



Ny informasjon 2023

I starten på 2022 fikk vi vår egen brosjyre/informasjonsfolder for fylkeslaget; Mental Helse Oslo. Mye har endret seg i løpet av 2022. Vi følte derfor sterkt på

MENTAL HELSE
Medlemsorganisasjon for alle mennesker med psykiske helseproblemer, pårørende og andre interesserte. Mental Helse ble stiftet i 1978 og er i dag landsdekkende med fylkeslag som dekker alle fylker og lokallag som dekker mer enn 300 kommuner.

For alle som trenger noen å snakke med!
Chat og vennetjeneste (døgndøpen)
Sidetmedord.no

Mental Helse Hjelpetelefonen
116 123 (Døgndøpen)

Foreldresupport
116 123 (Tast 2)

Studenttelefonen
116 123 (Tast 3)

Arbeidslivstelefonen
225 66 700

Lokale sponsorer
Rockefeller music hall - oslo
Sentrum scene
JOHN DEE Levende kultur er helsebringende!
OSLO STREET FOOD TORSGATA BAD

Alle har en psykisk helse
MENTAL HELSE OSLO

Illustrasjon: Therese Kristiansen

behovet for en ny brosjyre som i større grad beskriver hva vi holder på med og står for i 2023. Det har endret seg en god del. Og denne gangen er vi så heldige at våre egne frivillige/medlemmer trår

til og gjør jobben, og lager vår lokale utgave. Brosjyren er klar og trykkes opp.

Nå er det viktig at brosjyren når ut til alle som bør vite om oss og hva vi kan tilby. Kanskje kan du hjelpe til slik at alle offentlige og private kontorer og møteplasser får sine eksemplarer? Ta kontakt med oss om du ønsker å bidra til det 😊

Om Mental Helse Oslo
Mental Helse Oslo (MHO) har et lokallag: MH Stovner. Resten av bydelene dekkes av fylkeslaget. MHO har pr starten av 2023 over 560 medlemmer. Vi satser på lavterskel møteplasser med rom for alle, og varierte medlemsaktiviteter etter innspill fra våre medlemmer. Kanskje har du ide til en møteplass/aktivitet? Ta kontakt!

Hjemmesiden vår: mentalhelse.no/fylkeslag/158-oslo
MHO på Facebook: facebook.com/mentalhelseoslo

Scan QR-koden for å komme til nettsiden vår:

Bli medlem
Hovedmedlemskap (200 kr/år)
Send kodeord MHBET MEDLEM til 2490
Ungdomsmedlemskap* (60 kr/år)
Send kodeord: MHBET UNG til 240

Kontingenten trekkes fra din telefonregning.
*Under 26 år. Informasjon om husstands- og bedriftsmedlemskap finner du på mentalhelse.no

Gi grasrotandelen til Mental Helse Oslo
Bruk vårt orgnr: 979925220 for å sake oss frem på norsk-tipping.no/grasrotandelen

Samtalegruppe for menn
Sturla har tatt initiativ til gruppa som møtes hver onsdag. Det er ikke snakk om terapi, men rett og slett en gruppe av og for menn, hvor de kan snakke om smått og stort som opptr dem.

Takket være våre medlemmer og ildsjeler kan du være med på bokklubb, skriveorsdag, badstu-prat, tegnemandag, klattring, sy-dilla, samtalegruppe for menn, bowling og mer!

Du kan kontakte oss på mail: oslo@mentalhelse.no

Kontor/postadresse: Arbeidersamfunnets plass1, 0181 Oslo. Bank 7877 08 33549. Vipps: 705761
Tlf: 940 65 739. Se åpningstider på hjemmesiden vår.