



Handlingsplan 2019—2020

Mental Helses visjon:

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

Handlingsplan 2019 - 2020

I 2019 har Mental Helse "Tvang og psykisk helse" som politisk kampsak i hele organisasjonen. I tillegg har Mental Helse Møre og Romsdal valgt "Aktive lokallag" og "Profilering og synlighet" som sine kjernesaker.



MENTAL HELSE
MØRE OG ROMSDAL

Fokus:

Frihet og verdighet

Mental Helse er bygget på lokale krefter og det er viktig å styrke våre lokallag for å oppnå vekst.

Frihet

Mental Helse er opptatt av å redusere bruk av tvang og medisiner.

Verdighet

Mental Helse kjemper for enkeltmenneskets integritet og egenverd.

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.

Aktive medlemmer og lokallag

Hovedkilden til motivasjon er å sette seg inspirerende mål. Slik settes det fokus på hva en vil gjøre.

Mental Helse er bygget på lokale krefter og det er viktig å ha aktive og synlige lokallag for å oppnå vekst.

Vi ønsker flere aktive lokallag for å øke aktiviteten. Aktivere flere lokallag og styrke samarbeidet innad i fylkeslaget.



TILHØRIGHET

Gjennom inkludering skal alle medlemmene kunne føle tilhørighet i Mental Helse. Alle skal få mulighet til å bidra og være en ressurs for organisasjonen.

MØTEPLASSER

Lokallagene er Mental Helse sine viktigste møteplasser. De fungerer som sosiale arenaer og kontaktpunkt i hverdagen.

FADDERORDNING

Gjennom en god og strukturert fadderordning styrkes kontakten mellom lokallagene og fylkesstyret.

LOKALLAGSSATSING

Mental Helse Møre og Romsdal vil satse på lokallagene gjennom å styrke de som er aktive og jobbe for å aktivere flere.

MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- Bidra til å synliggjøre aktivitetene.
- Stimulere til økt samarbeid mellom lokallagene.
- Bruke kompetansen og ressursene til medlemmene.
- Styrke kontakten med lokallagene.



Skolering av medlemmer og tillitsvalgte

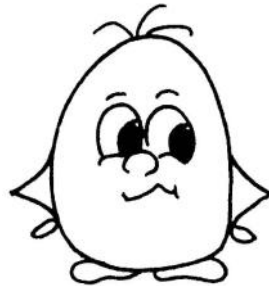
Mental Helse prioriterer opplæring og kompetanseheving for å bli en tydeligere samfunnsaktør.

For å nå målet om å bli det beste fylkeslaget vil vi styrke hverandre gjennom opplæring ved bruk av kompetansen og ressursene den enkelte i fylkeslaget har.



BRUKERREPRESENTASJON

Representasjon er en nøkkel i utviklingen av gode tjenester, og derfor skal Mental Helse styrke egne representanter gjennom skolering på alle nivå.



BRUKERMEDVIRKNING

Bevisstgjøring av rettigheter og muligheter er avgjørende for at vi skal bli best mulig medvirkere.

POLITISK PÅVIRKNING

For å kunne drive effektiv politisk påvirkning tilbyr vi skolering.

ORGANISASJONSKUNNSKAP

Det legges tilrette for opplæring i styrearbeid.

LIKEPERSONER

Tilby lokallagene opplæring i likepersonsarbeid og rapportering av likepersonsaktiviteter.

MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- **Satse på kurs og opplæring for medlemmer og tillitsvalgte.**
- **Arrangere desentraliserte kurs for lokallagene.**

Kommunikasjon, påvirkning og synlighet

Mental Helse skal være en tydelig og troverdig aktør i den offentlige debatten.

Vår kommunikasjon skal bygge på organisasjonens grunnverdier og de etiske retningslinjer.

Vi ønsker en organisasjon der kommunikasjon både internt og eksternt er forståelig, synlig og har disse verdiene.



PÅVIRKNING

Mental Helse Møre og Romsdal vil påvirke direkte og indirekte i politikken. Dette gjennom innspill i sosiale medier, møte på debatter, delta på konferanser og temamøter.

SYNLIGHET

Vi må være synlige for å bli sett. Mental Helse Møre og Romsdal skal jobbe for at alle lokallag blir mer synlig i hverdagen.

KOMMUNIKASJON

Mental Helse skal ha åpenhet både internt og eksternt.

HØRINGER

Fylkesstyret gir med bakgrunn i Mental Helses kjernesaker høringsuttalelse i offentlige saker.

KAMPANJER

Mental Helse Møre og Romsdal vil sette fokus på tvang og psykisk helse.

SOSIALE MEDIER

Mental Helse skal være synlig i samfunnet. Derfor må organisasjonen være aktiv i sosiale medier og på nettsider.

MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- **Bruke medier mer aktivt for å bli mer synlig og påvirke samfunnet.**
- **Styrke kommunikasjonen internt i organisasjonen.**

Politikk, kjernesaker og verdier

Mental Helses verdier ligger til grunn i alle saker vi kjemper for. Derfor er enhver kampsak først og fremst en kamp for våre verdier.

I valgåret 2019 arbeider våre tillitsvalgte etter Mental Helses verdier.



POLITISK KAMPSAK:

REDUSERT BRUK AV TVANG

Mental Helse skal ha et spesielt fokus på redusert og riktig bruk av tvang innen psykisk helse.

Mental Helses verdier ligger til grunn i alle saker vi kjemper for. Derfor er enhver kampsak først og fremst en kamp for våre verdier.

”Mental Helse skal ha fokus på tvangsbruk og medisinfrie tilbud.”

Samtidig videreføres eldre og psykisk helse som kjernesak, slik at organisasjonen kan styrke det arbeidet som allerede er startet.

Våre andre kjernesaker er fortsatt like viktige, men i en tid med mye støy og stor informasjonsflyt er det nødvendig å prioritere for å nå frem med vårt budskap.

MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- **Ha brukerrepresentasjon i alle råd og utvalg.**
- **Jobbe for gjensidig forståelse av hva brukermedvirkning er.**

Samarbeid og styrking av organisasjonen

Vi skal arbeide for å synliggjøre vår visjon, våre verdier og våre mål.

Vi ønsker å bli en større og mer solid organisasjon med flere aktive medlemmer.



LEDERMØTET SENTRALT

Er rådgivende organ mellom landsmøtene hvor lederne av fylkesstyrene og sentralstyret møtes til samtaler og debatt rundt virksomhetens drift og politikk.

REGIONRÅDET

To ganger i året møtes fylkeslagene i helseregionene Midt-Norge og Nord til regionrådsmøte. Der tas det opp saker av felles interesse hvor vi bidrar aktivt med våre kunnskaper og erfaringer.

MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- **Styrke samarbeidet innad i egen organisasjon ved å benytte mer av egen kompetanse og egne ressurser.**
- **Delta aktivt i fora der vi er representert og bruke disse til å sette fokus på saker som er viktige for oss.**
- **Søke økt samarbeid med helse- og omsorgstjenestene.**

LEDERMØTE LOKALT

Ledermøte er viktig i samarbeidet mellom fylkesstyret og lokallagene. De er en arena for innspill fra lokallagene og er med på å skape forståelse og samhold i fylkeslaget.

ØKONOMI

Stabil økonomi og gode rutiner er viktig for å sikre fremtidig drift av organisasjonen.

SAMARBEID

Mental Helse Møre og Romsdal samarbeider godt med våre paraplyorganisasjoner.

Prosjekter og arrangementer

*Mental Helse skal være aktiv.
Gjennom prosjekter og arrangementer
skal vi gjøre samfunnet bedre.*

Medlemmenes kompetanse og ressurser er med på å styrke organisasjonen.



PROFILERING OG SYNLIGHET

Prosjektarbeidet er avsluttet og fylkeslaget legger konklusjonen til grunn for videre arbeid.

LIKEPERSONSARBEID

Prosjektet "Kjøkkenpraten" er i gang og tilbys lokallagene.



VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE

Et viktig ledd i synliggjøringen av våre hjertesaker er å ha arrangementer som vekker oppsikt. Verdensdagen for psykisk helse er vår merkedag. I oktober vil vi arrangere en konferanse på fylkesnivå i forbindelse med Verdensdagen .

Årets tema for Verdensdagen for psykisk helse er: ***Gi tid***

MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- Sette i gang kompetansetiltak for å dekke generelle kompetansebehov.
- Arrangere en fylkeskonferanse i samarbeid aktuelle lokallag.
- Videreføre tiltak i prosjektet «Profilering og synlighet» .



**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