



Årsberetning Mental Helse Bamble 2020

KORONA ELLER IKKE

VI ER SÅMMEN,

OG VI LYKKES!



STYRET

PÅ ÅRSMØTE 03.03.2020 BLE FØLGENDE PERSONER VALGT:

Leder: Bjarne Mostaul

Nestleder: Ole Roger Dyrkorn

Sekretær: Nina Rosland

Kasserer: Ann-Kristin Nenseth,

Styremedlem: Eva Aatangen Walle

Styremedlem: Ana Lopez Taylor

Styremedlem: Wigdis Wilhelmsen

Varamedlemmer: Kari Margrethe Restad

Grethe Mostaul

Revisorer: Inger-Lise Sikkeland og Inger-Lene Johansen

2020 et annerledes år!

Styret utarbeider denne årsmelding for et spesielt år: coronavirus pandemi, satt en stor begrensning for våre felles aktiviteter. Vi måtte stenge Clarks Minde på våren, etter pålegg fra helsemyndigheter. Vi vet at den begrensning gjør det vanskelig for mange av oss, men foran den alvorlig sykdom Covid19, hadde vi ikke en annen utvei. Allikevel prøvde vi å holde kontakt og aktiviteter under streng kontroll og skjerpet hygiene rutiner for å kunne bruke Clark. Dette beskrives under aktiviteter.

ÅRSMØTE/MEDLEMMER

MH Bamble har 38 betalende enkeltmedlemmer. Vi har en del som bor i andre kommuner, men de velger å være medlemmer hos oss.

Årsmøte i 2020 ble avholdt 03.03.2020. på Clarks Minde.

MHB hadde 1 medlemsmøte med tema: «Vår organisasjon, hvordan vi jobber». Da fikk vi besøk av Astrid Anette Sannes Steinhaug fra styret i Mental Helse Telemark den 23.10.20

Det første medlemsmøte i mars 2020 ble avlyst på grunn av restriksjoner under begynnelsen av koronapandemien.



Lokaliteter

Nå er Clarks Minde i Langesund vår fast sted. MHB er representert på Clarks venners husstyret ved Eva Aatangen Walle. I MHB trives alle veldig godt på Clarks Minde i Langesund.

Vi har våre egen nøkkel og vi kan bruke huset onsdager på kveld og fredager på dagen, i tillegg at vi er verter på kaffen mandager og torsdager.

I husstyret er alle de 7 foreninger/nettverk som er brukere av huset. Dette styret er den formell organ som holder kontakten med Bamble kommune. Hans Ødegård er leder for det husstyret, der representerer han Langesund Vel.

Til andre aktiviteter bruker vi f.eks. friområder i nærmiljøet, Badeparken, Findal gård, m.m.

Møter

Styret har hatt 7 styremøter og ellers har hatt jevnlig kontakt pr. tlf. og e-post. Vi har fått besøk av Astrid Anette Sannes Steinhaug fra Telemark Mental Helse som er vår «fadder».

Bjarne Mostaul er i MH Telemark sin valgkomite. Vi var på Mental Helse Telemark sitt årsmøte 17.06.2020, delegater var: Bjarne Mostaul, Ana Lopez og Ole Roger Dyrkorn.

For å forberede Verdensdag for psykiske helse 10.oktober var det møter med kommunen og vi har etablert veldig god kontakt med kommune psykolog Ask Svelmo Nielsen.

MHB var aktiv til å danne FFO Bamble lag, og Ana López representere MHB i dette styret. Nina Rosland er der, men representere en annen forening.

Bjarne Mostaul og Ana Lopez har vært på ledermøte i FFO Vestfold Telemark 24.10. 2020.

MHB er medlem av Veldferdsalliansen og i forbindelse med utdeling av «Tommel opp» prisen og medlemssamling i Oslo har vi sendt våre representanter: Bjarne Mostaul, Kari M. Restad og Grethe Mostaul.

Vi deltar aktiv i Clarks Minde venners husstyret.

Likepersonsarbeid/ møteplasser og aktiviteter



Å være på **Clarks Minde**, som vi oppfattet som «vårt hjem» gir oss trygghet. Vi er stolte fordi dette frivillige hus er mye i bruk. Arbeidet MHB gjør for eldre er utmerket og respektert i vår kommune. Eldre har et tilholdssted som gjør at hverdagen for disse personene blir lettere. Det er et forebyggende tiltak for å unngå eldre ensomhet og isolasjon, en del av vårt likepersonarbeid.

Rønholdt Gård MHB har så vidt begynt arbeid med å installere en snurredass på låven på Rønholdt Gård, i samarbeid med styret i Stiftelsen. Dette kan være med tiden et godt alternativ som møteplass.

Likepersonsarbeid er en viktig del av MHB sitt virke. Vi hører på hverandre, vi bruker de positive sider ved oss selv for å hjelpe andre. Dette øker livskvalitet og løfter opp selvbilde. MHB gjør dette i små grupper, gjennom en aktivitet og samtaler, eller på individuelt nivå når karater av tema krever det.

Vi er stolte også av vårt flerkulturelle arbeid og integrering av innvandrere. Dette vises ved at vi har et fruktbart samarbeid med Bamble og omegn internasjonale forening (BOIF), med Telemark innvandreråd (TIR) og med Voksenopplæring. I våre aktiviteter og likepersonsarbeid har vi hatt tiltak som består i å tilrettelegge arbeid til 3 personer på Clarks Minde: 2 fra Somalia og en fra Congo. Dette kan lage grunnlag for et innovativt arbeid som åpner muligheter med å få fremtidige økonomiske støtte.

Mange av aktiviteter er rettet på fysisk aktivitet: turer og bassengtrening. Vi lager også sunne måltider med mye grønnsaker og frukt.

MH Bamble har hatt en aktiv 2020 og vi har rapportert følgende til MH sentralt:

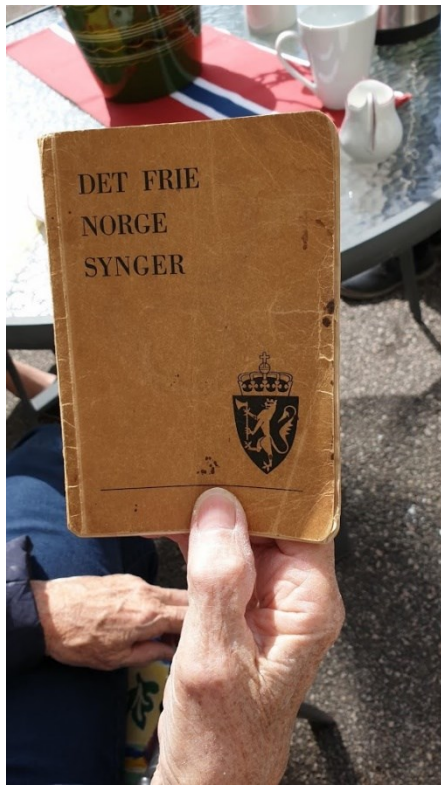
Antall dager møteplassen har vært åpen	103
Antall kursdager (min.2x 45min pr. kursdag)	72
Antall dager annen likpersons aktivitet (samtalegrupper og -eller temabasert samlinger)	18
Antall dager med arbeidsrettet aktivitet	36

Her kommer en nærmere beskrivelse:

Hyggelig på Clarks Hagen:

Etter at vi ikke kunne ha aktiviteter inne på Clark, har mange av medlemmer/venner brukte den fine hagen på Clark til trygg møteplass. Der var historier, sang, latter og godt fellekap.





Den 08.mai var **FRIGJØRINGS DAG** og vi hadde en liten markering sammen med BOIF. Eldre fortalte om 2.verdenskrig, leste dikt, vi sang og spiste hjemmelagde bløtkake.



Trening i badeparken

Vi har hatt vanntrening til mars. Så kom koronastenging. Når restriksjonene ble opphevet, kunne vi trene på nytt. Vi finner på øvelser i fellesskap: arm/rygg/bein-øvelser, hopper og spretter. Vi synger og vi ler, vi prater med hverandre. Etter trening kommer vi på Clarks Minde hvor andre har vært i arbeid for å lage lunsj.



Vi spisser Isammen. Innvandrere har deltatt på dette tilbud og vi har hatt også barn.



Åpent hus/kaffe for eldre

Med stor suksess har MH fått holdt åpne kaffen på Clarks Minde mandager og torsdager. Denne aktivitet er av stor verdi og betydning for brukere og ikke minst for personer med innvandrerbakgrunn som integreringstiltak.

I den gruppe eldre som kommer mandager og torsdager har vårt frivillige arbeid stor respekt og annerkjennelse. Det er mange av disse eldre som har Clark som sin sosiale arena og vi er stolte å kunne bidra å heve livskvaliteten deres.

MH Bamble bygger broer mellom personer med ulike bakgrunn.

På Clark har vi hatt kurs: håndarbeid, matlaging og vi har samtalegrupper. På Clark har vi mulighet til å ha samtaler i enerom.

Språk/arbeidstrening

MHB har hatt kontakt med Virksomhet for Voksenopplæring og Aktivitet (VIVA) i vår kommune.



Vi kunne tilby språk/arbeidstreningssjess til 2 deltakerne. Dette er en utmerket måte å omsette Mental Helse sine verdier i praksis:

- Likeverd – Åpenhet – Respekt – Inkludering

17.Mai 2020: Vår tradisjonelle markering på Clarks Minde «17.Mai for alle» måtte vi avlyse.

Aktivitetsdag på Findal Stall 20.08.2020

MH Bamble har alltid hadde stor glede å komme «ut på landet» på Findal Stall

Gartneri: Astrid Jonsås er veldig flink med å tilrettelegge til å lage en liten kjøkkenhage og lage avleggere av planter. Vi får blomster, tomater og reddiker.



Sommeravslutning: Vi kunne ikke ha den avslutning som vi har hvert år p.g.a korona pandemi.

Teatertur: Den 22.10 var de 10 personer på Ibsenhuset å så Samuel og Bestefar de betaler en liten egenandel. MHB bruker kr.2000,- i støtte.

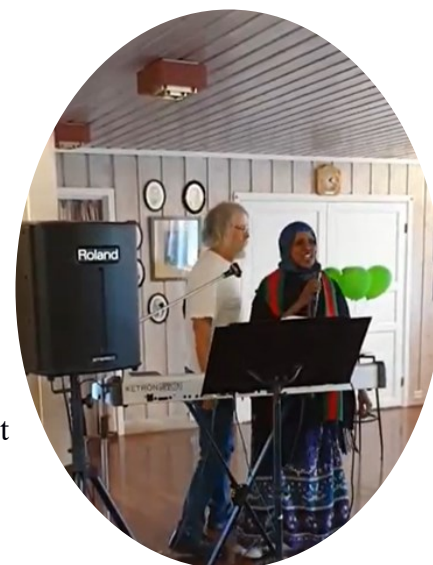


Tur til Bøkeskogen

Det var så bra å besøke Bøkeskogen! Det var en tur som vi hadde drømt om lenge! Det var bestilt en Maxi Taxi fram og tilbake. Det var nydelig å gå og etterpå nyte et godt måltid i felleskap. MHB sponset taxi. De som var med betalte det de spiste

01.10. 2020 Eldredagen

Vi kunne samle oss på LIF huset, under strenge Corona tiltak. Vi fikk lov fra helsemyndigheter. Gunnar Aasbø spilte og sang. Halima Noor tok en vuggesang på somalisk. Leder av Eldreråd i Bamble kommune hold tale. BOIF hjalp på kjøkkenet og opprydding.





Markering av VERDENSDAGEN FOR PSYKISKE HELSE

Tema i år var: «Spør meg!»

MHB hadde en arbeidsgruppe til forberedelse av Verdensdagen: Nina, Kari Margrethe og Astrid Jonsås. De hadde mange møter med kommunepsykolog.

Grenland Veteranvogn Klubb (GVK) ble kontaktet. De kjørte bilkortesje fra Stathelle
Senere hadde vi bilutstilling i Langesund. MHB delte kaffe og ballonger og folder med gode psykiske helse råd.





Kino kveld: 22.09.2020. Vi viste filmen «Erling». MHB delte ut en blomsterbukett til nest leder av Grenland Veteranvogn Klubb: Leif Ingar Liane



Vi annonserte i «Det skjer i Bamble», det kostet noe, men det kommer da til alle husstander. Ana Lopez bestilte materialpakke som før.

MHB hadde stand på Brotorvet den 10.10.20 hvor vi delte material og serverte kaffe. God stemning!



Vårt lag fikk også **Mental Helse ungdom Grenland** om å ha innlegg på en kveld på Telemarksvingen.



Vi fikk musikk og sang av Roy Finnmark. Veldig fin kveld med viktig budskap!



Tur mat fra hele verden: Det var en markering på Krogshavn «Turmat fra hele verden» som BOIF hadde arrangert for å markere Verdensdagen. MHB lånte material, flagg og ballonger. Flere medlemmer var der.



Å Jul med din glede! Det hadde vi planlagt aktiviteter: lage kort, lage pepperkaker, etc. Julebord til den til 27. november 2020, men dessverre måtte vi avlyse. Anne i Telemarkssvingen skulle spanderer middagen, men det har vi til senere anledninger.

Representasjon/konferanser

Deltagelse i Mental Helse Telemark:

Vi deltok på årsmøte til MH Telemark med 3 delegater: Bjarne, Ana og Ole Roger. Bjarne er i MH Telemark valgkomite 2021.



Rådet for menneske med funksjonsnedsettelse i Bamble kommune: Nina Rosland er fast medlem i rådet. Bjarne Mostaul er vara.

Deltakelse i FFO Bamble: MHB var pådriver til å danne et lag for FFO i Bamble. Vi er representert i styret. De har møter på Clarks Minde for å forberede godt saker til behandling i det kommunale Rådet for personer med funksjonsnedsettelse.

Dialogkonferanse om Verdensdagen:

Den ble avlyst på grunn av koronaen.

Velferdsalliansen (VA)

Mental Helse Bamble er medlem av VA. Vi var på årsmøte og medlemssamling. Hvert år deler VA ut prisen «Tommelopp». Dette året gikk prisen til 2 journalister som skrev på en saklige måte om fattigdomsproblematikk.

Grethe Mostaul, Kari Margrethe Restad, og Bjarne Mostaul var våre representanter på medlemssamling og årsmøte.

På bilde ser vi (til v.) Honoratte B. Muhanzi, generalsekretær I VA, vinnerne av årets «Tommel opp -pris» journalister fra avisen Bergens Tidene: Liv Skotheim og Kjersti Mjør. Til høyre på bilde ser vi Marianne Borgen, ordfører I Oslo som delte ut prisen.



Clarks venner husstyret: Vi er representert der ved Eva Aatangen Walle.

Økonomi

Kasserer i vårt lag presenterer alltid info om økonomi på styremøter. Vi har en sunn økonomi. Kasserer gjør en utmerket jobb og vi takker henne for det. Alle utgifter er forankret i vedtak i styret.

Vår leder er veldig nøye å melde kurs og med rapportering av kurs. Vi har fått penger for studietiltak og for det viktige arbeid som likepersoner.

Leder søkte og MHB fikk Velferdspenger.Kr 8000. Selv om vi ikke kunne ha sommeravslutning og Julebord, fikk vi tillatelse fra Mental Helse sentralt å bruke midler på andre aktiviteter som er til velferd for medlemmer og andre som trenger oppmuntring.

Vi søkte og fikk gaver fra Skagerak Sparebank, og fra Sparebank1, henholdsvis kr 4000,- og kr. 6000,-

Vi har fått støtte for Verdensdagen fra Bamble kommunen.

Medlemmer har skaffet midler til laget gjennom bingo når vi har åpent hus.

Vi vil berømme og takke våre medlemmer som skaffet gevinster og som selger lodd. Vi har konto i lokal bank Skagerak Sparebanken. VIPPS nummer er: 545729
Noen inntekter kommer fra Grasrotandel i Norsk Tipping.
Se regnskapet og revisjonsberetning.

KONKLUSJON

På tross Corona pandemien og strenge smittevernregler har det vært et aktivt år for Mental Helse Bamble. Egne lokaler i Langesund, Clarks Minde, gir oss trygghet og rom til å utfolde oss. Et solid arbeid og systematiske innsats fra vår leder og styret, har gitt oss stabilitet for å lage positiv aktivitet. Alt dette har skapt anerkjennelsen fra kommunale myndigheter og videre driftsavtale om Clarks Minde er sikret.

Likepersonsarbeid har vi tatt med stort alvor. Vi gir veiledning til personer som går på Voksenopplæring eller NAV tiltak. Vi har etablert en god kontakt med kommunale myndigheter og andre foreninger. Vi vil fremheve vårt flerkulturelle arbeid og samarbeid med Voksenopplæring og BOIF. Tilbud for eldre er godt likt og veldig viktig.

Vår Facebook siden er godt besøkt. Vi har oppdatert vår hjemmeside, se her:

<https://mentalhelse.no/lokallag/216-bamble>

Styret takker alle medlemmer for deltakelse i harmoni med våre målsetninger om å jobbe for en bedre hverdag for alle.

Vi takker også alle våre samarbeidspartnere.

Langesund, 17.02.2021

Leder: Bjarne Mostaul

Nestleder: Ole Roger Dyrkorn

Sekretær: Nina Rosland

Kasserer: Ann-Kristin Nenseth,

Styremedlem: Eva Aatangen Walle

Styremedlem: Ana López Taylor

Styremedlem: Wigdis Wilhelmsen

Varamedlemmer: Kari Margrethe Restad

Grethe Mostaul