



**MENTAL HELSE
SOLØR**

MENTAL HELSE SOLØR

Mental Helse Solør er et lokallag av Mental Helse som dekker de tre Solør kommunene Grue, Åsnes og Våler. Mental Helse er en frivillig organisasjon 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

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.

Mental Helse Solør har forskjellige aktiviteter:

Åpent Hus hver tirsdag på Søndre Hoel i Våler kl 16-20.

Åpent Hus første onsdagen i måneden på Midtpunktet Brukerstyrt senter i Grue kl 16-20.

Åpent Hus tredje torsdagen i måneden på Kjølørønningen i Åsnes kl 16-20.

Bowling første mandagen i måneden på Flisa Bowling. Det er to runder bowling og vi koser oss med pizza. For medlemmer er dette gratis, for ikke medlemmer kr 100.-

Sommerfest med god mat og underholdning. Gratis for medlemmer, for ikke medlemmer kr 150.-

Temakvelder to ganger i året.

Verdensdagen for psykisk helse med ulike arrangement.

Juleavslutning med god mat og underholdning. Gratis for medlemmer, for ikke medlemmer kr 150.-

Alle våre aktiviteter er åpne for alle og de er rusfrie.

Medlemskap 200.-kr i året.

Husstandsmedlem 100.- kr i året

Ungdomsmedlemskap til 26 år 60.-kr i året