

Mental Helse Trøndelag

**Velkommen til
Mental Helse Trøndelag Årsmøte**

13. April 2024

**Quality Hotel Prinsen
Trondheim**



MENTAL HELSE



Dagsorden Mental Helse Trøndelag årsmøte 2024

Lørdag 13.April.2024 Kl:10.00.

Quality Hotel Prinsen

Saksliste:

- Sak 1: Åpning/konstituering.
- 1.1 navnefortegnelse over medlemmer med gyldig medlemskap
 - 1.2 godkjenning av innkalling og dagsorden
 - 1.3 valg av møteleder og sekretær for årsmøtet
 - 1.4 fastsettelse av forretningsorden
 - 1.5 valg av to protokollunderskrivere
 - 1.6 valg av tellekorps
- Sak 2: Årsmelding for årsmøteperioden.
- Sak 3: Revidert regnskap for forrige kalenderår.
- Sak 4: Fastsettelse av honorar / godtgjørelse for styret.
- Sak 5: Saker foreslått etter § 18.4.
- Sak 6: Handlingsplan til neste ordinære årsmøte.
- Sak 7: Budsjett for inneværende kalenderår.
- Sak 8: Valg.
- Valgkomiten legger fram sitt forslag

Forretningsorden

1. Møteleder leder årsmøtets saksbehandling. Møteleder har rett til å stille forslag om ordskiftets avslutning.
2. Alle som ønsker ordet, må gi tegn ved og vise delegatskiltet. Årsmøtedeltagerne har rett til å ta ordet inntil to ganger i samme sak. Taletiden settes til tre minutter første gang, og til to minutter annen gang.
3. Alle forslag må leveres skriftlig til møteleder, undertegnet med hvilken sak det gjelder og navn på forslagstilleren. Etter at det er vedtatt å sette strek, kan det ikke fremsettes nye forslag. Forslag som ikke har forbindelse med de saker som er oppført på dagsorden, kan ikke behandles.
4. Årsmøtet er åpent for observatører uten tale-, forslag- og stemmerett

ÅRSMELDING 2023

Mental Helse Trøndelag



Leder'n har ordet

Da har vi lagt bak oss et nytt år. Det har til tider vært krevende og mye jobb, men med en innstilling om at utfordringer løser vi sammen så går det bra.

Vi er en organisasjon i utvikling, når det ikke blir bevilget nok penger fra politikerne til å drifte organisasjonen som den har vært, må det nedskjæring til og det gjør at også fylkes og lokallag må jobbe på en annen måte. Frivilligheten trekkes mer inn i lagene som en ressurs.

Fylkeslaget var en periode uten sekretær, da var det ekstra krevende tid. Nå har vi ansatt Tonje Kvam som fylkessekretær, hun er veldig dyktig. Engasjerer seg veldig i lokallag og vil gjerne bidra med å få opp aktiviteter.

Ellers er det gledelig at fylkeslaget har lyktes med å få flere lokallag i nye kommuner. Mange lokallag gjør en fantastisk jobb ut mot sine lokalsamfunn, og det settes stor pris på blant befolkningen i kommunene.

Det er med glede vi nå ser at det sentralt settes ekstra fokus på brukermedvirkning. Dette er en stor etterspørsel av brukermedvirkere på flere plan i fylke vårt, og vi klarer ikke å dekke opp alle etterspørsler.

Håp for fremtiden er at vi fortsatt vil ha engasjerende medlemmer i styrene som kan og vil sette av tid til den viktige jobben vi gjør

Anna E. Opheim
Leder
Mental helse Trøndelag

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.

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.

Fylkesstyret:

for perioden 15.April 2023 - 13.april 2024:

Leder:	Anna-Elise Opheim (Au)	Skaun
Nestleder Og Studieleder:	Anders Øyan (Au)	Stjørdal
Styremedlemmer:	Beate Moksnes (Trakk seg)	Verdal
	Alexander Daniel Johansen	Verdal
	Linda Mari Hogstad	Stjørdal
Vara:	1. Aud Irene Hepsø (Au)	Heim
	2. Ole Jørgen Dekkerhus	Namsos
	3. Eli Olise Frøseth	Skaun

Beate Moksnes tok ut permisjon i juli og trakk seg i Sep.
Aud Irene Hepsø rykket opp som styremedlem fra juli.

Valgkomite:

Leder:	Vårin Sørmealand	Melhus
Medlem:	Trond Ivar Andreassen	Stjørdal
Medlem:	Sissel Bøkseth	Skaun
Vara:	Audhild Gjerde	Heim

Sekretær: 50 % stilling
Revisorer: BDO Steinkjer

Økonomi:

Mental Helse Trøndelag har god økonomi. Mental Helse Trøndelag får i hovedsak sine inntekter fra Helse Midt Norge, andel av medlemskontingent, og velferdstilskudd fra Mental Helse. I tillegg får vi gaver, egenandeler og grasrotmidler.

Møter:

Det er avholdt 10 styremøter (fysisk og digitalt) i denne perioden.

Det har vært et regionrådsmøte i perioden.

Det har vært to ledermøter i perioden.

Styre har gjennomført et styreseminar.

Vi deltok på Ruskonferansen.

Vi deltok på FFO Trøndelag sitt årsmøte.

Vi deltok på «Bruker- og etat møtes» 2023.

Vi representerte på Kim Senteret sitt 25 års jubileum.

Mental Helse Trøndelag

Pr. 31.12.23 har vi 854 medlemmer og har lokallag i følgende kommuner:
Frøya, Grong, Heim Høylandet, Inderøy, Levanger, Melhus, Midtre Gauldal, Namsos, Oppdal Overhalla, Skaun, Snåsa, Stjørdal, Steinkjer Trondheim, Verdal, Ytre Namdal og Åfjord.

Mental Helse Trøndelag

Sjøfartsgata 3
7714 Steinkjer
992 35 100

trondelag@mentalhelse.no

Leder:
Anna-Elise Opheim

www.mentalhelse.no

Org.nr
987 588 802

Kontonr:
4400 237 4622

Vipps:
739 577

Vi deltok på Arbeidskonferansen 2024

Vi deltok på Fagkonferansen, Dømt, men ikke glemt.

Nye Lokallag

Vi har fått tre nye lokallag i løpe av perioden Vi ønsker velkommen til Mental Helse Frøya, Mental Helse Steinkjer Og Mental Helse Åfjord.

Kurs og aktivitet

Vi arrangerte kurset Rollen som brukerrepresentant september/oktober.
Lokallagssamling på Bårdshaug herregård (Orkanger) i desember.

I løpet av året har Mental Helse Skaun og Mental Helse Verdal avholdt 2 kurs av 4 timer. Vi håper at i år blir enda mere kursaktivitet i lokallagene i Trøndelag.

Representasjon:

Rollen som bruker representant, er noe vi prioriterer høyt.

Vi har representanter bla. annet i Helse Midt Norge, hos Statsforvalteren, i NAV, St. Olavs (Blant annet Psykisk helsevern), Blå kors, Nettverksgruppen Forebygging av selvskaading og selvmord i Trøndelag og i flere kommunale råd.

Vi er med i prosjektet angående Hinderløpet/aktivitetspark sammen med Alarm.

Vi er også inne i Nettverkssamling for Rus og Psykisk helsearbeid (Statsforvalteren med flere)

Selv om vi bestreber oss til å prioritere denne viktige oppgaven, er vi alt for få som vil ta på seg oppgavene. Vi ønsker oss flere som vil være bruker representanter.

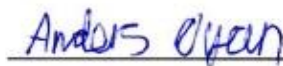
Vi har deltatt på konferanser og nettverksmøter.

Styrets underskrift



Anna-Elise Opheim

leder



Anders Øyan

nestleder/studieleder



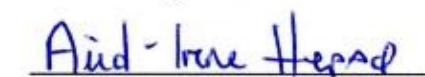
Linda Hogstad

styremedlem



Alexander Daniel Johansen

styremedlem



Aud Irene Hepsø

Styremedlem

Resultatregnskap

Mental Helse Trøndelag

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2023	2022
Medlemskontingent		134 230	138 610
Offentlig tilskudd		734 054	650 000
Annen driftsinntekt		143 913	401 139
Sum driftsinntekter		1 012 197	1 189 749
Lønnskostnad	1	210 599	206 162
Annen driftskostnad		805 352	731 404
Sum driftskostnader		1 015 952	937 567
Driftsresultat		-3 754	252 182
Finansinntekter og finanskostnader			
Annen renteinntekt		37 874	13 704
Annen rentekostnad		0	1 693
Resultat av finansposter		37 874	12 011
Årsresultat		34 120	264 193
Overføringer			
Avsatt til annen egenkapital		34 120	264 193
Sum overføringer		34 120	264 193

Balanse

Mental Helse Trøndelag

Eiendeler	Note	2023	2022
Omløpsmidler			
Kundefordringer		600	0
Sum fordringer		<u>600</u>	<u>0</u>
Bankinnskudd, kontanter o.l			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	2	2 312 707	2 262 555
Sum bankinnskudd, kontanter o.l		<u>2 312 707</u>	<u>2 262 555</u>
Sum omløpsmidler		<u>2 313 307</u>	<u>2 262 555</u>
Sum eiendeler		<u>2 313 307</u>	<u>2 262 555</u>
Egenkapital og gjeld			
Egenkapital			
Annen egenkapital		2 224 863	2 190 743
Sum egenkapital		<u>2 224 863</u>	<u>2 190 743</u>
Gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		17 690	924
Skyldig offentlige avgifter		14 457	9 252
Annen kortsiktig gjeld		56 296	61 636
Sum kortsiktig gjeld		<u>88 444</u>	<u>71 812</u>
Sum gjeld		<u>88 444</u>	<u>71 812</u>
Sum egenkapital og gjeld		<u>2 313 307</u>	<u>2 262 555</u>

Styret i Mental Helse Trøndelag

Anna Eise Opheim
Styreleder

Aud Irene Hepsø
Styremedlem

Anders Øyan
Nest leder

Linda Mari Hogstad
Styremedlem

Alexander Daniel Johansen
Styremedlem

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og NRS 8 - God regnskapsskikk for små foretak.

Inntekter

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres etter hvert som de leveres.

Medlemskontingent og tilskudd inntektsføres når de er mottatt i bank.

Skatt

Foreningen er ikke skattepliktig.

Note 1 Lønnskostnader og antall årsverk

Lønnskostnader

	2023	2022
Lønninger	176 733	175 302
Arbeidsgiveravgift	26 727	24 804
Pensjonskostnader	6 971	6 056
Sum	210 431	206 162

Foreningen har fylkessekretær ansatt i halv stilling.

Note 2 Bankinnskudd

Innestående midler på skattetrekkskonto (bundne midler) er på kr. 15 208.

Foreningen har mottatt en gave fra Ellen Marie Wiik. Midlene skal brukes til formål innen psykisk helse i regi av Mental Helse. De skal brukes i den delen av fylket som tidligere var Sør-Trøndelag. I løpet av året er det ikke utbetalt tilskudd til slike formål. Ved årets slutt er det en restanse på kr 632 075

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."

Anna Elise Opheim

Styreleder

På vegne av: Mental Helse Trøndelag

Serienummer: 9578-5995-4-187453

IP: 143.110.xxx.xxx

2024-02-10 09:00:50 UTC



Aud Irene Hepsø

Styremedlem

På vegne av: Mental Helse Trøndelag

Serienummer: 9578-5998-4-1794217

IP: 37.18.xxx.xxx

2024-02-10 09:13:47 UTC



Alexander Daniel Johansen

Styremedlem

På vegne av: Mental helse Trøndelag

Serienummer: 9578-5997-4-4635817

IP: 152.65.xxx.xxx

2024-02-10 13:37:05 UTC



Anders Øyan

Nestleder

På vegne av: Mental Helse Trøndelag

Serienummer: UN:NO-9578-5997-4-584392

IP: 84.209.xxx.xxx

2024-02-10 17:38:53 UTC



Linda Mari Hogstad

Styremedlem

På vegne av: Mental Helse Trøndelag

Serienummer: UN:NO-9578-5995-4-810170

IP: 89.8.xxx.xxx

2024-02-11 18:25:10 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 styret i Mental Helse Trøndelag

Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet til Mental Helse Trøndelag.

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

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.

Styret og daglig leders ansvar for årsregnskapet

Styret og daglig leder(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

Stig Forr
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."

Stig Forr

Partner

Serienummer: 9578-5997-4-33001

IP: 188.95.xxx.xxx

2024-02-14 21:58:07 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>

Sak 4: Fastsettelse av honorar / godtgjørelse for styret.

Styres forslag er, og forsetter med dagen satser

Forslag om honorering av styremedlemmene.

Leder: 3 000,-

Nestleder: 2 000,-

Styremedlem: 1 000,-

*Styremedlem konstituert som studieleder mottar 1000,- i tillegg

Det kreves minst 50% oppmøte for å motta honorar, som utbetales etter årsmøteperioden er fullført.



Sak 5: Saker foreslått etter § 18.4.

Ingen innkommende saker

Handlingsplan for Mental Helse Trøndelag

Perioden 2023 – 2024

Organisasjonsbygging

Mental Helse Trøndelag vil arbeide videre med aktivitet i hele fylket for lokallagene:

- Lokallagssamlinger
- Prøver å videreføre arbeidet med tilrettelegging for studiebesøk mellom lokallagene.
- Kursvirksomhet
- Arbeide aktivt for oppstart av nye lokallag.
- Arbeide opp mot samisk oversettelse av informasjonsbrosjyre.

Synliggjøring og påvirkning

Mental Helse Trøndelag skal være synlige. Vi skal arbeide med politisk påvirkning samt arbeide opp mot helsemyndighetene og medvirke i beslutninger for mennesker med psykiske utfordringer. Brukere har en lovfestet rett til å medvirke, og psykisk helse- og rustjenestene har plikt til å involvere.

- Mental Helse Trøndelag skal ha en oppdatert hjemmeside.
- Mental Helse Trøndelag skal fortsette med sin gode brukerrepresentasjon.

Kompetanseheving

Mental Helse Trøndelag skal satse på rekrutering og kursing av tillitsvalgte for oppgaver knyttet til fylkeslag, lokallag.

- Fylkesstyret vil fortsette å styrke samarbeidet med lokallagene.
- Temamøter, både i lokallag og sammen andre samarbeidspartnere.
- Kursvirksomhet for kompetansebygging innad i organisasjonen.



Mental Helse Trøndelag 2024

	Budsjett	Budsjett
	2023	2024
Inntekter:		
Tilskudd fra Helse Midt-Norge RHF	700 000	710 000
Kontingent	70 000	70 000
Momskompensasjon	60 000	80 000
Velferdsmidler	50 000	50 000
Funkis	40 000	10 000
Aktivitetstilskudd TFK (Trøndelag fylkeskommune)	0	0
Driftstilskudd TFK	40 000	40 000
Andre interne tilskudd Mental Helse	50 000	0
Grasrotandelen	15 000	15 000
Gaver og andre inntekter	20 000	30 000
Sum Inntekter	1 045 000	1 005 000

Kostnader:		
Lønnskostnader inkl. sos. kostnader og feriepenger	265 000	365 000
Husleie	55 000	55 000
Styremøter inkl. reise	100 000	100 000
Fylkesårsmøte	130 000	130 000
Landsmøte 2024		30 000
Regionråd Mental Helse		20 000
Øvrig bilgodtgjørelse. Reiseutgift	50 000	50 000
Regnskapsføring	70 000	75 000
Revisjon	30 000	30 000
Kurs/representasjon eksternt	100 000	150 000
Kurs og fagdager internt	150 000	150 000
Aktivitetstiltak i lokallagene	60 000	80 000
Informasjonsarbeid	50 000	50 000
Funkis	5 000	0
Gaver	10 000	10 000
Kontorutgifter (inkl. telefon)	32 000	32 000
Leie av kontormaskiner	14 000	0
Andre utgifter	1 000	0
Sum Utgifter	1 122 000	1 327 000

Bruk av egenkapital	-77 000	-322 000
Resultat	0	0

Mental Helse Trøndelag

Valgkomitéens innstilling 2024



Forslag til styret 2024

Leder:	Aud Irene Hepsø	(Velges for 2år)
Nestleder:	Anders Øyan	(Ikke på Valg)
Styremedlem:	Ole Jørgen Dekkerhus	(Velges for 2år)
Styremedlem:	Pål Olav Frøseth	(Velges for 2år)
Styremedlem:	Morten Harbakk	(Velges for 2år)
Vara Medlem:	Christian Steinar Moan	(Velges for 1år)
Vara Medlem:	Anne Merete Reksen	(Velges for 1år)
Vara Medlem:	Eli Oline Frøseth	(Velges for 1år)

Blant styrets medlemmer velges en studieleder. (§ 19.7)

Styret velges normalt for to år, og det etterstrebtes at omtrent halvparten av styret velges hvert år. Vara medlemmer velges får 1 år om gangen.

Valg av Varamedlemmer til Ledermøtet. § 19.8.

Valgte leder og nestleder er representanter i Ledermøter. Det skal velges to Vara representanter (for 1år) i nummererte rekkefølge fra fylkesstyrets medlemmer

- 1.Vara Medlem: Ole Jørgen Dekkerhus
- 2.Vara Medlem: Pål Olav Frøseth

Valg av Delegater til Landsmøte § 19.9 (Ved landsmøte)

Fylkesleder er delegat i Landsmøte, og det skal velges fem Delegater til Landsmøte. Det skal også velges inntil seks varadelegater i nummererte rekkefølge.

- Delegat 1: Aud Irene Hepsø
- Delegat 2: Morten Harbakk
- Delegat 3: Christian Steinar Moan
- Delegat 4: Anne Merete Reksen
- Delegat 5: Benkeforslag
- Delegat 6: Benkeforslag

- Vara 1: Benkeforslag
- Vara 2: Benkeforslag
- Vara 3: Benkeforslag
- Vara 4: Benkeforslag
- Vara 5: Benkeforslag
- Vara 6: Benkeforslag

Valg av ny Valgkomité § 19.10.

Leder: Vårin Lillian Sørmland
Medlem: Trond Ivar Andreassen
Medlem: Sissel Bøkseth

Vara: Audhild Gjerde

Valgkomitéens medlemmer velges får 1 år av gangen. Og kan ikke har verv i organer de skal innstille kandidater til, med unntak av valgkomité

Valgkomité 2023 har bestått av:

Leder: Vårin Lillian Sørmland
Medlem: Trond Ivar Andreassen
Medlem: Audhild Gjerde

Vara: Sissel Bøkseth

Valgkomité

Mental Helse Trøndelag

Dato / Sted

25.02.2024 Buvika