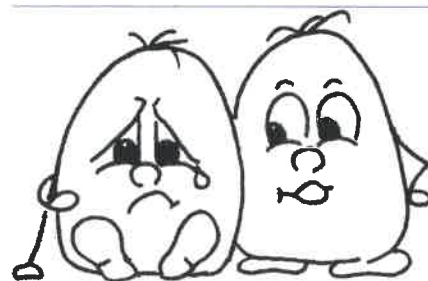
Opplæring av tillitsvalgte

Prosjektgruppen som arbeidet med kompetansekartlegging og tiltak rapporterte at det er grunnlag for mer kurs og opplæring i lokallagene, blant annet at årlige tiltak innen organisasjonsdrift kan være tiltak å prioritere. Tillyst kurs i styrearbeid i november fikk ikke nok deltakere til å gjennomføres. En vil vurdere desentraliserte kurs.



YAM i ungdomsskolen

En har valgt en prosjektgruppe som er i gang med planlegging og gjennomføring av det helsefremmende og forebyggende undervisningsprogrammet for psykisk helse YAM (Youth Avanse of Mental Helth). Programmet er bygd på tung internasjonal forskning, utviklet av Karolinska instituttet i Stockholm og University of Colombia i USA. Målgruppa er unge i alderen 14 – 16 år. Erfaringene er svært gode der programmet er gjennomført.



Kommunikasjon, politikk, påvirkning, erfaringer og brukermedvirkning



Vil vi oppnå endringer, må vi påvirke politikerne.

Det jobbes med å styrke vår politiske påvirkningskraft i hele organisasjonen og det er opprettet et politisk verksted sentralt. Gjennom tidligere kurs i politisk påvirkningsarbeid er lokallagene styrket i sitt arbeid med å påvirke politikerne hele året og i forbindelse med valg.

Politisk hovudsak: *Redusert bruk av tvang*

Dette året satte Mental Helse fokus på eldre og psykisk helse. Høgskulen i Molde arrangerte i Ålesund seminaret *Samhandling om riktig og redusert bruk av tvang*. Fylkestyrets medlemmer og flere lokallag møtte på seminaret.

Politisk påvirkning

I november ga fylkestyret uttalelse til forslaget om ny tvangslovgivning,

Tvangsbegrensningsloven, som var sendt ut på høring. Uttalelsen ble sendt til Mental Helse sentralt som samordnet mottatte uttalelser innen organisasjonen til ett hørings svar.

Det ble også gitt uttalelse i forbindelse med ny *Handlingsplan for forebygging av selvmord*.

En har også hatt leserinnlegg vedrørende arbeidet med forebygging av selvmord.

I februar ble det kjent at Helse Møre og Romsdal som

et ledd i kostnadsreduserende tiltak foreslo å legge ned alderspsykiatrisk post i Ålesund og Molde. Medlemmer deltok på protestmarkering ved Ålesund sjukehus.

I tillegg påvirker styret også utviklingen innen området psykisk helse i Helse Midt-Norge RHF gjennom Mental Helse i region Midt-Norge. Det er etablert samarbeid mellom Mental Helses fylkeslag i Helse Midt-Norge RHF og Helse Nord RHF der det arbeides med felles utfordringer innen psykisk helse.

Brukerrepresentasjon

Mental Helse Møre og Romsdal bidrar med brukerrepresentant i Helse Møre og Romsdal HF gjennom representasjon i brukerutvalg og underutvalg (se representasjon på nest siste side).

Ved valg av nye brukerrepresentanter til brukerutvalg og råd i helseforetakene og kommunene, samarbeidet vi med FFO Møre og Romsdal om kandidater. Resultatet er at vi er sterkt representert i både kommune, fylke og helseforetak.

Erfaringsbasert representasjon

Vi har en viktig rolle i å påvirke og bidra med å kvalitetssikre utviklingen av det psykiske helsearbeidet ved å være til stede med våre brukerrepresentanter. Mental Helse Møre og Romsdal vektlegger å øke våre brukermedvirkendes kompetanse for at de skal kunne bidra best mulig. Derfor sørger vi for at de har et nettverk og gir dem skoling.

Lokallagene bidrar med påvirkning av det lokale tjenestetilbudet gjennom brukermedvirkning. Vi har et stort ansvar for å tilrettelegge for at brukererfaringene er tilgjengelig i alle kommuner.

Derfor må vi sørge for at vi har dyktige og skolerte brukerrepresentanter som kan bidra på alle plan.

Mental Helse Møre og Romsdal bidrar med sin erfaringskompetanse i brukerutval-

gene og flere underutvalg i Helseforetakene. Å styrke våre tillitsvalgte og brukerrepresentanter i sine roller, og å knytte nettverk for disse, er et prioritert arbeid for Mental Helse. Det vil gjøre at vi står styrket i muligheten til å bidra med vår kunnskap i brukerutvalg som utnevnes.

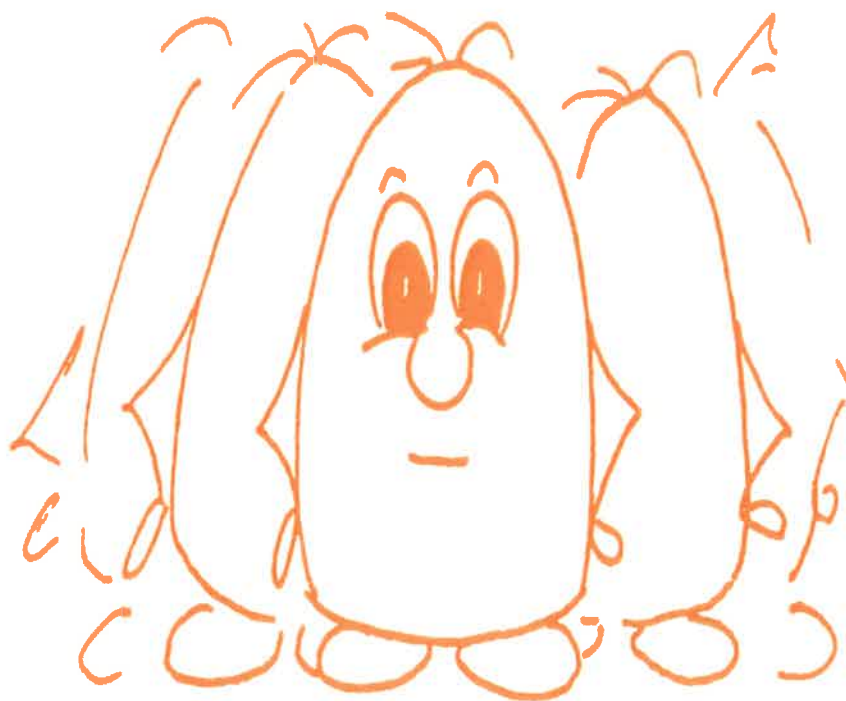
Norsk Brukerforum

Det er nå etablert et Norsk Brukerforum forankret og støttet av Mental Helse sentralt og av fylkeslagene i Nord- og Midt-Norge. Målet er å utvikle et felles forum der brukerrepresentantene gis opplæring, og der de kan være en ressurs for hverandre.

Kommunenettverk

Vi har hatt to representanter i Kommunenettverket i Romsdal som består av helsepersonell i kommunene og representant fra fylkeskommunen, høyskolen og Helse Møre og Romsdal HF. Nettverket vil ikke lenger ha regelmessige møter, men samles, planlegge og videreføre nettverket i form av fagdager og fagutvikling av medlemmer i nettverket. Deltakerne i nettverket er invitert til å være med i planlegging, komme med innspill og ikke minst, delta på fagdagene. Således har fylkeslaget fortsatt mulighet til å bidra og påvirke.

...



En bruker er en som benytter seg av tjenestetilbudet. En brukerrepresentant representerer flere, snakker på vegne av og er oppnevnt av sin brukerorganisasjon.

Mental Helse Møre og Romsdals kompetansesenter

Fylkeslagets kompetansesenter holder til i Strandgata 3, sentralt mellom bussholdeplass og fergeleiet i Molde.

Tilstrømmingen av henvendelser både på telefon og på kontoret er stabilt økende. Leder, nestleder og styremedlemmer tilfører kontoret nødvendig erfaringskompetanse, og fremmer saker det skal arbeides med. I tillegg får vi innspill og utfordringer fra medlemmer, lag og samarbeidspartnere.

Kontoret fungerer som et kompetanse- og ressurscenter for brukere, medlemmer, lokallag, kommuner og Helseforetak i vårt område. Kontoret er samlokalisert med organisasjonsrådgiveren og lokallaget i Molde, og slik får vi samlet kompetanse fra både fylkes- og lokallag under samme tak.

Både medlemmer og samarbeidspartnere finner veien til fylkeslagets kontor for informasjon og dialog.



Fylkeslagets brukerstyrte erfarings- og kompetansesenter Strandgata 3 i Molde.

Våre tjenester:



Venn1 er et helsefremmende og forebyggende grunnkurs i psykisk helse for unge, hvor målgruppen er 9-10.klasse og VGS studenter. Venn1 bygger på verdier som anerkjennelse, respekt, empati, vennlighet, forståelse, samholdighet, nærvær og likeverd.

Mer informasjon på www.mentalhelse.no/venn1



Mental Helses Hjelpetelefon er et døgnåpent, gratis og landsdekkende tilbud for de som trenger noen å snakke med.

Tlf.: 116 123



På sidetmedord.no kan du sende meldinger og få svar tilbake. Vaktene har bred erfaring i å møte den som tar kontakt som medmennesker, ikke helsefaglige spesialister.



Arbeidslivstelefonen er et tilbud som har lyktes godt i forhold til utfordringer i arbeidslivet.

Tlf.: 225 66 700

Representasjon

Brukerutvalget Helse Midt-Norge RHF:

Beate Daniloff, varamedlem t.o.m. 31.12.19

Brukerutvalget Sykehusapotekene i Midt Norge:

Frode Lyse, personlig varamedlem

Ingrid Løset, personlig varamedlem

Regionalt Medikamentfritt behandlingstilbud i Helse Midt-Norge, Vegsund DPS:

Frode Lyse, medlem referansegruppen

Brukerutvalget, Helse Møre og Romsdal HF:

Ingrid Løset, leder t.o.m.31.12.19

Beate Daniloff, medlem f.o.m. 01.01.20

Klinikkrådet for psykisk helse i Helse Møre og Romsdal HF:

Ingrid Løset og Synnøve Lange

Fact-teamet i Helse Møre og Romsdal HF, avdeling Molde:

Per Gimnes

Brukerutvalget NAV Møre og Romsdal:

Frode Lyse, varamedlem, t.o.m. 31.12.19

Frode Lyse, medlem, f.o.m. 01.01.20

Arild Kvamme, varamedlem, 01.01.20

Rådet for personer med nedsatt funksjonsevne, i Møre og Romsdal:

Per Gimnes, personlig vara

Brukerutvalget Muritunet:

Ingrid Løset, medlem f.o.m.01.01.20.

Irene Sundholm, varamedlem f.o.m. 01.01.20

Kontrollkommissjonen for Klinikk psykisk helse og Rus for Nordmøre og Romsdal:

Per Gimnes, vara

Rådet for likestilling av funksjonshemmede i Møre og Romsdal:

Per Gimnes, personlig vara

Kommunenettverket i Romsdal:

Per Gimnes, arbeidsgruppe

FFO Møre og Romsdal:

Beate Daniloff, styremedlem

Ledermøterepresentant Mental Helse:

Anna Margrethe Drægebø Moe

Irene Sundholm, 1.vara

Arild Kvamme, 2 vara

KUPP (Kurs og opplæringsutvalget):

Anna Margrethe Drægebø Moe

Studieforbund Funkis Møre og Romsdal:

Styremedlem/sekretær, Sølvi Hagen

Styremedlem/studieleder, Anna Margrethe

Drægebø Moe

Utfordringer fremover

Fokus er på forebygging og valgfrihet, og det er viktig å fortsette arbeidet med å styrke og samle Mental Helse både innad og utad. Vi er en vesentlig samfunnsaktør, og i fellesskap kan vi påvirke helsevesenet og de folkevalgte. Gjennom økt innsats på opplæring og oppfølging av våre lokallag, grasrota, kan vi bidra til at lokale krefter blir ytterligere styrket og motivert i arbeidet med å påvirke sine omgivelser.

Bevisstgjøring av rettigheter og muligheter er avgjørende for at vi skal bli best mulig medvirkere på alle nivå, og gjennom skolering skal våre brukerrepresentanter styrkes. Kunnskap, aktiviteter og sosialt samvær skaper en trygg arena for fellesskap i hele fylket. Å ha en god dialog og samhandling med fylkets helseforetak og samarbeidspartnere ser styret som helt nødvendig.

Aktiviteten tilknyttet fylkeskontoret er en nødvendig og viktig ressurs for fylkeslaget. Her ivaretas både kompetanse, kontinuitet og våre oppgaver på en stabil måte. Vi har et godt arbeidsår bak oss hvor styrking av organisasjonen har vært løftet. Vi takker for tilliten, og ønsker et nytt styre lykke til framover.

Hilsen styret

STYRET 2019 - 2020:


Anna Margrethe Drægebø Moe, leder/studieleder


Irene Sundholm, nestleder


Per Gimnes, styremedlem


Oddrun Beyer Holm, styremedlem


Arild Kvamme, styremedlem



**MENTAL HELSE
MØRE OG ROMSDAL**

Mental Helse Møre og Romsdal

Strandgata 3

6415 Molde

Telefon: 71 24 10 60

E-post: mor@mentalhelse.no

Organisasjonsnummer: 975 492 923

Bankkonto: 9651 25 16111

www.mentalhelse.no/mor