**Årsberetning Mental Helse 2023**

**Innledning :**

Mental Helse er en medlemsorganisasjon for alle mennesker med psykisk helseproblemer, pårørende og andre interesserte.

Mental Helse arbeider for at alle kan leve et meningsfylt liv og oppleve egenverdi og mestring. Våre verdier er Likeverd, Åpenhet, Respekt og inkludering.

Mental Helse Stange ble etablert i 1999 og har i dag 100 medlemmer.

**Styret har bestått av:**

**Leder:** Mariann Kristoffersen

**Nestleder:** Kjell Arne Frenning

**Kasserer:** Bente Karin Sløtte

**Sekretær/ St.medlem:** Agnete Monsbakken

**Styremedlem :** Toril Olsen

**Vara:** Stein Olav Gihlemoen

**Vara 2:** Geir Rønning

**Valgkomite:** Bjørg Kaspersen

 Brit Kulstad

 Linn Camilla H. Svendby

**Revisor:** Terje Vestheim

 Steinar Furulund

**Økonomi:**

Mental Helse Stange får i hovedsak sine inntekter fra andeler av medlemskontingent, likepersonstilskudd og velferds tilskudd fra MH.

I tillegg får vi støtte fra legater, grasrotandel o.l

Har tidligere fått støtte fra kommunen, noe som ser ut som er glemt i budsjettet.

 Utgifter relaterer seg i all hovedsak til kursing, turer og medlemsaktiviteter.

Se revidert årsregnskap for detaljer.

**Møter:**

Det er avholdt 1 årsmøte. Vi har hatt 11 styremøter.

Toril og Marianne deltok på årsmøte til MH Innlandet på Gran på Hadeland, Kjell Arne var også med men han representerer valgkomite for fylkesstyret.

Toril, Bente, Marianne og Kjell Arne(vk) var på Scandic Hamar 3-5nov på ledersamling.

Meget lærerikt.

**Aktiviteter:**

Vi startet året med hest og sledekjøring på salamander dammen som aktivitet.

Vi velger å fortsette med aktivitetskveld/ møteplass en gang pr.mnd, og det blir siste mandag i mnd som tidligere. Vi fortsetter også med kontor/ åpen dag 2. mandag i mnd.

Vi har stått stand på Stange dagen, har markert overdosedagen og stått stand på høstdagen i Stange sentrum.

Sommer avslutningen ble holdt på husmannsplassen på Heksvold med pizza og allsang. Ble en veldig hyggelig kveld.

Tradisjon tro så ble det hyggekveld for eldre der vi ber inn fra sykehjemmene i kommunen. Serverte snitter kake og kaffe. MH spanderer Taxi til/fra sykehjemmene. Da hadde vi også besøk av MH Søndre Salten, noe som var veldig artig og lærerikt. De hadde da kjørt 1155km for å besøke oss.

Verdensdagen ble markert i Storgata sammen med Stangehjelpa.

Vi grilla pølser og serverte til alle forbipasserende, hadde levende musikk og delte ut brosjyrer. Ordfører Bjarne H. Kristiansen var også til stede og sa noen ord om tema for dagen og problemene som kan være rundt psykisk helse.

Startet opp igjen etter sommer ferien med aktivitetskveld på Sole med kubb og hestesko kasting. Grilla pølser og koste oss over en god prat.

September arrangerte vi busstur til Charlottenberg sammen med

 MH Hamar/Løten. Vi ble i alt 32stk.

Tur til Rustad Fjellstue på Sjusjøen ble det som avslutning på gå/sykkelgruppa.

Noe som MH Stange betaler.

Oktober begynte det å bli kaldt så vi tok aktivitetskvelden på Bowling, og det er alltid like populært.

Nytt for året i år er at vi hadde kranse bindingskurs. Toril steppet opp og samlet inn masse granbar og tuja. Da brukte vi Meieri gården og lærte å binde kranser. Veldig artig.

Julegrøt ble det også i år, med mandel.

Hadde fått gavekort fra den nye Indiske restauranten på Stange som premie for mandel.

Julebordet ble holdt på Tingvold med masse god mat og dessert.

Vi har hatt et godt samarbeid i styret, men ble veldig vondt og vanskelig da et av våre styremedlemmer gikk bort.

**Sted/dato: Stange 09.01.24**

**Styret**

**------------------------------------------------------**

**------------------------------------------------------**

**------------------------------------------------------**

**------------------------------------------------------**

**------------------------------------------------------**

**------------------------------------------------------**

 