

# Årsmelding 2020 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 anstrengende år for psykisk helse. Med alle tiltak har ensomhet økt og alle har slitt mere med sin psykisk helse.

Det har også vært et år hvor vi har stått på for å ha best mulig psykisk helse tilbud i kommunen. Vi har hatt møter med politikere om hva vi mener bør bedres eller komme av nye tilbud i Skien. Vi har også hatt samarbeidsmøter med psykisk helse og livsmestring.

Mental Helse Skien har oppgang i antall medlemmer så vi er nå 104. Vi har hatt et år hvor det har vært vanskelig å opprettholde aktivitet.

## **Styrearbeid og annet**

Styret dette året har bestått av følgende personer:

Leder:	Jørn-Roger Steen
Nestleder:	Jeanette Grindbakken
Sekretær:	Miriam Kaasa
Kasserer:	Dan Jonassen
Styremedlem:	Unni Sanderhoff
Styremedlem:	Liv Berit berger
Varamedlem:	Mats Evensen
Varamedlem:	Sonja Stenersen

Det ble avholdt 10 styremøter hvor det ble behandlet 101 saker. De fleste var i våre lokaler i Blekebakkevegen 1 i Skien. Under nedstengning har vi også hatt telefonmøter og teams møte.

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

Vi har hatt en politisk arbeidsgruppe som har samarbeidet om hva vi ville presentere for politikere

Styret har vært på møter i Skien kommunes utvalg for helse og omsorg

Vi har hatt møter med psykisk helse og livsmestring

Vi har hatt møte med Hermans Hus

Likepersoner i Mental Helse er dem som tar et særskilt ansvar for en aktivitet så dette er det variasjon i fra år til år

Styret har videreført arbeidsgruppa som er en kjemperessurs når det gjelder å gjennomføre aktiviteter og få i gang nye aktiviteter. Det er mange flotte nye ideer som kommer opp som regel på disse møtene. Den er også åpen for alle medlemmer og andre som ønsker å bidra til å lage aktiviteter og gjennomføre dem.

## **Samarbeid**

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**

- Styreroller og styrearbeid kurs i egen regi
- Årsmøte kurs i egen regi

## **Aktiviteter**

- 15 oktober Verdensdagen i samarbeid med Lie Bydelshus
- 4 desember Julebord
- Kom sitt med oss 11 ganger
- Kino 2 ganger

## **Foredrag**

- 30 oktober Foredrag av Torbjørn Tveten om Depresjon, mestring og depresjonsapp
- Mental Helse Skien holdt foredrag i Siljan for flyktninger om psykisk helse og Mental Helse

## **Promotering og reklame**

- Inngikk avtale med Stormvær Forlag om brosjerer og reklame i deres blad og organisering av enkonsert for å fremme psykisk helse
- Stand på Arkaden
- Stand på Lie Bydelshus på Verdensdagen
- Hadde opplysning om Mental Helse og hvem vi er i Skien på foredraget «Hverdagsutfordringer» av Paul Allen på Gråtenmoen Bydelshus

## **Råd, utvalg, brukermedvirkning og annet**

- Vara i råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne Skien, Jørn-Roger Steen
- Samarbeidsmøter med Psykisk Helse og Livsmestring
- Vi har deltatt på årsmøte for Mental Helse Telemark i Skien, Jørn-Roger Steen, Jeanette Grindbakken og Miriam Kaasa var våre delegater
- Årsmøte FFO Vestfold og Telemark, Dan Jonassen og Miriam Kaasa
- Helsekonferansen i Kongsberg(FFO) Dan Jonassen
- Jørn-Roger og Liv Berit var på Mental Helse konferansen hvor Mental Helse Skien fikk pris for beste arrangement i 2019
- Møter Trine allmenning leder i Helse og Omsorg Skien kommune: Jørn-Roger Steen, Dan Jonassen og Miriam Kaasa
- Møter med politiske partier. Temaer vi tok opp var Fontenehus, YAM, Foredrag for flyktninger, psykiske helsetilbudet i Skien, psykisk legevakt og psykebil: Jørn-Roger Steen, Dan Jonassen og Miriam Kaasa
- Møte med robin Beck leder Legevakt om psykreatisk legevakt, Jørn-Roger Steen og Miriam Kaasa
- Møte med leder psykiatriske avdelinger Lars Ødegaard, Jørn-Roger Steen og Miriam Kaasa