

# Årsmelding 2019 for Mental Helse Skien

Mental helse er en frivillig interesseorganisasjon for mennesker med psykiske vansker, pårørende, helsepersonell og andre interesserte.

Mental Helse arbeider for at alle kan leve et meningsfylt liv og oppleve egenverd og mestring.

Dette har vært et fint år for Mental Helse Skien. Vi har oppgang i antall medlemmer så vi er nå 97 en fremgang på 28 personer. Vi har hatt et år med mange aktiviteter.

Det har også vært et år hvor vi har stått på for å ha best mulig psykisk helse tilbud i kommunen. Vi har hatt mye politiker møter og samarbeider med psykisk helse og livsmestring.

## **Styrearbeid og annet**

Styret dette året har bestått av følgende personer:

Leder:	Jørn-Roger Steen
Nestleder:	Fabian Martinez
Sekretær:	Miriam Kaasa
Kasserer:	Elena Dahl
Styremedlem:	Lin Jorunn Johansen
Styremedlem:	Liv Berit Berger
Vara:	Jorunn Willer

Det ble avholdt 10 styremøter hvor det ble behandlet 74 saker. De fleste var i våre lokaler i Blekebakkvegen 1 i Skien.

Vi har jobbet med planlegging av arrangementer, økonomiske forhold, samspill innad i styret, samarbeid utad med andre og jobbet mot kommunen om tilbud.

Styret har videreført arbeidsgruppa som er en kjemperessurs når det gjelder å gjennomføre aktiviteter. Og en fin plass for nye ideer rundt aktiviteter

Styret har deltatt på møter med Skien kommune

Vi har deltatt på årsmøte for Mental Helse Telemark i Skien, Jørn-Roger Steen, Fabian Martinez og Elena Dahl var våre delegater

Vi har hatt møter med den nye avdelingen psykisk helse og livsmestring

Styret har vært på besøk på Krisesenteret i Telemark

Vi har i fjor fått 2 nye Likepersoner, Likepersoner i Mental Helse er dem som tar et særskilt ansvar for en aktivitet.

## **Samarbeid**

Vi har fått avtale med Mudo gym, i samarbeid med Mental Helse Ungdom, om billigere trening for våre medlemmer

Vi har samarbeidsavtale med Lie bydelshus hvor vi får låne lokaler gratis mot at vi også stiller på noen av deres arrangementer

## **Kurs og seminarer**

- Innføringskurs i styrearbeid arrangert av Mental Helse, (Liv Berit Berger, Fabian Martinez, Miriam Kaasa)
- Kurs i selvmordsforebygging arrangert av Kirkens SOS (Liv Berit Berger, Fabian Martinez, Lin Jorunn Johansen)
- Kurs i selvutvikling i april av fylket ( Fabian Martinez, Jørn-Roger Steen, Lin Jorunn Johansen)

- Kurs i selvutvikling i desember av fylket (Fabian Martinez, Lin Jorunn Johansen, Jorunn Willer, Jørn-Roger Steen, Liv Berit Berger)
- Politisk seminar arrangert av Mental Helse( Fabian Martinez, Lin Jorun Johansen)
- Brukerrepresentant kurs FFO (Miram Kaasam, Marianne Reinholdt)
- Brukerrepresentant kurs Mental Helse (Miriam Kaasa)
- Ta livet tilbake arrangert av FFO (Fabian Martinez, Lin Jorunn Johansen)
- Helse konferansen 2019 arrangert av FFO (Fabian Martinez, Liv Berit Berger)
- Hvor har psykiatrien brakt oss i dag? Seminar av Skien Kommune (Jorunn Willer, Jørn-Roger Steen, Liv Berit Berger)
- God å snakke med kurs arrangert av Kirkens sos (Lin Jorunn Johansen)
- Kursadmin kurs arrangert av Funkis (Lin Jorunn Johansen)
- Likepersonskurs arrangert av Brukerkontoret (Fabian Martinez)

## **Aktiviteter**

- 15. april Vårfest
- 20. juni Sommerfest
- 15 august Søndagskos
- 10 oktober Verdensdagen i samarbeid med Lie Bydelshus
- 14 november Konsert med Eidsvåg og Dagsland
- 7 desember Julebord
- 8 desember Kickoff Mudo
- Kom sitt med oss 4 ganger
- Kino 10 ganger
- Gåturer 2 ganger
- båttur for medlemmer i aktivitetsgruppa I Juli

## **Foredrag**

- 21. januar Foredrag kognitiv terapi
- 22. mars Foredrag IMR, Illness Management and Recovery
- 5 september Foredrag voldsutsatte menn
- 2 desember Foredrag Overspising

## **Promotering og reklame**

- stand på gatefesten på Lie
- Stand på Arkaden og Herkules i løpet av året
- Stand på Lie Bydelshus på Temadagen: På veien mot en meningsfull hverdag
- Laget egen brosjyre
- Satte opp bli medlem plakater på flere steder i byen

## **Råd, utvalg, brukermedvirkning og liknende**

- Vara i råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne Skien, Jørn-Roger Steen
- Vara råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne Telemark , Jørn-Roger Steen
- Brukerutvalget Nav Skien, Jørn-Roger Steen
- Samarbeidsmøter med Psykisk Helse og Livsmestring
- Politiske møter (8), Jørn-Roger Steen og Miriam Kaasa
- Møter med Skien kommune, Jørn-Roger Steen, Miriam Kaasa ( Camilla Heggelie Kvisvik Enhetsleder psykisk helse og livsmestring og Trine allmenning leder i Helse og Omsorg Skien kommune)