

# Mental Helse Oslo



## Kjære frivillige, medlemmer og andre interesserte.

Etter et drøyt år med pandemirestriksjoner er vi optimister og gleder oss til å starte opp med medlemsaktiviteter og annet lokalt arbeid i Mental Helse Oslo. I løpet av vår og sommer ønsker vi å komme godt i gang med planleggingsarbeid for spennende aktiviteter til sensommer og høst. Vi ønsker frivillige og medlemmer som kan være interessert i å bidra i utvalg med flere ulike oppgaver.

## Medieutvalg

Her ønsker vi interesserte som vil jobbe med nyhetsbrev, lage infomateriell, utvikle bruk av hjemmesider, facebook og eventuelt andre elektroniske kanaler. Kanskje kan du være med å lete fram sponsorer som kan bidra til spennende nye muligheter og utvikling.

Det kan være aktuelt med flere underutvalg ut fra oppgaver og interesser.

## Verdensdagen for psykisk helse, arbeidsutvalg

Vi har planer om å få til et fagseminar om livet under og etter en pandemi, på Verdensdagen for psykisk helse, 10.oktober. Videre planlegger vi lokale markeringer rundt i Oslo i løpet av uke 39-42.

## Lær å bruke metalledetektorer



Har du lyst til å lære å bruke metalledetektor? MHO har to metalledetektorer og med prosjektmidler har planer om å skaffe oss et sett på 5 stk.

Vår mann/medlem, som har inngående kompetanse på bruk av disse, vil gi deg innføring i teknisk bruk og regelverk knyttet til bruk i norsk naturen.

Vi ønsker 2-4 interesserte personer som vil få opplæring i bruk og regelverk.

Det vi ønsker tilbake er at du kan være frivillig som av og til leder grupper av våre medlemmer på tur i naturen. Dere vil være med på å gi deltakerne spennende opplevelser og funn av mynter og metallgjenstander som ligger gjemt under et lite lag av jord. Kanskje til og med en liten historisk «godbit».

**Interessert i utvalgsarbeid eller metalledetektor? Eller bidra med andre aktiviteter?**

**Send oss en tilbakemelding på mail:**

**[oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no)**

