ÅRSMELDING 2020 FOR MENTAL HELSE STJØRDAL

Vi har pr. 31.12.2020: 47 betalende medlemmer.

På årsmøtet i Mental Helse Stjørdal 17.02.2019, var det 19 stemme berettigede personer til stede.

Styret ble etter valget bestående av:

Leder: Nils Skjelstad (Ikke på valg. 1 år igjen) – (På valg nå 2021)

Nestleder: May Britt Sørmo Ervik, valgt for 2 år. (Ikke på valg 2021, 1 år igjen)

Kasserer: Wenke Krog (Ikke på valg 2021, 1 år igjen)

Styremedlem: Linda Hogstad (Ikke på valg 2021, 1 år igjen)

Styremedlem: Vidar Brandslet, valgt for 1 år. (På valg nå)

Vara 1: John Olav Reberg, valgt for 1 år. (På valg nå)

Vara 2: Sigrun Skauge, valgt for 1 år. (På valg nå)

Valgkomiteen ble bestående av: Anders Øyan, Ove Furelid og Trond Ivar Andreassen.

**FYLKESÅRSMØTE, STYREMØTER OG SAMARBEIDSMØTER**

Fylkesårsmøtet den 22. august i år, var på Quality Hotell Grand på Steinkjer. Vi var 2 delegater fra Mental Helse Stjørdal til stede (Nils Skjelstad og May Britt Sørmo Ervik)

Vi har avholdt 2 styremøter og kun et par møter med DPS i år. Grunnet korona pandemien.

Vi i styret har tatt fortløpende vurdering på om vi skulle ha flere møter, men har kommet fram til at vi ikke tok flere møter.

**AKTIVITETER**

Vi startet året med friskt mot og skulle ha kortkvelder og en del aktiviteter i år. Men som alle vet, så kom denne pandemien. Det gjorde at kortspill var ikke den beste aktiviteten, og i tillegg ble Bonitas stengt ned.

Vi hadde grilling den 10. august. Der var vi faktisk hele 11 stk. Og smittevern ble selvfølgelig ivaretatt.

Gymgruppa vår har blitt lagt på is for tiden. Samtidig som vi har hatt medlemmer som har trent sammen med Fire Stjørdal i stedet. Dette er et samarbeid som har funket bra, og som vil fortsette videre året som kommer.

Vi hadde også planlagt en quiz den 02. november, men grunnet økt smitte, så avlyste vi denne.

Den Gale Vandrer:

På grunn av Covid 19 så ble det litt sein oppstart av Den Gale Vandrer.

Men i løpet av året, så var det 7 turer med Den Gale Vandrer (13. Mai – 14.okt).

Turer våren 2020:

13. Mai: Berrihytta / Bjørndalsplassen/ Vegardbu (1 deltager)

I år så gikk turen kun til Berrihytta/Bjørndalssen. Til neste år kan det hende vi besøker Vegardbu i samme slengen.

21. Mai (Kristi himmelfartsdag): Kinnartjønna (2 deltagere).

På denne turen så doblet vi oppmøte i forskjell til forrige turen

Denne gangen parkerte vi ved tømmer plassen og gikk oppover, men måtte snu på grunn av mye snø på veien enda. Så vi fant oss en benk der vi fyrte opp grillen og spiste litt pølse og drakk kaffe. En fin tur på en rød dag.

3. juni: Høgberget (2 deltagere).

En fin tur i litt terreng, men med roligere omgivelser.

17. Juni: Stokkvola. (4 Deltagere)

På denne turen så doblet vi oppmøte i forskjell til forrige turen, siden vi hadde med oss langveisfarende på turen. Det var kjempe vær med god utsikt.

Turer høsten 2020:

23. September: Kinnartjønna (4 deltagere og 1 Hund).

Vi prøvde oss på en tur til Kinnartjønna igjen. Denne gangen kunne vi kjøre helt opp å parkere ved grinda. Så la vi turen inn mot Kinnartjønna, selv om det var litt små yr så ble det en fin og koselig tur.

11. oktober: Hesshuken, Verdensdagen for psykisk helse. (9 deltagere og 2 Hund).

I år som i fjor, så la vi turen til gapahuken i forbindelse med Verdensdagen. Vi var 9 stk. og deriblant var det 2 medlemmer fra Levanger som tok turen for å bli med på tur. Det ble en fin markering av Verdensdagen på gapahuken.

14.oktober: Monaplassen - En del av Pilegrimsleden (4 deltagere og 1 Hund).

Vi prøvde oss på et nytt turmål i år og det var Monaplassen (i nærheten av hoppbakken Bjørklund). Vi var så heldig at Linda var med som kjentmann på turen. På denne turen som grillet vi resten av pølsene og serverte bålkaffe.

Vi planla også en tur opp Forbordfjellet den 28.okt men siden vi stilte klokka helgen før, så ble det veldig mørk så vi valgte å avlyse den og satser heller på og ta det tidligere i 2021.

Julebord:

Planen var at vi skulle avholde julebord i år også, men grunnet korona pandemien måtte vi legge dette på is.

Mulig vi ordner en liten sammenkomst når alt åpner igjen, så vi får kost oss med god mat og drikke sammen.

**VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE**

Verdensdagen 2020 hadde temaet «Spør mer». Vi skulle markere verdensdagen med stand 10. Oktober på torget.

Men da pandemien begynte å blusse opp igjen fant i ut vi droppet dette.

Den 11.Oktober så gikk Den Gale Vandrer til Hesshuken som en del av Verdensdagen. Der ble det

servert gratis pølse m/brød, vestlandslefse, kaffe og brus. 9 stk. deltok på denne marsjen.

**REPRESENTASJON**

I brukerstemme nettverks gruppen i Nord- Trøndelag har vi også en representant.

Vi har to representanter i rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne i Stjørdal kommune, ved Pål Arild Sand og Veronika Kjesbu.

Mental Helse Stjørdal har også hatt representanter i Mental Helse Trøndelag sitt styre. Her har vi Anders Øyan (Studieleder) og Linda Mari Hogstad (Styremedlem)

Vi hadde også en representant i KUPP (Kurs og opplæringsutvalget). Dette med Anders Øyan.

Veronika Kjesbu har sittet i Regionalt brukerutvalg i Helse Midt-Norge.