ÅRSMELDING FOR MENTAL HELSE VENNESLA – 2024

**Innledning:**

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

Mental Helse Vennesla hadde 26 medlemmer pr. 31.12.2023 og har i dag 30 medlemmer, en økning på 4 medlemmer det siste året.

Styret har i perioden bestått av:

Leder : Roy Halland

Nestleder : Tanja Tukiainen-Lundevold

Kasserer : Lisa Tamara Jakobsen

Sekretær : Heidi Margrethe Hulløen Syvertsen

Styremedlem : Laila Nomeland, Hege Flåt, Torhild Gunstveit

Valgkomite (-leder): Anna Kristine Dale Bayram

Revisor(er) : Mariann Olsen/ Lisa Tamara Jakobsen

**Økonomi:**

Mental Helse Vennesla får i hovedsak sine inntekter fra andel av medlemskontingent, likepersonstilskudd og velferdstilskudd fra Mental Helse. Utgiftene relaterer seg i all hovedsak til medlemsaktivitet. Mental Helse Vennesla hadde et underskudd i 2024 på 12.200 kr. Ved interesse sende e-post til vennesla@mentalhelse.no så få man tilsendt regnskapet for 2024.

**Møter:**

Det er avholdt 4 styremøter i perioden.

**Aktiviteter:**

- **Kjøkkenpraten** (Roy og Arnstein): En uformell møteplass hvor deltakerne kan dele erfaringer og få støtte i en trygg og åpen atmosfære. Kjøkkenpraten hadde 45 møter.

- **Ungdomsgruppe** (Torhild): En trygg møteplass for ungdom, der de kan forme et fellesskap og aktiviteter etter egne ønsker og behov. Ungdomsgruppe hadde 36 møter.

- **VernOmDeg** (Tanja): En selvhjelpsgruppe for kvinner som har vært utsatt for overgrep og vold, der deltakerne kan bearbeide erfaringer og finne støtte på sin vei videre. hadde VernOmDeg hadde 5 møter.

**- Likepersonhjelpen** kan gi praktisk støtte og veiledning i ulike saker, blant annet:

* Søknader og klager
* Kontakt med offentlige myndigheter som NAV, UDI og kommunen
* Søknad om Startlån og kommunal bolig
* Gjeldsrådgivning og hjelp med økonomiske utfordringer

Likepersonhjelpen har hatt 13 saker.

**Kurs:**

3 styremedlemmer var på kurs i konflikthåndtering i Arendal.

**Samarbeid:**

Mental Helse Vennesla samarbeid med:

* Vennesla kommune
* Hjørnet (Psykiske helsetjenester)
* Vennesla Frivilligsentral
* Ressursen
* Smia

Roy har representert Mental Helse Vennesla ved Venneslahjelpen.

**Konkludering:**

2024 har vært et utfordrende år for Mental Helse Vennesla, med flere utfordringer knyttet til helseproblemer, tidsmangel, og begrensede ressurser. På tross av dette har det vært et kontinuerlig engasjement fra de involverte, og vi har forsøkt å tilpasse oss etter de forholdene vi har hatt. En annen utfordring har vært det å verve nye medlemmer og sikre tilstrekkelig frivillig innsats.

*Ungdomsgruppen ved Ressursen*

Vi har flotte lokaler for ungdomsgruppen ved Ressursen, men har hatt utfordringer med at det er vanskelig for ungdommene å komme til Hunsfosøya og å delta i aktivitetene der. Det er også behov for flere frivillige.

*VernOmDeg - Tanja's innsats*

Tanja har gjort en betydelig innsats for å tiltrekke medlemmer til gruppa VernOmDeg. Til tross for hennes harde arbeid har det vært vanskelig å oppnå ønsket resultater. Fremgangen av gruppa VernOmDeg må derfor revurderes, og eventuelt tilpasses med nye tiltak.

*Likepersonhjelpen*

En av de største endringene i år har vært justeringen av åpningstidene for Likepersonhjelpen. Dette har gjort det lettere for Likepersonhjelpen-Team å møte behovene til de som trenger støtte. Endringen har fungert godt, og vi har fått tilbakemeldinger om at det er lettere å få hjelp når det trengs.

**Veien Videre:**

Etter en grundig vurdering har styret kommet frem til at det viktigste for Mental Helse Vennesla i tiden fremover er å fokusere på de aktivitetene vi allerede har etablert, og ikke påta oss mer enn vi kan håndtere. Dette innebærer at vi vil fortsette med de eksisterende tilbudene og sikre at vi kan levere på en god måte før vi vurderer nye aktiviteter.

Vi er også bevisste på at det er behov for å gjøre flere tilpasninger for å sikre bedre deltagelse fra ungdommene i aktiviteter og vi vil jobbe videre med å finne løsninger på dette.

**Takk til alle som har bidratt:**

Vi vil rette en stor takk til alle som har vært med på å støtte Mental Helse Vennesla i 2024, både frivillige, medlemmer og samarbeidspartnere. Deres engasjement og innsats har vært uvurderlig, og vi håper å kunne bygge videre på dette engasjementet i året som kommer.

**Sted / dato: Vennesla 12.02.2024**

**Styret i Mental Helse Vennesla**