

## Forord

Mental Helse er ein medlemsorganisasjon for alle menneske med psykiske helseproblem, pårørende og andre interesserte.

Gjennom politisk påverknad, folkeopplysning og formidling av brukarerfaring, jobbar vi for auka openheit, betre førebygging og behandling av psykiske helseproblem.

Brukarar og pårørende har erfaring og kunnskap om psykisk helse som vi vil formidle til offentlege myndigheiter, fagmiljø, organisasjonar og enkeltpersonar.

Mental Helse vart stifta 3. september 1978 og er ein landsdekkande medlemsorganisasjon. Vi har 7.855 medlemar, 160 aktive lokallag som dekker alle fylka.

Mental Helse er bygd på lokale krefter, grasrota er organisasjonens hjarte og sjel. Lokallaget Mental Helse Sykkylven satsar på sosial deltaking, opplæring av likepersonar og brukarrepresentantar, aktiv deltaking på møteplassar og liknande der brukarrepresentasjon er eit naturleg val.

### Vår visjon:

Alle har rett til eit meningsfylt liv og ein oppleving av eigenverd og meistring.

### Vårt mål:

Alle skal ha ei god psykisk helse og kunne meistre eige liv.

### Vår strategi:

Vi skal dele våre erfaringar og kunnskap samtidig som vi tileigne oss ny, slik vi oppnår vårt mål.

### Våre verdiar:

**Likeverd:** fordi alle menneske har like stor verdi og skal ha like moglegheiter og rettigheiter.

**Openheit:** fordi openheit saman med kunnskap bidreg til å få bort mytar og hindrar stigmatisering.

**Respekt:** fordi vi ynskjer eit samfunn som anerkjenne det enkelte menneske sine ressursar og moglegheiter.

**Inkludering:** fordi alle menneske skal oppleve at dei er viktige for fellesskapet.

# Styret sitt arbeid

Årsmelding 2021-2022 er styret si skildring av aktivitetane i lokallaget for årsmøteperioden 27. februar 2021 til 17. februar 2022.

Styre vald på årsmøtet den 27. februar 2021:

Styreleiar og sekretær: Anne Turid Angell Vikstad

Nestleiar: Tone Lillian Christiansen

Kasserar: Stig Ålgårdstad

Styremedlem: Irene Sundholm

Styremedlem: Frode Wærøy

Styremedlem: Ole Andre Hellebostad

1. varamedlem: Terje Mikkel Mundal

2. varamedlem: Elisabeth Nøringset

3. varamedlem: Tore Duestøl

Valkomiteen:

Beate Daniloff og Svein Løken.

Andre ansvarsområde og verv i perioden:

Studieutval: Stig Ålgårdstad, Ole Andre Hellebostad, Tone Lillian Christiansen og Frode Wærøy.

Likepersonkontakt: Irene Sundholm, Anne Turid Angell Vikstad og Tone Lillian Christiansen (vara)

Ansvarlege for web og sosiale media: Anne Turid Angell Vikstad, Irene Sundholm og Stig Ålgårdstad.

IKT: Stig Ålgårdstad, Ole Andre Hellebostad (vara)

Styret i Brukarorganisasjonane i Sykkylven (BOS): Anne Turid Angell Vikstad, Elisabeth Nøringset (vara)

Styret sine aktivitetar

Lokallaget sin handlingsplan for 2021 var årsmøtet sitt mandat til styret. Styret har jobba aktivt med å realisere planen til tross av Koronapandemien og alle restriksjonane den har førte med seg. Styret oppretta eit arbeidsutval (AU) for å ta seg av arbeidet mellom styremøta. AU bestod av styreleiar og to styremedlemar. AU forbereda saker til styremøta og tok seg av mindre saker og dagleg drift som ikkje var av økonomisk eller prinsipiell karakter. Styret har hatt 11 styremøte og behandla 63 saker i perioden. 8 av møta vart gjennomført i Blåsalen, 1 digitalt via Teams, 1 digitalt via Zoom og 1 på e-post. Alle i styret, valkomiteen, likepersonar og aktivitetsgruppa vart inviterte til styremøtet den 6. desember då vi hadde ei lita juleavslutning.

Valkomiteen sitt arbeid

Valkomiteen starta sitt arbeid 6. desember etter å ha tatt kurs i val komitéarbeid.

Valkomiteen har jobba godt og har hatt 3 møter. Dei la fram sin innstilling 3. februar 2022, med kandidatar til verva som er på val i 2022.

# Aktivitatar i lokallaget

Det har vore eit særskilt tøft år for lokallaget med mange utfordringar, det er ikkje berre pandemien som har gitt oss noko å tenkje på. Vi mista eit av våre yngre medlemmer, då livet vart for tungt å bære. Ein del alvorleg sjukdom blant medlemmane har også prega året som gjekk, men likevel har vi klart å gjennomføre det meste som vi hadde i Handlingsplanen vår. Det viser berre at vi er sterke.

## Medlemsaktivitatar

Det har vore 3 medlemsaktivitatar i årsmøteperioden. Alle medlemsmøta har hatt eit eige tema, og vore opne for alle.

### Tema i perioden:

- Aktivitetsgrupper og samtalegrupper på BOS.
- Aktivitetsgrupper med dugnadsarbeid og samtalegrupper på Fønixhuset.
- «Sumaravslutning» på Haugneset.
- «Livet under og etter en pandemi. Følg opp!» Verdensdagen 2021.
- «Handlingsplan 2022».

## Brukarkontoret «Møteplassen vår»

Tysdagar har Brukarorganisasjonane i Sykkylven (BOS) «Open dag» på Brukarkontoret med informasjonsmateriell og likepersonsarbeid i fokus. Ansvar for å vere vertskap for «Open dag» går på rundgang blant organisasjonane, 1 halvår var BOS stengt. Mental Helse Sykkylven hadde ansvaret to dagar i andre halvår før ned stenging på grunn av koronaviruset i desember.

## Likepersonsarbeid

Lokallaget har hatt fokus på å styrke eit allereie godt etablert likepersonsarbeid og vi har 10 aktive utdanna likepersonar. Likepersonsarbeidet er godt innarbeida og med Brukarkontoret som møteplass har vi mange som brukar tilbodet, sjølv om det vart redusert når vi måtte stenge kontoret. Den tradisjonelle likepersonsrolla med erfaringsutveksling ein-til-ein og rolla der likepersonane er arrangør/ansvarleg for gjennomføring av aktivitet, lever side om side.

## Kjøkkenpraten

Kjøkkenpraten er ein lågterskel, Recovery-orientert møteplass, utvikla av ROM Agder. Deltakarane samlast kvar måndag og deler erfaringar omkring ulike tema som vert bestemt av deltakarane sjølve. På grunn av koronapandemien hadde vi 11 Kjøkkenpratar fram til sluttdato 15 mai for prosjektet.

### Sosial aktivitet

Vi har arrangert samtalegrupper med forskjellige tema der erfaringsutveksling har stått i fokus.

Aktivitetsgruppene har drevet med alt frå å lage reklame og hefte, pynting til 17. mai og jul, matlaging og mange fleire aktivitetar har det vore gjennom året.

### Samarbeid med andre

Vi har eit godt samarbeid med Fønixhuset og mange av våre medlemmar har hjelpt til med frivillige oppgåver der. Aktivitetsgrupper har og vore med å pakke hurtigtestar, pynting til jul. Vi deltok i fakkeltog 5. desember når Frivilligåret starta.

### Utstyrssentralen

I utgangspunktet hadde vi ein avtale med kommunen om bemanning av Utstyrssentralen ut 2020, men den blei utvida fleire gangar i løpet av 2021. Utstyrssentralen har vore open 3 timar, to ettermiddagar i veka og avtalen er forlenga ut mars 2022. I tillegg til bemanning i opningstida utfører vi frivillige timar med vedlikehald av utstyret.

### Verdensdagen for psykisk helse 2021

Arbeidet med markering av Verdensdagen for psykisk helse vart starta i mars med inspirasjonsseminar på Zoom. Temaet for 2021 var «Under og etter en pandemi. Følg opp!».

Markeringa av dagen starta med å heise Verdensdagsflagget ved Kulturhuset og ved BOS. Om kvelden hadde vi medlemsmøte med underholdning. 19. oktober hadde vi foredrag med Noushin Zaery frå sentralstyret for elevane ved vaksenopplæringa, kommunalt og statlege tilsette i Sykkylven.

## Kurs- og opplæring

Lokallaget har arrangert 4 kurs i perioden på til saman 23 timar, og 23 deltakarar.

Kurstittlar:

- Nettkurs- Opplæring i studiearbeid i organisasjonen vår.
- Nettkurs- Hobbyaktivitet i koronatider: Påskeegg-maling.
- Opplæring i valkomitearbeid.
- Opplæring i årsmøteførebuing i 2022.

2 medlemmar deltok på Mental Helse sitt kurs «Valkomitearbeid».

Det har også vore fokus på fagleg påfyll ved å delta på fagdagar i regi av helseføretaket og andre arrangørar både fysisk når det har gått an og digitalt.

# Media, informasjon, kommunikasjon, synlegheit og politikk

Styret har jobba aktivt for at lokallaget skal bli synleg, og bruk av media har vore ein strategi i heile perioden. Arrangement har vore annonsert på internett, heimesida, e-post men mest på Facebook. Vi har tatt direkte kontakt med lokalavisa for å få artiklar om arrangementa våre.

Facebook, Instagram, Snapchat og Twitter har vore arena for kontaktskaping og informasjonsspreiing. Men ikkje alle medlemar brukar desse, så vi har også nytta e-post, SMS og noko brevpost.

## Synlegheit

Vi har hjelpt kommunen med å pakke hurtigtestar, investert i nye jakker og vi gjekk i fakkeltog som markerte starten på Frivilligheita sitt år 2022.

## Brukarmedverknad og politisk påverknad

I perioden har vi hatt kontakt med politikarar, einingsleiarar, rådgjevarar i kommunen, skulehelsesyster, ungdomsdiakon og folkehelsekoordinatoren.

Vi var representert på FFO Møre og Romsdal sitt valdebattmøte i forbindelse med Stortingsvalet 2021.

Lokallaget var også representert på fag og forskingsdagen 2021 på Høgskolen i Molde.

2 medlemmar deltok på Fag og Forskingskonferansen på Lillehammer.

Regional samling for Bibliotek og frivillige organisasjonar i Møre og Romsdal: Livslang læring på Kulturhuset i Sykkylven.

## Økonomi

Fokus på Grasrotandelen og inntektsbringande arbeid ved aktivitetar har gitt resultat. Likepersonstilskot er også med på å gi økt aktivitet. Vi søkte om midlar og fekk støtte til Kjøkkenpraten og Psykisk helse i integreringsprogrammet frå Dam-stiftelsen. Facebook innsamlingar har fått inn pengar i 2021 også. Det er økonomisk grunnlag for vidare drift.

Aktivitetane, prosjekta og tiltaka i organisasjonen vår er basert på tilskot og desse er:

1. Stiftelsen Dam Kr. 60.000,-
2. Likepersontilskot Kr. 135. 617,-
3. Grasrotmidlar Kr. 19.081,-
4. Momskompensasjon Kr. 12.936,-
5. Minnegåve Kr. 15.225,-

### Medlemstal

Ved alle aktivitetar har det vore fokus på informasjon om organisasjonen vår og oppfordring til å melde seg inn til dei som er interesserte i psykisk helse. Rett før årsskiftet nådde vi ein milepel, og hadde 40 registrerte medlemar i lokallaget.

## Representasjon

### Valde representantar i andre organisasjonar, råd og utval:

Mental Helse Møre og Romsdal 2021-2023: Stig Ålgårdstad, leiar.

Mental Helse Møre og Romsdal 2020-2022: Irene Sundholm, nestleiar.

Mental Helse Møre og Romsdal 2021-2022: Terje Mikkell Mundal, valkomiteen.

FFO Ålesund og omegn 2021-2022: Ole Andre Hellebostad, 1. varamedlem.

FFO Ålesund og omegn 2021-2022: Anne Turid Angell Vikstad, valkomiteen.

FFO Ålesund og omegn 2021-2022: Stig Ålgårdstad, valkomiteen.

BOS 2020-2022: Anne Turid Angell Vikstad, økonomiansvarleg.

BOS 2020-2022: Elisabeth Nøringset, varamedlem.

### Andre representantar med tilknytning til lokallaget:

Mental Helse sitt Forum for Brukarrepresentantar: Frode Wærøy, medlem prosjektgruppa.

Stig Ålgårdstad, medlem ressursgruppa.

Vedtektsutvalet Mental Helse 2021-2022: Anne Turid Angell Vikstad

Tvangs- og rettighetsutvalget Mental Helse 2021-2022: Stig Ålgårdstad

FFO Møre og Romsdal 2019-2021: Beate Daniloff, styremedlem.

FFO Møre og Romsdal 2021-2023: Frode Wærøy, styremedlem.

FFO Møre og Romsdal 2021-2022: Beate Daniloff, valkomiteen.

### Brukarrepresentantar med tilknytning til Mental Helse Sykkylven:

Kommunalt råd for personar med funksjonsnedsettingar 2019-2023: Stig Ålgårdstad, rådsleiar. Anne Turid Angell Vikstad og Svein Løken, varamedlemmar.

Brukarutvalet ved Muritunet 2019-21: Irene Sundholm, varamedlem.

Faglig samarbeidsutvalg for IKT-løsningar og elektronisk samarbeid i Helsefellesskapet Møre og Romsdal 2021-2025: Stig Ålgårdstad, representant for kommunane.

Brukarutvalet St. Olavs hospital HF 2021-2025: Frode Wærøy.

### Årsmøte i andre lag og organisasjonar:

3 delegatar og 1 observatørar deltok på årsmøtet i Mental Helse Møre og Romsdal.

Leiar og nestleiar deltok på leiarmøtet i Mental Helse Møre og Romsdal.

Styremedlemar og andre representantar har deltatt på styremøta og årsmøtet i BOS.

Delegat og observatør deltok på FFO Ålesund og omegn sitt årsmøte.

## Utfordringar og vegen vidare

Det må brukast meir tid på å få fleire og yngre medlemmar. Moglegheita for fleire medlemmar skal vere stor med tanke på statistikkane om einsamheit og psykiske helseproblem i samfunnet vårt.

Styret Sykkylven, 17. februar 2022.

Anne Turid Angell Vikstad  
*leiar*

Tone Lillian Christiansen  
*nestleiar*

Stig Ålgårdstad  
*kasserar*

Frode Wærøy  
*styremedlem*

Ole Andre Hellebostad  
*styremedlem*

Irene Sundholm  
*styremedlem*

Terje Mikkell Mundal  
*1. vara*

Elisabeth Nøringset  
*2. vara*

Tore Duestøl  
*3. vara*