



## ÅRSMELDING FOR MENTAL HELSE RINGERIKE/HOLE 2020

### Innledning:

Mental Helse er en medlemsorganisasjon for alle mennesker med psykiske helseproblemer, pårørende og andre interesserte. Mental Helse arbeider for at alle kan leve et meningsfylt liv og oppleve egenverd og mestring. Våre verdier er likeverd, åpenhet, respekt og inkludering.

Mental Helse Ringerike/Hole hadde 22 medlemmer pr. 31.12.2019 og har i dag 22 medlemmer.

### Styret har i perioden bestått av:

Leder : Kirstin Stokkedal  
Kasserer : Merete Halvorsen  
Sekretær : Knut Stubben  
Studieleder : Lisbeth Martinsen Stubben  
Valgkomite :  
Revisor(er) : Arnfinn Holten, Terje Nordengen

### Økonomi:

Mental Helse Ringerike/Hole får i hovedsak sine inntekter fra andel av medlemskontingent, likepersonstilskudd og velferdstilskudd fra Mental Helse. I tillegg får vi støtte fra legater, egenandeler, loddsalg, Norsk tipping ol. Utgiftene relaterer seg i all hovedsak til kurs, turer og medlemsaktivitet. Mental Helse Ringerike/Hole hadde et overskudd i 2020 på 8 748,26 kr. Se ellers revidert årsregnskap for detaljer.

### Møter:

Det er avholdt 6 styremøter og 23 aktivitets/medlemsmøter i perioden.

### Aktiviteter:

3 Mestringsturer: til Sverige, IKEA, Hamar, samt arrangert Juleavslutning.

Vi mottok i 2020 kr 10 000,- fra Einar Juuls legat, dette gav oss mulighet til å arrangere en mestringstur til Domkirkeodden på Hamar.

### Kurs:

Styremedlemmer og medlemmer som har deltatt på kurs:

*Kirstin Stokkedal* deltok på ledersamling Mental Helse Buskerud 2020.

*Kirstin Stokkedal* og *Merete Halvorsen*, deltok på organisasjonskurs på Gardermoen.

### Samarbeid:

*Kirstin Stokkedal* sitter i brukerutvalget NAV Ringerike/Hole.

*Knut Stubben* deltok i en arbeidsgruppe, nedsatt av sentralstyret i Mental Helse.

Arbeidsgruppen fikk i oppgave å forbedre og gjennomføre årsmøte i Mental Helse Buskerud

*KS KOS u.M.S. MH*



samt berede grunnen for en sammenslåing av Buskerud, Akershus og Østfold fylkeslag til nye Mental Helse Viken.

*Kirstin Stokkedal* deltok som medlem av valgkomiteen i Mental Helse Buskerud.

*Knut Stubben* sitter som representant for Mental Helse, i Norsk forening for kognitiv terapi.

### **Verdensdagen:**

Mental Helse Ringerike/Hole markerte på tross av Covid19, Verdensdagen 2020 med stand på Kuben kjøpesenter. Vår stand ble godt besøkt.

### **Sluttord:**

2020 har vært et utfordrende år for vårt lokallag. Nedstengning og isolering har vært en utfordring. Styret besluttet derfor at så langt det var mulig, skulle vi fortsette med aktivitets/medlemskvelder, noe som viste seg vellykket. Selv om vi ikke har hatt noe økning i medlemstallet, satser vi aktivt videre.

Hønefoss 1. Februar 2021.

Styret

*Lisbeth Stubben*

*Merete Halvorsen*

*Kirstin Stokkedal*

*Knut Stubben*