



Nyhetsbrev Sommer 2020

06.07.2020

Nytt fra Mental Helse Nordland

Coronavirus, Covid19, karantene og distansering. Noen nye ord har vi lært oss, og noen gamle ord har fått en ny forsterket betydning for de fleste av oss dette året. 2020 har vist seg å være et prøvende år for mange av oss, og reaksjonene våre på situasjonen vi har blitt satt i har vært mange. Mens noen har opplevd liten endring i egen hverdag på grunn av at de fra før av levde ganske innesluttede liv, har andre opplevd få det tyngre, og noen sitter igjen traumatisert av hendelsene.

Samtidig har mange mennesker som vanligvis ikke har følt på samme ensomheten og hjelpeløsheten nå fått oppleve den. Flere har fått opp øynene for at de også har en psykisk helse, og at de blir påvirket. De har fått oppleve hvordan en del andre av oss faktisk har det i hverdagen.

Når vi nå sakte men sikkert forhåpentligvis går mer tilbake til normalen, velger jeg likevel å forsøke å se det positive - Nettopp det at flere nå har fått mer fokus på psykisk helse og påvirkningen ytre faktorer kan ha på den.

Det er også lenge siden vi har sendt ut nyhetsbrev. Det må vi bare beklage. Etter at Tonje trakk seg som leder i januar falt vi noe av tråden og rutinen som Tonje skapte med nyhetsbrevene. Situasjonen med covid19 har heller ikke hjulpet på. Men nå plukkes i alle fall ballen opp med dette sommerbrevet.

Fylkesårsmøtet er satt til 17. Oktober, som gir oss frist for innsendelse av årsmøtesaker til 18. September. Årsmøtet vil, med mindre det kommer nye endringer i smittebildet og nasjonale retningslinjer, bli avholdt som ordinært med alle påmeldte delegater og observatører. Gjeldende smittevern hensyn vil selvsagt bli etterfulgt under årsmøtet.

Youth Aware of Mental Health - YAM

Denne høsten starter Nordland Fylkeskommune opp YAM som pilotprosjekt ved en videregående skole i Nordland. Dersom pilotprosjektet går godt, vil YAM troligvis bli innført i alle videregående skoler i Nordland, som et tilbud til førsteklasseelever på videregående skole. YAM har vist resultater i flere land, der selvmordstallene som et resultat har blitt halvert blant aldersgruppene som har vært med. Vi gleder oss over prosjektet, og vi er spente på resultatene. Du kan om ønskelig lese mer om YAM på www.mentalhelse.no

Styremedlem Andreas Lund



Viktige datoer

- 18.09 Frist for innsendelse av årsmøtesaker
- 19.09 Styremøte i MH Nordland
- 17.10 Årsmøte i MH Nordland

*En riktig god sommer til alle dere,
fra oss i styret i Mental Helse Nordland*

