

Informasjon fra Mental Helse Asker

Nyhetsbrev 1 | 2023



Kjære medlemmer!

Nå er vi kommet litt inn i det nye året og skal ta fatt på nye oppgaver. Det nærmer seg lokallagets årsmøte. Da kan det være greit med en liten oppdatering om hvordan det står til. Dessverre er det slik at lokallaget står i fare for å måtte legge ned. Det er i dag for få tillitsvalgte til at vi klarer å opprettholde en god nok aktivitet i laget.

Lokallaget gjør en stor samfunnsnyttig innsats ved å skape gode møteplasser for mennesker med psykiske helseplager. Gjennom deltakelse i lokallagsaktiviteter får du muligheten til å påvirke utviklingen av tjenestetilbudet der du bor. Derfor håper vi at det er noen av dere som kunne tenke seg å være med å opprettholde lokallaget.

Har du lyst og tid til å være med som tillitsvalgt? Ta kontakt med styret på asker@mentalhelse.no. Du kan også ringe leder Wenche Steenstrup på telefon 90996829 for en prat.

Tur til Oset Høyfjellshotell 11-14/4

Mental Helse Lier arrangerer tur til Oset Høyfjellshotell og inviterer medlemmer i Mental Helse Asker til å bli med. Turen går fra tirsdag 11. april til fredag 14. april 2023 og det blir mye aktiviteter som blant annet Yoga, aking, svømming, aktivitetsløype, kanefart, melkespannkasting og spydkasting, dans med levende musikk og quiz.

Påmelding innen 1. februar til

asker@mentalhelse.no eller ring Wenche Steenstrup på 90996829. Mental Helse Asker har **maks 10 plasser**.

Egenandel kr 1000,- betales senest 20. mars til konto nr.: 5082 05 18915. Reise til/fra Oset kommer i tillegg.

Samarbeid med politikere og kommunen

Vi i styret er i dialog med politikere og psykisk helse i kommunen. De ser at Mental Helses bidrag for å bedre forholdene for personer med psykiske helseutfordringer og informere om psykisk helse er viktig. Derfor ønsker de å støtte oss og det er vi veldig glad for.

Siden det er kommunevalg i år, planlegger vi å kontakte alle de politiske partiene for å understreke verdien av gode tilbud og fokus på psykisk helse i Asker kommune.

Grasrotandelen

Hvis du ønsker at din Grasrotandel skal gå til Mental Helse Asker kan du bruke strekkodene under:

Organisasjonsnummer: 991135863



GRASROTANDELEN

32774991135863



Ønsker å høre fra deg

I brukerrådet i Asker kommune representerer vi dere som medlemmer og derfor er vi avhengige av tilbakemeldinger fra dere på saker dere synes vi bør ta opp. Ta gjerne kontakt!

Følg ellers med på hjemmesiden

<https://mentalhelse.no/lokallag/34-asker>. Her finner du informasjon om aktiviteter i lokallaget og mye annen spennende lesing.

Hjelpetelefonen og sidetmedord

Vi vil minne om at Mental Helse Hjelpetelefonen er tilgjengelig dersom du trenger noen å snakke med. Telefonnummeret er: 116 123. Her er det også et eget tastevalg for telefon for studenter. Noen ganger kan det være godt å bare luften bekymringer eller små eller store tanker med noen. Hvis du synes det er lettere å skrive kan du også skrive på nettsiden sidetmedord.no.

Med vennlig hilsen

styret i Mental Helse Asker

asker@mentalhelse.no