



MENTAL HELSE  
Møre og Romsdal

# Årsmelding 2023 - 2024

LIKEVERD | ÅPENHET | RESPEKT | INKLUDERING

## INNHold

- 3 Brukermedvirkning
- 4 Styrets beretning
- 7 Utfordringer framover
- 8 Målrettet arbeid og strategi
- 9 En aktiv og synlig samfunnsaktør
- 10 Lokal aktivitet
- 11 Skolering av medlemmer og tillitsvalgte
- 12 Den nye frivilligheten
- 13 Mental Helses kompetansesenter
- 14 Noen av Mental Helses tjenester
- 15 Representasjon



## Våre verdier

### **Likeverd**

fordi alle mennesker har like stor verdi og skal ha like muligheter og rettigheter.

### **Åpenhet**

fordi åpenhet sammen med kunnskap bidrar til å få bort myter og hindre stigmatisering.

### **Respekt**

fordi vi ønsker et samfunn som anerkjenner det enkelte menneskes ressurser og muligheter.

### **Inkludering**

fordi alle mennesker skal oppleve at de er betydningsfulle for fellesskapet.

# Brukermedvirkning

## Brukermedvirkning

Brukerrepresentasjon er nøkkelen i utvikling av gode tjenester. Derfor er det viktig å ha skolerte og engasjerte brukerrepresentanter både i kommuner, fylket og regionalt.

Mental Helse Møre og Romsdal skal være den foretrukne organisasjonen på brukermedvirkning innen psykisk helse, og skal ha eierskap til å oppnevne egne brukerrepresentanter.

Det ble i 2023 videreført et samarbeid med FFO Møre og Romsdal for å motivere flere til å bli/være brukerrepresentanter. Det ble gjennomført et kurs i brukermedvirkning i juni -23 med stor oppslutning.

Fylkesstyret har stort fokus på å stille med brukerrepresentanter der det etterspørres. Videre får vi fleire henvendelser om å bidra i prosjekter initiert av både kommuner og andre.

## Brukerrepresentasjon

Fylkesstyret vil fortsatt ha fokus på rekruttering av brukerrepresentanter og etablering av nettverk for disse. Mental Helse sentralt har startet en ny satsing med registrering av brukerrepresentanter.

Lokallagene skaffer oversikt over sine brukerrepresentanter og rapporterer disse til Mental Helse sentralt.

Der blir de registrert i en database som gir oss mulighet til å styrke kunnskap, erfaringsutveksling, nettverk og trygghet i rollen som brukerrepresentant.

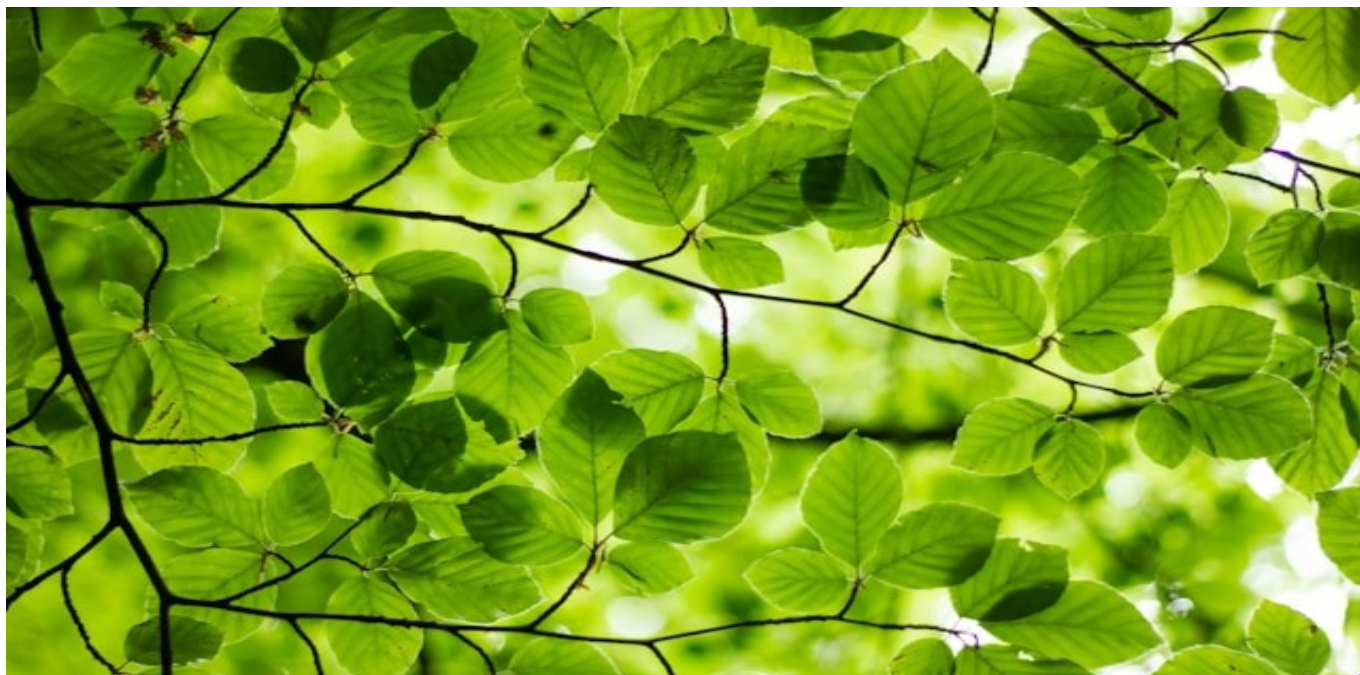
## Kurs og opplæring

For Mental Helse er brukermedvirkning et svært viktig område der en gjennom deltakelse i aktuelle fora kan påvirke utviklingen av tjenestetilbudet.

Medlemmer som er interessert til å bli brukerrepresentanter får mulighet til å delta på Mental Helses kurs. I tillegg vil FFO Møre og Romsdal ta sikte på å få gjennomført et nytt grunnkurs i 2024.



# Styrets beretning for årsmøteperioden 2023-2024



Årsmøtet 2023 ble holdt 22. april på Scandic Alexandra Molde. Fylkesstyret avgir årsmelding for perioden 23. april 2023 til 20. april 2024. Årsberetningen viser styrets aktiviteter og driften av Mental Helse Møre og Romsdal.

## Aktiviteten i styret

Det har vært avholdt 11 styremøter og behandlet 96 saker i perioden. Arbeidsutvalget (AU) består av Irene Sundholm, Oddrun Beyer Holm og fylkessekretær. Anna Margrethe Drægebø Moe er vara til AU. AU har møte i forkant av fylkesstyremøtene.

Styremøtene gjennomføres primært på fylkeskontoret i Molde da det gir best grunnlag for gode diskusjoner. Noen møter med korte agendaer er også gjennomført på Teams.

## Arbeid i perioden

AU har hatt ekstra stor belastning i perioden grunnet sykefravær. Det har gitt en bratt læringskurve for leder og nestleder ved at de har måtte ta de administrative oppgavene i tillegg til de politiske.

## Representasjon

Styret var representert på «Skoleseminar» i regi av Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon - FFO Møre og Romsdal i september -23 på Scandic Seilet Molde.

Brukerutvalget i Helse Møre og Romsdal HF inviterte til seminar om Helsefelleskapet - «Samarbeid og Pasientflyt», og «Trygt hjem frå sjukehus» ved Ålesund sjukehus oktober -23.

Oddrun Beyer Holm representerte fylkesstyret på Regional Brukerkonferanse arrangert av Helse Midt-Norge RHF på Scandic Hell Stjørdal november -23.

## Regionråd for Mental Helse i Midt- og Nord-Norge

Samlingene er regionale møteplasser for ledere og nestledere i Mental Helse i helse-regionene Midt- og Nord-Norge. Rådet samarbeider om interessepolitiske saker i sitt område, og påvirker samlet overfor helseregionene. I tillegg finner vi felles satsningsområder, og i 2023 ble det bestemt en felles satsing på YAM.

Regionrådet for Mental Helse Midt- og Nord-Norge består av Møre og Romsdal, Trøndelag, Nordland og Troms og Finnmark. Det ble gjennomført en samling i juni 2023 på Gardemoen.

*Temaer som ble tatt opp:*

- Erfaringsutveksling frå fylkene
- YAM m/ Fredrik T. Nordanger
- Forum for brukermedvirkning og Fagskolen til KBT v/ Karl-Johan Johansen
- Brukermedvirkning i brukerutvalg Helse Sør-Øst RHF v/ Aina Nybakke
- Helseplattformen v/Julia Nemeth, Innovasjon- og myndighetskontakt
- Headspace v/Tom Gulberg
- Teams og Forms v/Sølvi Hagen

## Ledermøte

Irene Sundholm og Oddrun Beyer Holm har møtt på sentrale ledermøter i Mental Helse. Ledermøtet består av landets fylkes- og nestledere og sentralstyret. Det ble holdt to ledermøter i 2023 på Gardermoen.

Ledermøtet er en viktig arena for nettverk og samkjøring av nasjonale satsninger for organisasjonen, og er et rådgivende organ overfor sentralstyret.

## Fylkeslagets økonomi

Samarbeidet med helseforetakene danner grunnlag for tilskudd til drift og aktiviteter for fylkeslaget.

Mental Helse Møre og Romsdal mottok kr 550 000,- i tilskudd fra Helse Midt-Norge RHF både for 2023 og 2024.

Fra Møre og Romsdal fylkeskommune mottok vi kr 92.747,- til driften av fylkeslaget.

*Deltakere på Regionrådsmøte 2023*



# Styrets beretning fortsetter...

## Ledermøte for lokallagene

11. november -23 arrangerte fylkesstyret ledermøte for lokallagene. På vårt ledermøte møter to representanter, fortrinnsvis leder og en til fra styret.

Leder Irene Sundholm ønsket velkommen til møtet, og ledet deltakerne gjennom et fullpakket program. Tema var bl.a. erfaringsutveksling, brukermedvirkning, årsmøter i lokallag, ønsker om kurs og praktiske hjelpemidler.

## Styrke og stabilisere lokallagenes økonomi

Det er fokus på at lokallagene skal ha god økonomi og gode rutiner på rapportering av aktiviteter som gir tilskudd slik at de får midler til drift.

Mental Helse Møre og Romsdal arbeider for å sikre at våre medlemmer fortsatt skal ha mulighet for å komme sammen.

Gjennom å sikre driften i fylkeslaget, kan vi bidra til å styrke både lokallag og medlemmer.

## Samarbeid med andre

Mental Helse Møre og Romsdal samarbeider med våre paraplyorganisasjoner, Studieforbundet Funkis og FFO i Møre og Romsdal. Videre har vi god kontakt med Høgskolen i Molde, Lærings- og Mestrings-senteret i Møre og Romsdal og Helse Møre og Romsdal HF.

Samarbeid er viktig for å styrke organisasjonen vår og bidrar til at vi kan nå våre mål.

## Profilering og synliggjøring

Det legges vekt på synliggjøring ved bruk av fylkeslagets egne nettsider og Facebook.

Det legges ut artikler om aktiviteter vi har vært med på og viktige gjøremål i fylkeslaget.

Mental Helse må være enda meir synlig og markedsføre vårt arbeid og våre tilbud. Slik kan vi lettere rekruttere medlemmer og frivillige og dermed bidra til å forbedre lavterskeltilbudet innen psykisk helse.



# Utfordringer fremover

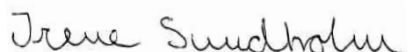
Frivilligheten er viktigere enn noensinne for å skape samhold, innhold i hverdagen, fellesskap og gode opplevelser. Det er viktig å fortsette arbeidet med å styrke og samle Mental Helse både innad og utad. Vi er en vesentlig samfunnsaktør, og i fellesskap kan vi påvirke helsevesenet og de folkevalgte. Gjennom økt innsats på opplæring og oppfølging av våre lokallag, grasrota, kan vi bidra til at lokale krefter blir ytterligere styrket og motivert i arbeidet med å påvirke sine omgivelser.

En god og trygg organisasjonskultur med mulighet for utvikling og personlig vekst vil virke positivt for rekrutteringen og også forhindre frafall fra ildsjeler og tillitsvalgte. Vi ser i forskningen at folk stiller høyere krav til koordinering og profesjonalitet når de skal bidra i en frivillig organisasjon.

Kunnskap om rettigheter og muligheter er avgjørende for at vi skal bli best mulig medvirke- re på alle nivå, og gjennom skolering skal våre brukerrepresentanter styrkes. Kunnskap, aktiviteter og sosialt samvær skaper en trygg arena for fellesskap i hele fylket. Å ha en god dialog og samhandling med fylkets helseforetak og samarbeidspartnere ser styret som helt nødvendig.

Aktiviteten tilknyttet fylkeskontoret er en nødvendig og viktig ressurs for fylkeslaget. Her ivaretas både kompetanse, kontinuitet og våre oppgaver på en stabil måte. Vi har et godt arbeidsår bak oss hvor styrking av organisasjonen har vært løftet. Vi takker for tilliten, og ønsker et nytt styre lykke til framover.

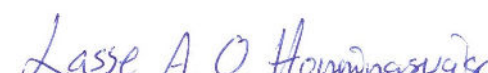
Hilsen styret

  
Irene sundholm  
leder

  
Oddrun Beyer Holm  
nestleder

  
Anna Margrethe Drægebo Moe  
styremedlem/studieleder

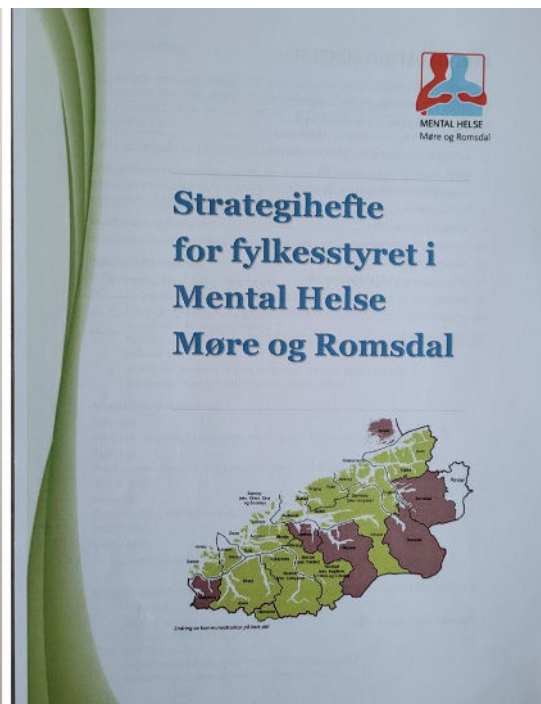
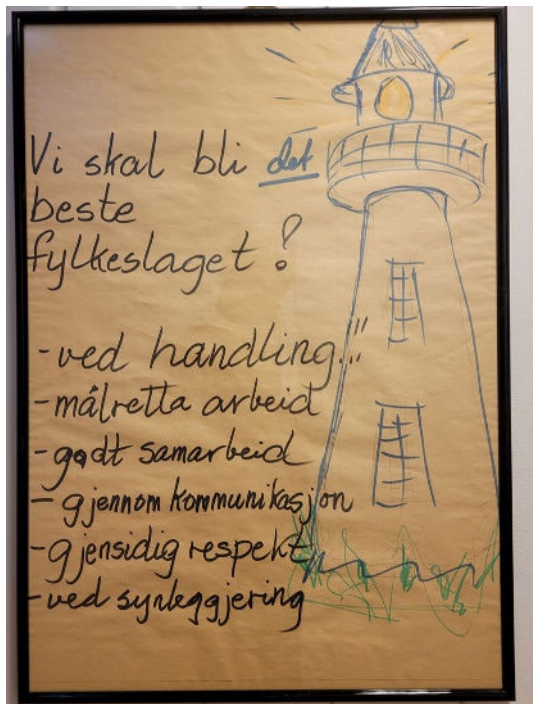
  
Nils-Inge Holm  
styremedlem

  
Lasse A. O. Honningsvåg  
styremedlem

I 2011 ble det skrevet på flippoveren på møterommet:

**«Vi skal bli det beste fylkeslaget!»**

For å nå målet kreves det stø kurs med blant annet god struktur og kommunikasjon, godt samarbeid, målrettet arbeid og handling.



## Målrettet arbeid og strategi

### Styringsdokumenter

Alt arbeid i fylkesstyret bygger på Mental Helse sine styringsdokumenter vedtatt av landsmøtet (Vedtekter, Samfunnspolitisk program og Strategi) samt handlingsplaner vedtatt av sentralstyret.

Vår daglige drift og aktivitet styres også egne handlingsplaner og saker vedtatt av fylkesårsmøtet. I arbeidet brukes også organisasjonshåndbok for Mental Helse og andre kilder ved behov.

Fylkesstyret har utarbeidet et eget «Strategihefte for fylkesstyret i Mental Helse Møre og Romsdal». Det inneholder oppgaver og ansvar styret har, og beskriver viktige prioriteringer for fylkeslaget.

Disse ansvarsoppgavene er basert på innspill fra medlemmene og lokallagenes forventninger til fylkesstyret. I heftet er det nedfelt årlige rutiner og mandater.

Av innholdet kan nevnes:

Saker til behandling i fylkesstyret, rutiner for kurs og konferanser, håndtering av saker og innspill fra lokallagene, økonomi- og administrative rutiner, fadderordningen, vedtatte mandater og etiske levereregler. Hftet blir oppdatert fortløpende ved endringer.

### Handlingsplan og økonomi

Fylkeslagets handlingsplan bygger på Mental Helses kjernesaker og verdier, og er tilpasset lokale forhold i fylket og regionen vår.

Framdrift i handlingsplanen har fast plass som egen sak i styremøtene, og økonomi-rapport legges fram kvartalsvis. I 2023 var fokus på utfordringer i livet for unge, og selvmordsforebygging gjennom skoleprogrammet YAM.

# En aktiv og synlig samfunnsaktør



Medlemmene og lokallagene danner grasrota og er grunnlaget for driften i fylkeslaget. Uten dem ville organisasjonen vært lite synlig i samfunnet til daglig.

## Aktive medlemmer og lokallag

Medlemmene og lokallagene er grunnmuren i organisasjonen vår. Medlemsverving er et viktig satsningsområde for Mental Helse fylke/lokallag. Pr. 31. desember 2023 var det 752 medlemmer i fylket vårt og det er 180 flere enn i 2022. Dette er en flott utvikling.

I dag er det 14 aktive lokallag som dekker 12 av fylkets nåværende 26 kommuner.

Pr 31.12.23 var det ikke noen nye eller ny oppstartet lokallag i fylket vårt.

## Lokale møteplasser

Lokallagene fungerer som sosiale møteplasser med et bredt tilbud av ulike aktiviteter, kurs og opplæring.

Møteplassene er viktige for å gi en form for tilhørighet og felles mestring som øker livskvaliteten til medlemmene. Disse møteplassene er også viktige for å synliggjøre Mental Helse sitt arbeid lokalt og i fylket generelt, samt tiltrekke seg flere medlemmer.

## Likepersoners aktiviteter

Flere lokallag har likepersoner som tar særskilt ansvar for aktiviteter i lokallagene.

Likepersoner tar seg også av samtalegrupper, besøks- og oppsøkende tjenester på frivillig basis og tar ikke imot vederlag for arbeidet. Lokallagene rapporterer inn arbeidet og får tilskudd for aktivitetene sine.

Fylkesstyret bistår lokallagene som ønsker det, med råd og tips i rapporteringen.

# Lokal aktivitet

## Fadderordningen

I fylkeslaget er det bestemt at styremedlemmer er fadder for lokallagene og denne ordningen fungerer bra. Fadderer er et bindeledd mellom fylkesstyret og lokallagene. Fadderne skal ha kontakt med sine tildelte lokallag minst 2 ganger årlig og være tilstede på lokallagets årsmøte.

På lokallagenes årsmøter presenterer fadderer viktige satsingsområder for Mental Helse Møre og Romsdal.

Fadderne er tilgjengelig for lokallagene som rådgiver og gir rettleiding ved behov.

## Velferdstiltak

Fylkeslaget mottar velferdsmidler som fylket fordeler via styret til alle lokallagene som søker på midler. Fylkeslaget legger vekt på lokallagenes søknad innen trivsels-tiltak som styrker kontakten mellom lokallagene og medlemmene innad i laget.

Det årlige lokallagstreffet der ett lokallag inviterer de andre lokallagene prioriteres ved i tildelingen av midler for gjennomføringen av treffet, noe fylkesstyret ønsker å prioritere for å styrke samholdet mellom alle medlemmer og lokallag.

Det årlige og tradisjonelle lokallagstreffet kunne i 2023 gjennomføres på Fjørtofta i Haram.

## Verdensdagen for psykisk helse

10. oktober er som i alle år Verdensdagen for psykisk helse, en FN-dag som markeres over hele verden.

I Norge er Mental Helse koordinator for markeringen på oppdrag fra Helsedirektoratet. Flere lokallag markerte dagen i fylket med ulike samarbeidspartnere i sving. Hvert år bestemmes eget tema for markeringene.



VERDENSDAGEN  
FOR PSYKISK HELSE

## LOKALLAG OG MEDLEMSTALL 31.12.2023

|              |     |               |    |                   |            |
|--------------|-----|---------------|----|-------------------|------------|
| Fjord        | 61  | Rauma         | 22 | Ålesund           | 215        |
| Giske        | 40  | Skodje/Ørskog | 41 | Tilknyttet fylket | 24         |
| Haram        | 19  | Stranda       | 36 |                   |            |
| Hareid       | 12  | Sunndal       | 85 | <b>Totalt</b>     | <b>869</b> |
| Hustadvika   | 32  | Sykkylven     | 43 |                   |            |
| Kristiansund | 109 | Vestnes       | 17 |                   |            |
| Molde        | 89  | Volda/ Ørsta  | 24 |                   |            |

# Skolering av medlemmer og tillitsvalgte

Kunnskap om styringsdokumentene er viktig for å utføre et godt arbeid i organisasjonen. Mental Helse legger stor vekt på skolering av tillitsvalgte og medlemmer for å trygge dem i deres arbeid i lokallagene.

Styringsdokumentene er vedtatt på landsmøtet. Lokallagene inviteres av fylkesstyret til å komme med innspill til skoleringen. Når tema velges, legger fylkesstyret vekt på disse innspillene sammen med de sentrale føringene.

## Opplæringstilskudd (OT)

Lokallagene har mulighet til å registrere sine aktiviteter som voksenopplæring i Studieforbundet Funkis og motta tilskudd.

Mange lokallag har god aktivitet og mange tilbud til medlemmene som kan registreres som kurs gjennom Funkis.

Opplæringen skal tilpasses kursdeltakernes

spesielle behov, dvs. «fjerne hindringer» slik at de kan delta på kursene og få fullt utbytte. Spesiell tilrettelegging koster gjerne ekstra, og her kan laget søke ekstra tilskudd kalt tilretteleggingstilskudd (**TRT**).

Mental Helse Møre og Romsdal kom på en solid tredjeplass i 2023 når det gjelder antall gjennomførte studietimer i Mental Helse, og på tredjeplass av de 19 organisasjonene i vårt fylke som registrer kurs i Funkis. Fra 2022 til 2023 økte timetallet med ca 36 %.

Studieforbundet Funkis tok i januar 2021 i bruk et nytt elektronisk kurssystem, Funkis-Kurs, som forenkler rapportering av kursvirksomheten. Lokallag som ønsker bistand i registreringen, vil få det.

Studiearbeid er et prioritert område for Mental Helse. Særlig stimuleres det til opplæring i organisasjonsarbeid og brukermedvirkning. Mental Helse yter ekstra opplæringstilskudd til disse kursene i tillegg til tilskuddet. Studieforbundet Funkis gir.



## RAPPORTERTE STUDIETILTAK TIL STUDIEFORBUNDET FUNKIS I 2023:

### MH Møre og Romsdal

3 kurs  
18,75 timer

### MH Fjord

10 kurs  
107,25 timer

### MH Skodje/Ørskog

21 kurs  
141 timer

### MH Haram

2 kurs  
12,25 timer

### MH Kristiansund

13 kurs  
102 timer

### MH Giske

13 kurs  
134 timer

### MH Sykkylven

4 kurs  
25 timer

### MH Molde

3 kurs  
29 timer

### MH Vestnes

4 kurs  
33,5 timer

### Sum totalt

**73 kurs - 602,75 timer**

# Den nye frivilligheten



Mental Helse skal være en synlig og troverdig samfunnsaktør. Fylkesstyret jobber derfor for at hele organisasjonen skal være til stede på arenaer der vi kan påvirke samfunnet for å nå våre mål.

## Den nye frivilligheten

Mental Helse er blitt 45 år. Vi står sterkt i samfunnet i dag. Undersøkelser viser at befolkningen generelt samt kommuner og videregående har høy kjennskap til oss, vi opplever stigende medlemstall og har mange sympatisører.

Men samfunnet og frivilligheten endrer seg, og vi som organisasjon må utvikle oss hvis vi vil benytte det potensialet som ligger i frivilligheten og i vår sterke merkevare.

Med målrettet innsats kan vi gi enda flere folk gode aktivitetstilbud lokalt og bidra til felleskap og samhold. Vi kan bli en enda mer tydelig stemme i samfunnsdebatten, og sørge for at flere mennesker får mulighet til å leve et selvstendig liv og oppleve egenverd og mestring.

## Hovedmål

### **Mental Helse skal være et kraftsentrum for psykisk helse i Norge**

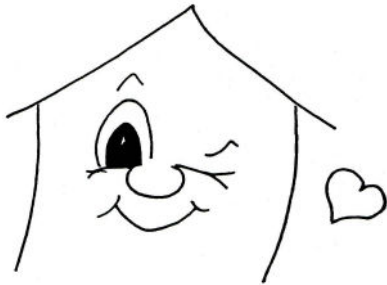
Hovedmålet tar opp i seg at Mental Helse skal være en proaktiv organisasjon, samtidig som vi er en vaktbikkje.

Vårt samfunnsoppdrag – «alle har en psykisk helse» betyr at vi skal påvirke og medvirke til alles psykiske helse.

Vi skal være en premissleverandør på alle nivåer og et nav for samarbeid med andre aktører. Vi skal være nyskapende, drive frem nye tjenester, nye prosjekter og ny forskning på feltet.

Mental Helse skal være til for medlemmene våre og alle de som har behov for tjenestene innenfor psykisk helse.

# Mental Helse Møre og Romsdals kompetansesenter



Fylkeslagets kompetansesenter holder til i Strandgata 3, sentralt mellom bussholdeplassen og fergeleiet i Molde.

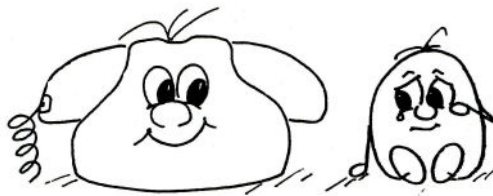
Tilstrømmingen av henvendelser både på telefon og på kontoret er stabilt økende. Leder, nestleder og styremedlemmer tilfører kontoret nødvendig erfaringskompetanse, og fremmer saker det skal arbeides med. I tillegg får vi innspill og utfordringer fra medlemmer, lag og samarbeidspartnere.

Kontoret fungerer som et kompetanse- og ressurscenter for brukere, medlemmer, lokallag, kommuner og Helseforetak i vårt område. Kontoret er (ut 2023) samlokalisert med organisasjonsrådgiveren og lokallaget i Molde, og slik får vi samlet kompetanse fra både fylkes- og lokallag under samme tak.

Både medlemmer og samarbeidspartnere finner veien til fylkeslagets kontor for informasjon og dialog.

# Noen av Mental Helse sine tjenester

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Hjelpetelefonen</b><br><br><small>Svartjeneste fra Mental Helse</small><br><b>116 123</b><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Telefon</li><li>• Døgnapent</li></ul> | <b>Foreldresupport</b><br><br><small>Svartjeneste fra Mental Helse</small><br><b>116 123</b><br><small>(Tast 2)</small><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Chat</li><li>• Telefon</li><li>• Døgnapent</li></ul> | <b>Studenttelefonen</b><br><br><small>Svartjeneste fra Mental Helse</small><br><b>116 123</b><br><small>(Tast 3)</small><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Chat</li><li>• Telefon</li><li>🕒 17-07 (ma.-sø.)</li></ul> | <b>Sidetmedord</b><br><br><small>Svartjeneste fra Mental Helse</small><br><b>sidetmedord.no</b><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Chat</li><li>• Forum</li><li>• Veiledning</li><li>• Vennetjeneste</li><li>• Døgnapent</li></ul> | <b>Arbeidslivstelefonen</b><br><br><small>Svartjeneste fra Mental Helse</small><br><b>225 66 700</b><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Chat</li><li>• Telefon</li><li>🕒 08.30–16.00 (ma.-fr.)</li><li>🕒 08.30–18.00 (to.)</li></ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse er et tiltak i regi av Mental Helse. Her jobbes det for at brukeres og pårørendes erfaringer tas i bruk i tjenestene innen psykisk helse og rus.

Det gjør senteret ved å samle, systematisere og formidle tjenestebukeres og pårørendes erfaringsbaserte kunnskap.

Les meir på: [www.erfaringskompetanse.no](http://www.erfaringskompetanse.no)



Ungdomstilbudet er førkommunalt og forebyggende, og tar sikte på å hjelpe unge «her og nå», før problemer får vokse seg for store. Frivillige i Headspace tilbyr samtaler, aktiviteter, samhold og mestring, i gruppe og alene.



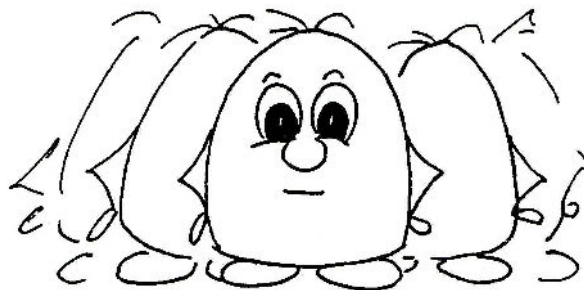
Undervisningsprogrammet er bygd på tung internasjonal forskning, utviklet av Karolinska instituttet i Stockholm og University of Colombia i USA. YAM er et program for skoleelever som fremmer samtale og diskusjon, utvikler ferdigheter for å møte livets vanskeligheter og øker kunnskap om psykisk helse. Vårt mål er å få inn YAM på alle ungdoms- og videregående skoler i fylket.



Medlemmene i INSJ forplikter seg til å gi minst én prosent av inntekten fra kommersielle samarbeid i sosiale medier til Mental Helse. Midlene vil gå til Mental Helses program YAM (Youth Aware of Mental Health).

INSJ ønsker å inspirere til en mer bærekraftig bransje ved å øke bevisstheten, heve kunnskapsnivået og gi oppmerksomhet til saker som betyr noe.

# Representasjon



## Brukerutvalget Helse Møre og Romsdal HF:

Lasse Alexander Olsen Honningsvåg, medlem og Liv Johanne Ekornes, vara

## Brukerutvalget ved St.Olavs Hospital:

Frode Wærøy

## Brukerutvalget NAV Møre og Romsdal:

Marie Ødegård Gjengstø, leder

## Helsefellesskap, Møre og Romsdal:

Faglig samarbeidsutvalg for digitale og e-helse: Stig Ålgårdstad

## Helsefellesskap, Møre og Romsdal:

Faglig samarbeidsutvalg for rehabilitering, Irene Sundholm, medlem

## Helsefellesskap, Møre og Romsdal:

Lokalt samarbeidsutvalg i Ålesund.

Frode Wærøy, medlem og

Anna Margrethe Drægebø Moe, vara.

## Helsefellesskap, Møre og Romsdal:

Lokalt samarbeidsutvalg i Molde.

Oddrun Beyer Holm, vara.

Klinikkrådet for psykisk helse i Helse Møre og Romsdal HF: Ingrid Løset

## Kvalitet og pasientsikkerhetsutvalget (KPU),

Helse Møre og Romsdal: Ingrid Løset

## Brukerutvalget Sykehuset Nordmøre

og Romsdal: Ingrid Løset

## Brukerutvalget Sykehusapotekene

i Midt Norge: Ingrid Løset

## Helsefellesskap, Møre og Romsdal:

Faglig samarbeidsutvalg for psykisk helsevern og rus: Ingrid Løset

## Brukerutvalget Muritunet:

Ingrid Løset, nestleder

## Kontrollkommisjonen, akuttavdeling Hjelset:

Oddrun Beyer Holm

## Brukerutvalget Helse Midt-Norge RHF:

Audun Gautvik

## Representanter Ledermøte Mental Helse:

Irene Sundholm, representant

Oddrun Beyer Holm, representant

## Kontrollutvalget Mental Helse:

Ingrid Løset, leder

Iver-Kåre Mjelve, medlem

## Sentralstyret Mental Helse:

Frode Wærøy, 1.vara

## Kurs og opplæringsutvalget (KUPP):

Anna Margrethe Drægebø Moe

Sølvi Hagen, medlem og sekretær

## Studieforbund Funkis Møre og Romsdal:

Anna Margrethe Drægebø Moe

styremedlem/studieleder

Sølvi Hagen styremedlem/sekretær

## (FFO) Møre og Romsdal:

Frode Wærøy, styremedlem

## Ungdomsrådet for Helse Møre og Romsdal

Benjamin Vågen, medlem til 01.06.23

***Mental Helse sin visjon:***

*Alle har rett til et meningsfylt liv og  
en opplevelse av egenverd  
og mestring.*



**MENTAL HELSE**  
Møre og Romsdal

**MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL**  
Strandgata 3  
6415 Molde

E-post: [mor@mentalhelse.no](mailto:mor@mentalhelse.no)  
Mob.: 976 86 279  
Organisasjonsnummer: 975 492 923  
Bankkontonummer: 9651 25 16111

[www.mentalhelse.no](http://www.mentalhelse.no)

# **Årsregnskap 2023**

## **Mental Helse Møre Og Romsdal**

# Resultatregnskap

## Mental Helse Møre Og Romsdal

| Driftsinntekter og driftskostnader        | Note | 2023             | 2022             |
|-------------------------------------------|------|------------------|------------------|
| Offentlige tilskudd og kontigenter        | 3, 4 | 1 110 861        | 1 069 700        |
| Annen driftsinntekt                       |      | 101 338          | 189 084          |
| <b>Sum driftsinntekter</b>                |      | <b>1 212 199</b> | <b>1 258 784</b> |
| Lønnskostnad                              | 5    | 108 448          | 254 979          |
| Annen driftskostnad                       | 4, 5 | 680 252          | 913 178          |
| <b>Sum driftskostnader</b>                |      | <b>788 700</b>   | <b>1 168 157</b> |
| <b>Driftsresultat</b>                     |      | <b>423 500</b>   | <b>90 627</b>    |
| <b>Finansinntekter og finanskostnader</b> |      |                  |                  |
| Annen renteinntekt                        |      | 20 566           | 7 821            |
| <b>Resultat av finansposter</b>           |      | <b>20 566</b>    | <b>7 821</b>     |
| <b>Resultat før skattekostnad</b>         |      | <b>444 066</b>   | <b>98 448</b>    |
| <b>Årsresultat</b>                        |      | <b>444 066</b>   | <b>98 448</b>    |
| <b>Overføringer</b>                       |      |                  |                  |
| Avsatt til annen egenkapital              |      | 444 066          | 98 448           |
| <b>Sum overføringer</b>                   |      | <b>444 066</b>   | <b>98 448</b>    |

# Balanse

## Mental Helse Møre Og Romsdal

| Eiendeler                              | Note | 2023             | 2022           |
|----------------------------------------|------|------------------|----------------|
| <b>Omløpsmidler</b>                    |      |                  |                |
| Bankinnskudd, kontanter o.l            |      |                  |                |
| Bankinnskudd, kontanter o.l.           |      | 1 432 545        | 989 275        |
| <b>Sum bankinnskudd, kontanter o.l</b> |      | <b>1 432 545</b> | <b>989 275</b> |
| <b>Sum omløpsmidler</b>                |      | <b>1 432 545</b> | <b>989 275</b> |
| <b>Sum eiendeler</b>                   |      | <b>1 432 545</b> | <b>989 275</b> |
| <b>Egenkapital og gjeld</b>            |      |                  |                |
| <b>Egenkapital</b>                     |      |                  |                |
| Opptjent egenkapital                   |      |                  |                |
| Annen egenkapital                      |      | 1 395 422        | 951 356        |
| <b>Sum opptjent egenkapital</b>        |      | <b>1 395 422</b> | <b>951 356</b> |
| <b>Sum egenkapital</b>                 |      | <b>1 395 422</b> | <b>951 356</b> |
| <b>Gjeld</b>                           |      |                  |                |
| <b>Kortsiktig gjeld</b>                |      |                  |                |
| Skyldig offentlige avgifter            |      | 8 769            | 11 229         |
| Annen kortsiktig gjeld                 |      | 28 354           | 26 690         |
| <b>Sum kortsiktig gjeld</b>            |      | <b>37 124</b>    | <b>37 919</b>  |
| <b>Sum gjeld</b>                       |      | <b>37 124</b>    | <b>37 919</b>  |
| <b>Sum egenkapital og gjeld</b>        |      | <b>1 432 545</b> | <b>989 275</b> |

Molde,        /        -2024  
Styret i Mental Helse Møre Og Romsdal

\_\_\_\_\_  
Irené Jenny Linnéa Sundholm  
styreleder

\_\_\_\_\_  
Anna Margrethe Drægebø Moe  
styremedlem

\_\_\_\_\_  
Oddrun Beyer Holm  
styremedlem

\_\_\_\_\_  
Nils Inge Holm  
styremedlem

\_\_\_\_\_  
Lasse Alexander Olsen Honningsvåg  
styremedlem

# Noter til regnskapet 2023

## Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak. Årsregnskapet er satt opp under forutsetningen om fortsatt drift .

## Inntekter

Inntekter registreres fortløpende etterhvert som de opptjenes.

## Klassifisering og vurdering av balanseposter

Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter balansedagen, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og antatt virkelig verdi.

Fordringer klassifiseres som omløpsmidler hvis de skal tilbakebetales i løpet av ett år. For gjeld er analoge kriterier lagt til grunn. Første års avdrag på langsiktige fordringer og langsiktig gjeld klassifiseres likevel ikke som omløpsmiddel og kortsiktig gjeld.

Enkelte poster er vurdert etter andre regler. Postene det gjelder vil være blant de postene som omhandles nedenfor.

## Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning for tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringene. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

## Skatt

Det foreligger ikke skatteplikt. Bakgrunnen for dette er at Mental Helse Møre & Romsdal er en ideell organisasjon som ikke driver økonomisk virksomhet.

## Note 2 Inaktive lokallag

Mental Helse Møre og Romsdal har mottatt kr. 10 664,- fra inaktive lag.

Midlene ble mottatt i 2022

Beløpet er sperret for videre bruk etter 3 år . Se vedtekter § 29.2

*Ved oppløsning av et lokallag skal lokallagets aktiva ivaretas av fylkeslaget i minimum 3 år, og kan i denne perioden anvendes til reorganisering av lokallaget eller aktivitet innenfor samme geografiske område*

## Note 3 - Mottatte tilskudd

|            |                    |         |
|------------|--------------------|---------|
| Konto 3400 | Helse Midt-Norge   | 550 000 |
| Konto 3408 | Mva kompensasjon   | 92 518  |
| Konto 3440 | M& R Fylkeskommune | 92 747  |
|            |                    |         |

I tillegg mottas det tilskudd fra Mental Helse sentralt ; kontingentandel, velferdsmidler , studiemidler, kursmidler

# Noter til regnskapet 2023

## Note 4 Regionrådssamling Midt og Nord og YAM-prosjekt

### Regionrådssamling Midt og Nord 2023

|                      |                |
|----------------------|----------------|
| Tilskudd 2023        | 110 270        |
| Tilbakebetalt andel  | 1 633          |
| Kreditrenter 2023    | 69             |
| <u>Sum inntekter</u> | <u>111 972</u> |

|                           |                |
|---------------------------|----------------|
| <u>Sum kostnader 2023</u> | <u>107 845</u> |
| <u>Resultat</u>           | <u>4 127</u>   |

|                                      |               |
|--------------------------------------|---------------|
| <u>I balansen</u>                    |               |
| Tilgode fra 2022                     | 23 430        |
| Inntekter 2023                       | 111 972       |
| Kostnader 2023                       | 107 845       |
| <u>Tilgode på bankkonto 31.12.23</u> | <u>27 557</u> |

Beløpet som er tilgode i banken er merket til videre bruk for regionråd samlinger for 2024. Overskuddet tilføres bankkonto

### Prosjekt YAM

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| Prosjektmidler       | 0            |
| Kredittrenter 2022   | 1 700        |
| <u>Sum Inntekter</u> | <u>1 700</u> |
| <u>Resultat</u>      | <u>1 700</u> |

|                                 |                |
|---------------------------------|----------------|
| <u>I balansen</u>               |                |
| Tilgode fra 2022                | 200 461        |
| Innskudd bankkonto              |                |
| <u>Kredittrenter 2023</u>       | <u>1 700</u>   |
| <u>Tilgode på bank 31.12.23</u> | <u>202 161</u> |

Disse midlene er øremerket til videre bruk for prosjektet YAM

## Note 5 Lønnskostnader, antall ansatte, godtgjørelser, lån til ansatte mm

| <u>Lønnskostnader</u> | <u>2023</u>    | <u>2022</u>    |
|-----------------------|----------------|----------------|
| Lønninger             | 88 220         | 218 315        |
| Arbeidsgiveravgift    | 13 226         | 31 064         |
| Pensjonskostnader     | 7 001          | 5 600          |
| Andre ytelser         | 0              | 0              |
| <u>Sum</u>            | <u>108 448</u> | <u>254 979</u> |

Gjennomsnittlig antall årsverk sysselsatt i regnskapsåret 0,5

# PENNEO

Signaturene i dette dokumentet er juridisk bindende. Dokument signert med "Penneo™ - sikker digital signatur". De signerende parter sin identitet er registrert, og er listet nedenfor.

"Med min signatur bekrefter jeg alle datoer og innholdet i dette dokument."

## Oddrun Beyer Holm

### Styremedlem

På vegne av: Mental Helse Møre og Romsdal

Serienummer: 9578-5997-4-929257

IP: 193.212.xxx.xxx

2024-03-13 09:59:15 UTC



## Irené Jenny Linnéa Sundholm

### Styreleder

På vegne av: Mental Helse Møre og Romsdal

Serienummer: UN:NO-9578-5998-4-1414871

IP: 193.212.xxx.xxx

2024-03-13 10:04:31 UTC



## Lasse Alexander Honningsvåg

### Styremedlem

På vegne av: Mental Helse Møre og Romsdal

Serienummer: 9578-5998-4-3172415

IP: 84.213.xxx.xxx

2024-03-13 16:24:37 UTC



## Anna Margrethe Drægebø Moe

### Styremedlem

På vegne av: Mental Helse Møre og Romsdal

Serienummer: 9578-5993-4-2530845

IP: 83.243.xxx.xxx

2024-03-14 14:58:10 UTC



## Nils Inge Holm

### Styremedlem

På vegne av: Mental Helse Møre og Romsdal

Serienummer: 9578-5998-4-856488

IP: 83.243.xxx.xxx

2024-03-15 11:41:48 UTC



Dokumentet er signert digitalt, med **Penneo.com**. Alle digitale signatur-data i dokumentet er sikret og validert av den datamaskin-utregnede hash-verdien av det opprinnelige dokument. Dokumentet er låst og tids-stemplet med et sertifikat fra en betrodd tredjepart. All kryptografisk bevis er integrert i denne PDF, for fremtidig validering (hvis nødvendig).

#### Hvordan bekrefter at dette dokumentet er originalen?

Dokumentet er beskyttet av ett Adobe CDS sertifikat. Når du åpner dokumentet i

Adobe Reader, skal du kunne se at dokumentet er sertifisert av **Penneo e-signature service** <penneo@penneo.com>. Dette garanterer at innholdet i dokumentet ikke har blitt endret.

Det er lett å kontrollere de kryptografiske beviser som er lokalisert inne i dokumentet, med Penneo validator - <https://penneo.com/validator>

# Uavhengig revisors beretning

Til Årsmøtet i Mental Helse Møre og Romsdal

## Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet til Mental Helse Møre og Romsdal.

|                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Årsregnskapet består av:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Balanse per 31. desember 2023</li><li>Resultatregnskap for 2023</li><li>Noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.</li></ul> | <p>Etter vår mening:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og</li><li>Gir årsregnskapet et rettviseende bilde av foreningens finansielle stilling per 31. desember 2023, og av dens resultater for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.</li></ul> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av foreningen i samsvar med kravene i relevante lover og forskrifter i Norge og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

## Styrets ansvar for årsregnskapet

Styret(ledelsen) er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til foreningens evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avviklet.

## Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan



forventes å påvirke de økonomiske beslutningene som brukerne foretar på grunnlag av årsregnskapet.

For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til:  
<https://revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>

BDO AS

Morten Sekkesæter  
statsautorisert revisor  
(elektronisk signert)

# PENNEO

Signaturene i dette dokumentet er juridisk bindende. Dokument signert med "Penneo™ - sikker digital signatur". De signerende parter sin identitet er registrert, og er listet nedenfor.

"Med min signatur bekrefter jeg alle datoer og innholdet i dette dokument."

## Morten Polden Sekkesæter

### Partner

På vegne av: BDO

Serienummer: UN:NO-9578-5997-4-612350

IP: 188.95.xxx.xxx

2024-03-18 08:47:52 UTC



Dokumentet er signert digitalt, med **Penneo.com**. Alle digitale signatur-data i dokumentet er sikret og validert av den datamaskin-utregnede hash-verdien av det opprinnelige dokument. Dokumentet er låst og tids-stemplet med et sertifikat fra en betrodd tredjepart. All kryptografisk bevis er integrert i denne PDF, for fremtidig validering (hvis nødvendig).

#### Hvordan bekrefter at dette dokumentet er originalen?

Dokumentet er beskyttet av ett Adobe CDS sertifikat. Når du åpner dokumentet i

Adobe Reader, skal du kunne se at dokumentet er sertifisert av **Penneo e-signature service** <penneo@penneo.com>. Dette garanterer at innholdet i dokumentet ikke har blitt endret.

Det er lett å kontrollere de kryptografiske beviser som er lokalisert inne i dokumentet, med Penneo validator - <https://penneo.com/validator>

# Handlingsplan 2024-2026



MENTAL HELSE  
Møre og Romsdal



[mor@mentalhelse.no](mailto:mor@mentalhelse.no)

# Fokus

Mental Helse er bygget på lokale krefter, og det er viktig å styrke våre lokallag for å oppnå vekst.

## Alle har en psykisk helse

Vårt samfunnsoppdrag er at vi skal sette den politiske og faglige dagsorden innen psykisk helse.

## Fellesskap og samhold

Med målrettet innsats kan vi bidra til økt fellesskap og samhold gjennom etablering av flere gode aktivitetstilbud lokalt.

### LIKEVERD

fordi alle mennesker har like stor verdi og skal ha like muligheter og rettigheter.

### ÅPENHET

fordi åpenhet sammen med kunnskap bidrar til å få bort myter og hindre stigmatisering.

### RESPEKT

fordi vi ønsker et samfunn som anerkjenner det enkelte menneskes ressurser og muligheter.

### INKLUDERING

fordi alle mennesker skal oppleve at de er betydningsfulle for fellesskapet.

# Kommunikasjon, påvirkning og synlighet



*Vi ønsker å bli en større og mer solid organisasjon med flere aktive medlemmer.*

Gjennom politisk påvirkningsarbeid og synlighet bidrar Mental Helse til å nyansere og påvirke myndighetenes politikk.

Vårt mål er at Mental Helse skal sette den politiske og faglige dagsorden innenfor psykisk helse.

Vår kommunikasjon skal bygge på organisasjonens grunnverdier og de etiske retningslinjer. Vi ønsker en organisasjon der kommunikasjon både internt og eksternt er forståelig, synlig og ivaretar våre verdier.

# Brukermedvirkning

Mental Helses verdier ligger til grunn i alle saker vi kjemper for.  
Derfor er enhver kampsak en kamp for våre verdier.

Brukermedvirkning er en lovfestet rettighet. Mental Helse Møre og Romsdal er opptatt av hvordan brukermedvirkning kan bli ivaretatt for å påvirke egen behandling og for å benytte brukererfaringer til å utforme gode og målrettede tjenestetilbud.



## NETTVERK

Det er viktig å tilrettelegge for gode nettverk for brukerrepresentantene. Målet er å bidra til erfaringsutveksling og kunnskap om satsingsområder for Mental Helse.

Mental Helse er opptatt av å gi kunnskap og trygghet i rollen som brukerrepresentant for vår organisasjon.

Mental Helse arbeider for å tilrettelegge for god registrering og oppfølging av våre brukerrepresentanter.

## HVA OPPNÅR VI?

Mental Helse erfarer ofte at det er manglende kunnskap om brukervedvirkning på systemnivå.

Videre erfarer vi også at det er knyttet stor usikkerhet til hvilke krav som kan settes til brukerrepresentantene.

Brukermedvirkning bidrar til bedre og mer målrettede behandling og tjenester. Det sikrer også kvalitetsmessig bedre tjenestetilbud innen psykisk helsearbeid.



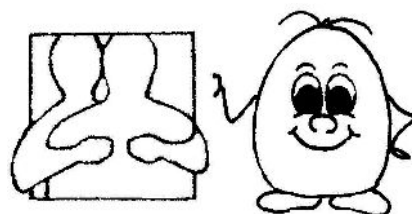
## MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- Mental Helse skal være den foretrukne organisasjonen på brukervedvirkning innen psykisk helse og skal ha eierskap til å oppnevne egne brukerrepresentanter
- brukervedvirkning skal være en naturlig del i prosjekter og forskningsgrupper, og involveringen skal inkluderes tidlig i prosessen
- erfaringskonsulenter ikke skal erstatte brukervedvirkere fra organisasjonene

# Politikk, kjernesaker og verdier

Mental Helses verdier ligger til grunn i alle saker vi kjemper for. Derfor er enhver kampsak først og fremst en kamp for våre verdier.

Mental Helse skal være en tydelig og troverdig aktør i den offentlige debatten.



## PÅVIRKNING

Fylkesstyret vil påvirke direkte og indirekte i politikken gjennom innspill i sosiale medier, møte på debatter, delta på konferanser og temamøter.

## SYNLIGHET

Mental Helse Møre og Romsdal skal jobbe for at alle lokal-lag blir mer synlig.

## HØRINGER

Fylkesstyret gir høringsuttalelser i aktuelle saker som omhandler Mental Helses kjernesaker.

## KAMPANJER

Mental Helse Møre og Romsdal vil sette fokus på kvaliteten i psykisk helsevern og ha fokus på selvmordsforebygging.

## KOMMUNIKASJON

Mental Helse skal ha åpenhet både internt og eksternt.

Mental Helse prioriterer opplæring og kompetanseheving for å bli en tydeligere samfunnsaktør.

## BARN OG UNGDOM

Forebygging av psykiske helseutfordringer må starte tidlig. Barn og unge må få tilstrekkelig kunnskap om psykisk helse og lære om utfordringer de kan støte på gjennom livet. De trenger redskap og verktøy til å håndtere stress, kriser og vanskelige livsutfordringer. Mental Helse kan bidra til livsmestring gjennom programmet YAM.

## SELMORDSFOREBYGGING

Mental Helse mener at ved å styrke psykiske helsetjenester vil man redusere antall selvmord. Kommunene og spesialisthelsetjenestene må settes i stand til å jobbe med en nullvisjon.

Det kreves handling og ressurser for å iverksette forebyggende tiltak.

## ELDRE OG PSYKISK HELSE

Ofte er de kommunale tilbudene svært mangelfulle. De kan i blant innebære en blanding av personer med demens og pasienter med psykiske helseutfordringer. De eldre må sikres et forsvarlig helsetilbud av god kvalitet basert på de eldres egne behov.



## UGDOMS KUNNSKAP OM PSYKISK HELSE

Gjennomføring av det helsefremmede og preventive undervisningsprogrammet YAM for psykisk helse blant unge er godt i gang flere steder i landet. Programmet for skoleelever fremmer samtale og diskusjon, utvikler ferdigheter for å møte livets vanskeligheter og øker kunnskapen om psykisk helse.

## MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- Satse videre på gjennomføring av YAM i ungdomsskolene
- Effektive selvmordsforebyggende tiltak må gjennomføres
- Gode lavterskeltilbud i alle kommuner
- Eldre må få et helsetilbud basert på den enkeltes behov

# SAMARBEID OG STYRKING AV ORGANISASJONEN

Vi ønsker å bli en større og mer solid organisasjon med flere aktive medlemmer og frivillige.



## FADDERORDNINGEN

Kontakten mellom lokallagene styrkes og holdes vedlike gjennom en god og strukturert fadderordning.

## TILHØRIGHET

Gjennom inkludering skal alle medlemmene kunne føle tilhørighet i Mental Helse.

Alle som ønsker det skal gis mulighet til å bidra og være en ressurs for organisasjonen.

## NYETABLERTE LOKALLAG

Mental Helse Møre og Romsdal og Mental Helse sentralt bidrar med tilskudd til nyetablerte lag for å gi dem litt handlingsrom i begynnerfasen.

Gjennom økt samarbeid og samhandling mellom lokallagene, kan organisasjonen styrkes.

## BARN OG UNGE

Styrke satsingen på barn og unge, gjennom samarbeid med prosjektledelsen i YAM (Youth Aware of Mental Health).

Langsiktig mål er å gjennomføre YAM i ungdomsskolene i fylket.

## HEADSPACE

Stadig flere ungdommer opplever psykiske utfordringer. Så mange som én av fire sier at de er lite fornøyd med livet. Nå etableres Headspace Norge, en møteplass der ungdom kan få hjelp så tidlig som mulig.

Headspace er et nasjonalt pilotprosjekt som i første omgang rulles ut i fire kommuner rundt om i landet. Målet er å etablere et før-kommunalt lavterskeltilbud som fanger opp ungdommer som i dag befinner seg i en gråsone.

### LEDERMØTE I FYLKET

Ledermøtet er viktig for samarbeidet mellom fylkes- og lokallagene. Ledermøtet er en arena for innspill fra lokallagene og er med på å skape forståelse og samhold i fylket vårt.

### ERFARINGSKOMPETANSE

Medlemmenes kompetanse, erfaring og ressurser er viktig for å styrke organisasjonen.

### ØKONOMI

Stabil økonomi og gode rutiner er viktig for å sikre drift av organisasjonen.

### LIKEPERSONER

Lokallagene tilbys opplæring i likepersonsarbeid og rapportering av likepersonsaktiviteter. Registrering av aktiviteter en gjennomfører gir midler til økt aktivitet.

### REGISTRERING AV KURS I LOKALLAGENE

I lokallagene gjennomføres mange aktiviteter som gir læring. Disse kan registreres som kurs i Studieforbundet Funkis sitt kurssystem FunkisKurs og gi midler til nye aktiviteter.



## MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- Stimulere til økt samarbeid og samhold mellom lokallagene
- Styrke og holde vedlike kontakten med lokallagene
- Bidra med økonomisk støtte til nyetablerte lokallag
- Satse på økt kompetanse i hele fylket
- Arbeide for et bedre samfunn for alle



*Mental Helse er bygget på lokale krefter og det er viktig å ha aktive og synlige lokallag for å oppnå vekst. Det kan gjøres gjennom gode lokale aktiviteter som styrker frivilligheten, øker fellesskapet og samhold.*

### ORGANISASJONSKUNNSKAP

Fylkeslaget vil satse på opplæring i organisasjonsarbeid, både gjennom regionale samlinger i fylket og gjennom Teams.

### REKRUTTERING OG INTEGRERING

En god og trygg organisasjonskultur med mulighet for

utvikling og personlig vekst er viktig. Det vil ha en positiv påvirkning på rekrutteringen og forebygge frafall av tillitsvalgte og ildsjeler.

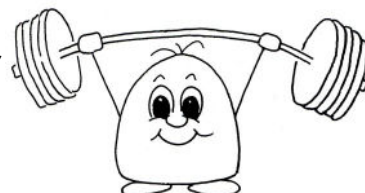
Mental Helse Møre og Romsdal vil arbeide for at kompetansen om problemstillinger og utfordringer for minoriteter, flyktninger og innvandrede styrkes.

## MENTAL HELSE MØRE OG ROMSDAL VIL:

- *Styrke samarbeidet innad i egen organisasjon ved å benytte mer av egen kompetanse og egne ressurser*
- *Delta aktivt i fora der vi er representert og bruke disse til å sette fokus på saker som er viktige for oss*
- *Videre styrking av samarbeid med helse- og omsorgstjenestene*
- *Ventetid for behandling på BUP må reduseres. Barn og unge skal aldri behøve å stå i kø for behandling*

# Samarbeid gir styrke...

*Vi skal arbeide for å synliggjøre vår visjon, våre verdier og våre mål.*



## LEDERMØTE SENTRALT

Er rådgivende organ mellom landsmøtene hvor lederne og nestlederne i fylkesstyrene og sentralstyret møtes til samtaler og debatt rundt virksomhetens drift og politikk.

## REGIONRÅD

To ganger i året møtes fylkeslagene i Midt-/ og Nord-Norge til regionrådsmøte.

I møtene samordnes politisk påvirkningsarbeid på regionalt nivå. Det bidrar til å styrke samarbeidet i kontakten opp mot de regionale helseforetak og brukerutvalg.

## VERDENSDAGEN

En nasjonal befolkningskampanje om psykisk folkehelse som markeres over hele landet fra uke 39-42 hvert år. Verdensdagen for psykisk helse er vår merkedag.

I oktober vil mange av våre lokalag markere dagen gjennom flotte lokale arrangement.

## FUNKSJONSHEMMEDES FELLESORGANISASJON - FFO

FFO er en paraplyorganisasjon for personer med funksjonsnedsettelse, kronisk sykdom og pårørende.

MH Møre og Romsdal samarbeider med FFO blant annet om kurs i brukermedvirkning.

## STUDIEFORBUNDET FUNKIS

Vårt hovedformål er voksenopplæring og vi fordeler statlige voksenopplæringsmidler til våre medlemsorganisasjoner som driver kursvirksomhet utenfor det formelle utdanningssystemet.



**Mental Helse Møre og Romsdal**

Strandgata 3, 6415 Molde

**Mob.:** 976 86 279

**E-post:** [mor@mentalhelse.no](mailto:mor@mentalhelse.no)

**Org.nr.:** 975 492 923

**Kontonr.:** 9651 25 16111

[www.mentalhelse.no/more-og-romsdal](http://www.mentalhelse.no/more-og-romsdal)

# SAK 6/24 - BUDSJETT - Mental Helse Møre og Romsdal

| Driftsinntekter            |                                                    | 2025             | 2024             | 2023                |
|----------------------------|----------------------------------------------------|------------------|------------------|---------------------|
| 3400                       | Helse Midt-Norge RHF                               | 550 000          | 550 000          | 550 000,00          |
| 3406                       | Regionsamling Midt og Nord                         |                  |                  | 100 270,00          |
| 3408                       | MVA kompensasjon                                   | 100 000          | 75 000           | 92 518,00           |
| 3410                       | Velferdsmidler MH                                  | 60 000           | 60 000           | 91 000,00           |
| 3430                       | Studiemidler - Studieforbundet Funkis              | 40 000           | 40 000           | 32 830,00           |
| 3435                       | St Funkis MR - fylkestils basert på timer          | 10 000           | 10 000           | 11 729,00           |
| 3440                       | Møre og Romsdal Fylkeskommune                      | 90 000           | 90 000           | 92 747,20           |
| 3441                       | FFO Møre og Romsdal - tilskudd felles kurs         |                  |                  | 20 000,00           |
| 3445                       | Likepersonstilskudd                                | 2 000            | 2 000            | 1 251,00            |
| 3446                       | Lotteri- og stiftelsestilsynet                     |                  |                  | 2 070,00            |
| 3447                       | Gjensidigestiftelsen - del av overskudd            |                  |                  | 256,00              |
| 3700                       | Kontingentandel                                    | 110 000          | 110 000          | 116 190,00          |
| 3701                       | Gaver/andre inntekter                              |                  |                  | 1 500,00            |
| 3701                       | Egenandeler - årsmøte - observatører               | 16 000           | 16 000           |                     |
| 3703                       | Egenandeler - kurs                                 | 30 000           | 30 000           | 24 930,00           |
| 3704                       | Norsk Tipping - Grasrotandel                       | 6 000            | 6 000            | 10 287,53           |
| 3810                       | Refusjon av utg - fordeling av strøm skriver bredb | 35 000           | 35 000           | 64 620,44           |
| <b>SUM Driftsinntekter</b> |                                                    | <b>1 049 000</b> | <b>1 024 000</b> | <b>1 212 199,17</b> |

| Lønnskostnader            |                                   |                 |                 |                     |
|---------------------------|-----------------------------------|-----------------|-----------------|---------------------|
| 5000                      | Lønn                              | -230 000        | -225 000        | - 207 086,26        |
| 5100                      | Feriepenger                       | -27 600         | -27 000         | - 24 849,22         |
| 5400                      | Arbeidsgiveravgift                | -27 000         | -27 000         | - 9 722,65          |
| 5405                      | Arbeidsgiveravgift av feriepenger | -3 000          | -3 000          | - 3 503,83          |
| 5420                      | Innberettet tjenestepensjon       | -5 000          | -5 000          | - 7 001,00          |
| 5802                      | Møtkonto Refusjon sykepenger      |                 |                 | 143 715,00          |
| <b>SUM Lønnskostnader</b> |                                   | <b>-292 600</b> | <b>-287 000</b> | <b>- 108 447,96</b> |

| Andre Driftskostnader            |                                                  |                   |                   |                     |
|----------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------|-------------------|---------------------|
| 6300                             | Husleie                                          | -80 000           | -78 000           | - 75 600,00         |
| 6340                             | Strøm                                            | -22 000           | -22 000           | - 20 247,09         |
| 6400                             | Multiskriver - serviceavtale leie Konica Minolta | -30 000           | -30 000           | - 27 993,25         |
| 6700                             | Revisjonshonorar                                 | -50 000           | -50 000           | - 42 218,50         |
| 6705                             | Lønnsføring - Admento                            | -23 000           | -23 000           | - 22 479,00         |
| 6510                             | Innkjøp av pc - elektronikk                      |                   |                   | - 20 480,59         |
| 6800                             | Kontorrekvisita                                  | -4 000            | -4 000            | - 2 703,55          |
| 6860                             | Eksterne møter/kurs                              | -5 000            | -5 000            | - 1 479,00          |
| 6861                             | Sentrale konferanser                             | 0                 | 0                 | - 13 445,00         |
| 6890                             | Andre kontorkostnader                            |                   |                   | - 2 317,50          |
| 6900                             | Internett - bredbånd                             | -20 000           | -16 000           | - 22 618,75         |
| 6903                             | Mobiltelefon og fasttelefon                      | -15 000           | -12 000           | - 13 616,01         |
| 6940                             | Porto                                            | -500              | -500              | - 144,00            |
| 7140                             | Reiseutgifter ikke oppg pl                       | -80 000           | -70 000           | - 36 204,75         |
| 7400                             | Kontingenter lokallag                            | -45 000           | -45 000           | - 59 473,00         |
| 7402                             | Velferdsmidler lokallag                          | -40 000           | -40 000           | - 19 800,00         |
| 7420                             | Gaver - oppmerksomhet                            | -5 000            | -5 000            | - 16 889,60         |
| 7500                             | Forsikringer, ansatt og inventar                 | -3 000            | -3 000            | - 2 659,00          |
| 7710                             | Fylkestyret, styresamling m.m.                   | -10 000           | -10 000           | - 8 574,87          |
| 7712                             | Arbeidsutvalget div utg m.m.                     | -3 000            | -3 000            | - 5 459,25          |
| 7715                             | Ledermøte i MH MR f lag                          | -15 000           | -15 000           | - 16 390,00         |
| 7722                             | Regionsamling Midt og Nord                       | -100 000          | -100 000          | - 92 802,70         |
| 7723                             | Valgkomite reiser m.m.                           | -2 000            | -2 000            |                     |
| 7730                             | Fylkesårsmøte                                    | -60 000           | -60 000           | - 53 903,51         |
| 7732                             | Landsmøte                                        | -17 500           | -35 000           | 0                   |
| 7733                             | Landskonferansen MH                              | -15 000           | 0                 | - 5 192,50          |
| 7740                             | Kurs for lokallagene                             | -107 400          | -104 500          | - 92 769,73         |
| 7761                             | Kontordager leder reiser m.m.                    |                   |                   | - 568,00            |
| 7770                             | Bankomkostninger                                 | -4 000            | -4 000            | - 3 862,50          |
| <b>SUM Andre Driftskostnader</b> |                                                  | <b>-1 049 000</b> | <b>-1 024 000</b> | <b>- 788 339,61</b> |
| <b>Resultat</b>                  |                                                  | <b>0</b>          | <b>0</b>          | <b>450,00</b>       |

48000