

PRESSEMELDING

Mental Helse Troms og Finnmark samles i Lakselv

2.–4. oktober samler Mental Helse Troms og Finnmark lokallag og samarbeidspartnere til høstsamling på Verdde Hotell i Lakselv. Psykisk beredskap, psykisk helse, samisk identitet, brukermedvirkning og kunst som terapi står sentralt gjennom helga.

Mental Helse Troms og Finnmark ønsker å bli en tydeligere og mer relevant organisasjon også i de samiske kjerneområdene. Høstsamlingen i Lakselv blir en viktig del av dette arbeidet.

– Skal vi være en organisasjon for hele Troms og Finnmark, må samiske perspektiver være en naturlig del av arbeidet vårt. Vi ønsker ikke å komme med ferdige svar, men å lytte, lære og bygge relasjoner med mennesker, kommuner og organisasjoner som kjenner lokalsamfunnene, sier fylkesleder Merethe Saga Lønnum.

Sterke røtter – samisk identitet og psykisk helse

Et sentralt tema under samlingen er «**Sterke røtter – samisk identitet og psykisk helse**». Her ønsker Mental Helse Troms og Finnmark å løfte betydningen av kultur, språk, identitet, røtter og tilhørighet for psykisk helse.

– Hvem vi er, hvor vi kommer fra og følelsen av å høre til kan ha stor betydning for hvordan vi har det. Derfor trenger vi også større bevissthet og mer kunnskap om samiske perspektiver i arbeidet med psykisk helse, sier Lønnum.

Hva betyr psykisk beredskap i nord?

Årets høstsamling har også et tydelig fokus på **psykisk beredskap**.

– I nord er vi vant til å tenke beredskap. Men hva med vår psykiske beredskap? Hva har vi som mennesker og lokalsamfunn på plass før livet blir vanskelig? Relasjoner, kunnskap, tilhørighet og gode fellesskap kan være en viktig del av den beredskapen, sier Lønnum.

Lørdag åpnes kunstutstillingen «**Kunst som psykisk beredskap**» på **Banak senteret lørdag 3. oktober**. Gjennom kunst og kulturelle uttrykk ønsker organisasjonen å utforske hvordan skapende aktivitet kan gi rom for uttrykk, mestring, refleksjon og fellesskap.

Temaet følges videre i lokallagssamlingen gjennom innlegg og paneldebatt om psykisk beredskap og kunstens betydning.

De som kjenner utfordringene, må også få påvirke løsningene

Brukermedvirkning får også en sentral plass under høstsamlingen.

For Mental Helse Troms og Finnmark handler brukermedvirkning om mer enn å bli hørt. Mennesker med egne erfaringer fra psykiske helseutfordringer og møte med tjenestene sitter med kunnskap som må få betydning når tilbud og tjenester utvikles.

– Vi snakker ofte om erfaringskompetanse. Den kunnskapen mennesker får gjennom egne erfaringer, må verdsettes og brukes. Skal vi utvikle gode tjenester og gode lokalsamfunn, må de det gjelder få være med rundt bordet – ikke bare bli spurt når beslutningene allerede er tatt, sier Lønnum.

Dette gjelder også Mental Helses Troms og Finnmark sitt eget arbeid.

– Skal vi lykkes bedre i samiske kjerneområder, må vi praktisere det vi selv snakker om. Vi må lytte til mennesker som bor der, og bygge videre sammen med dem.

Bygger lokallag og fellesskap

Mental Helse Troms og Finnmark arbeider samtidig aktivt med å utvikle organisasjonen i regionen. De siste årene har fylkeslaget både startet nye lokallag og restartet lag som tidligere har ligget nede.

Høstsamlingen inneholder derfor også kurs, organisasjonsarbeid og erfaringsutveksling mellom lokallagene.

– Vi ønsker sterke lokallag som kjenner sine egne lokalsamfunn. Det er der mennesker møtes, relasjoner bygges og ideer blir til aktivitet. Høstsamlingen handler derfor like mye om å bygge fellesskap som å fylle et program, sier Lønnum.

Mental Helse Troms og Finnmarks høstsamling arrangeres på Verdde Hotell i Lakselv 2.–4. oktober.

Kontakt:

Merethe Saga Lønnum

Fylkesleder, Mental Helse Troms og Finnmark

Tlf. 91536078

E-post: tromsogfinnmark@mentalhelse.no