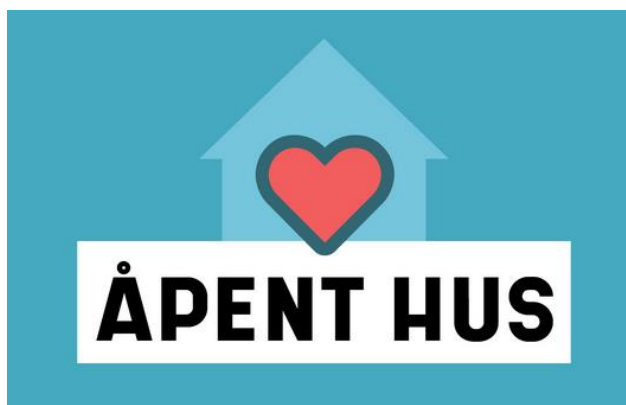


# Informasjon fra Mental Helse Oslo

Nyhetsbrev 4 2021

juni



**Lørdag 14.august, kl 12-16**

Vi holder til på **Arbeidersamfunnets plass 1**, 5.etg. inngang fra Torggata. Stikk innom for en prat og en kopp kaffe. Noen gode samtaler, tips og ideer om hva vi kan få til. Mye spennende skjer i løpet av høsten. Vi presenterer et variert program.

**Verdensdagen for psykisk helse 2021**



Etter et spesielt år med korona-pandemi, er det viktig at vi analyserer hvilken virkning dette har fått for mange menneskers psykiske helse. Dette må vi ta lærdom av. Tema for markeringen i oktober er:

## [Livet under og etter en pandemi](#)



sekretariatet i Verdensdagen for psykisk helse

Forskere og fagfolk vil være med å belyse ulike sider av dette ved flere arrangement i regi av og

og Mental Helse Oslo. Mer detaljert program vil komme i løpet av august. Vi har hatt møte med Anura Sankholkar, nasjonal kampanjeleder for verdensdagen og utvekslet ideer og tips. Leder i MHO, Torleif Støylen til venstre i bildet.

## «Drop-in vaksinetilbud på apotek»

Oslo kommune samarbeider med Apotekforeningen om «Drop-in vaksinetilbud på Apotek». Enkelte Apotek i Oslo vil kunne informere om vaksine og tilby vaksinasjon i sine lokaler.



«Drop-in vaksinetilbud på Apotek» er et tilbud til innbyggere som:

- er 45 år eller eldre
- enda ikke har fått tilbud



### om koronavaksine eller blitt vaksinert

• **bor i Oslo**. Disse innbyggerne kan benytte seg av «Drop-in vaksinetilbud» på enkelte Apotek i Oslo. Apotekene kan gi råd og veiledning om koronavaksinen på mange språk, og svarer på spørsmål: - om koronavaksinen - om vaksinen er trygg - om hvorfor det er viktig å vaksineres - om bivirkninger Det er trygt å vaksineres på apotekene. Vaksinen er gratis.

Apoteker som foreløpig tilbyr «Drop-in vaksinetilbud» i Oslo er:

**Apotek 1 Stovner - Vitusapotek Stovner - Apotek 1 Tveita - Vitusapotek Alna - Apotek 1 Carl Berner - Vitusapotek Carl Berner - Bootsapotek Mortensrud - Vitusapotek Holmlia - Bootsapotek Tøyen - Vitusapotek Jernbanetorget - Bootsapotek Grorud - Apotek 1 Grorud - Apotek 1 Holtet**

Mental Helse Oslo

Adresse: Arbeidersamfunnets plass 1, 0181 Oslo

Mail: [oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no)

# Informasjon fra Mental Helse Oslo

Nyhetsbrev 4 2021

juni



MENTAL HELSE

## MHO trenger flere brukermedvirkere!

Som brukermedvirker i ulike råd innen psykisk helse i Oslo, kan du gjøre en forskjell. Du kan bruke din egen erfaring og gi råd som gjør helsetjenestene bedre tilrettelagt for nye brukere.



Fersk rapport: «Effekt av brukermedvirkning i psykisk helse- og rusfeltet.»

[Rapporten kan du lese her.](#)

MHO greier ikke å dekke behovet for brukermedvirkere som kan delta i ulike råd i Oslo.

Er du interessert i å lære mer om å være brukermedvirker, kan du sende oss melding på mail: [oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no). Vi gjennomfører kurs/opplæring i løpet av høsten.

## Medlemsaktiviteter høsten 2021

MHO gjennomfører flere aktiviteter for medlemmer og andre i høst. Vi gleder oss til å komme i gang.



Inger og Eli vil gjerne ha med flere på vandreturer i Oslo. Det blir rolig vandring på stier og veier med info om stedets historie og kultur. Det er rom for en koselig prat, treffe

nye venner og en kopp kaffe/te underveis eller som avslutning. Gratis for alle.

Første tur blir:

**Onsdag 25.august kl 18: Langs Lysakerelva**

Ta med en venn og møt opp 😊

Er du interessert, send oss en melding på [oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no)

## «Sy-dilla» på Deichman i Bjørvika



Anne har sy- og gjenbruks-dilla og ønsker noen å dele den med. Du som deler disse interessene eller ønsker å lære mer om det,

kan bli med Anne på Deichman i Bjørvika. Her er det moderne symaskiner og fine lokaler med plass til 4-5 deltakere. Det blir også rom for gode samtaler og en kopp kaffe. Gratis for alle. Anne planlegger å starte opp:

**Onsdag 25.august kl 12-14**

Ønsker du sikre deg plass, send oss en beskjed på mail: [oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no)

Du får vite mer om dette på åpent hus, 14.august.

## Grasrotandelen til MHO

Bli grasrotgiver!

Finn din mottaker her



Kanskje er du en av dem som jevnlig leverer inn lottokupongen og håper på stor gevinst? Alle som bruker spill fra Norsk tipping kan velge å gi [Grasrotandelen](#) til en frivillig organisasjon. Dette berører ikke din spillegevinst.



MHO har organisasjonsnummer: **979954220**  
Dette kan du bruke for å søke fram [MHO som mottaker av din grasrotandel.](#)

Mental Helse Oslo

Adresse: Arbeidersamfunnets plass 1, 0181 Oslo

Mail: [oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no)