



**MENTAL HELSE  
SOLØR**

## ÅRSMØTE 2025

### Saker:

Sak 1: Åpning/konstituering

Sak 2: Årsmelding for årsmøteperioden

Sak 3: Revidert regnskap for 2024

Sak 4: Fastsettelse av honorar/godtgjørelse for styret

Sak 5: Saker foreslått etter paragraf 18.4

Sak 6: Handlingsplan til neste ordinære årsmøte

Sak 7: Budsjett for 2025

Sak 8: Valg



## INNKALLING TIL ÅRSMØTE I MENTAL HELSE SOLØR

TID OG STED: 25/2-25 Kl.18.00 på Stallen i Våler

### Saksliste:

- Sak 1:           Åpning/konstituering
- navnefortegnelse over fremmøtte medlemmer med gyldig medlemskap
  - godkjenning av innkalling og dagsorden
  - valg av møteleder og sekretær for årsmøtet
  - fastsettelse av forretningsorden
  - valg av to protokollunderskrivere
  - valg av tellekorps
- Sak 2:           Årsmelding for årsmøteperioden
- Sak 3:           Revidert regnskap for forrige kalenderår
- Sak 4:           Fastsettelse av honorar / godtgjørelse for styret  
*(Saken skal behandles av årsmøtet uavhengig av om styret skal ha honorar / godtgjørelse eller ikke)*
- Sak 5:           Saker foreslått etter § 18.4 eller 25.4
- Sak 6:           Handlingsplan til neste ordinære årsmøte
- Sak 7:           Budsjett for inneværende kalenderår
- Sak 8:           Valg

Saker som ønskes behandlet på årsmøtet må være innsendt til styret senest 11/2-25.  
Innmeldte saker må være behandlet av styret før årsmøtet.

11/1-25 Våler

Styret i Mental Helse Solør



## ÅRSMELDING FOR MENTAL HELSE SOLØR 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 Solør hadde 101 medlemmer pr. 31.12.2024 en økning på 28 medlemmer det siste året.

### Styre har i perioden bestått av:

Leder : Anne-Karin Bredalen

Nestleder : Lill-Nina Sørlie

Kasserer : Anne Mette Holterud

Sekretær :

Styremedlem : Renate Ulvang

Styremedlem : Per Ivar Oksvold

Varamedlem : Liv Merethe Djupvik

Valgkomite : Finn Kristiansen  
Randi Nerby

Revisor(er) : Jan Nikolaisen  
Trond Arnesen

### Økonomi:

Mental Helse Solør får en del inntekter internt fra Mental Helse (andel av medlemskontingent, likepersonstilskudd og velferdstilskudd). I tillegg har vi i år fått midler fra Sparebankstiftelsen, Grue Sanitetsforening, sponsende premier fra næringslivet, loddsalg, grasrotmidler o.l. Dette gjør at vi har en solid økonomi.

Utgiftene relaterer seg i all hovedsak til aktiviteter for medlemmene. Vi har kun hatt egenandeler på ikke medlemmer som har deltatt på aktiviteter. Se for øvrig revidert årsregnskap for detaljer.

### Møter:

Det er avholdt 8 styremøter.

### Brukermedvirkning:

Anne Mette Holterud er fast medlem i Eldre og funksjonshemmedes råd.



### Aktiviteter:

#### Åpent Hus:

Møteplass der vi samles over en matbit, har gode samtaler og aktiviteter som håndarbeid, spill, bingo m.m.

Vi har nå tre møteplasser. Hver tirsdag i Våler, første onsdagen i måneden i Grue og tredje torsdagen i måneden i Åsnes.

#### Sommerfest:

Vi hadde leid stallen til sommerfesten vår. Det var en koselig kveld med god mat, underholdning av Bjørn Spellemann og gode samtaler både inne og ute.

#### Verdensdagen for psykisk helse:

Vi hadde 4 aktiviteter. En i samarbeid med Midtpunktet brukerstyrt senter i Grue, besøkte Sønsterud bo fellesskap i Åsnes, og to aktiviteter i Våler. En på Vålertunet og en på åpent hus.

I samarbeid med Midtpunktet Brukerstyrt senter hadde vi Gry Halvorsen som foredragsholder, Stine Nesholen og Tommy Michaelsen stod for musikken.

På Sønsterud bofellesskap serverte vi kringle og kaffe og hadde med oss underholdning.

Vålertunet serverte vi karbonader og kaffe og hadde med oss Bjørn spellemann som underholdt.

#### Bowling:

Vi har hatt bowling ca engang i måneden. På disse kveldene har det vært bra oppmøte og vi har hygget oss med bowling og pizza. Dette har ført til at de fleste av de ukrainske flykningene har meldt seg inn hos oss. Noe vi er glade for.

#### Julebord/hyggekveld:

Til dette hadde vi leid stallen. Vi hadde koldtbord, musikk av Sølvi med kær'n og sosialt samvær. Vi hadde fine gevinster som ble trukket på inngangsbilletten.

#### Julemesse:

Vi prøvde oss på minijulemesse på Søndre Hoel den 14 og 15 desember.

#### Møter/Kurs/Samlinger:



Ledersamling MH Innlandet Anne-Karin og Lill-Nina har deltatt på begge samlingene.

Vi har også hatt styre som team noe som er viktig for å få et styre til å samarbeide godt sammen.

#### Samarbeid:

Vi har hatt samarbeidsmøter med alle de tre Solør kommunene, dette er noe vi vil fortsette med.

#### Sluttord:

Vi har fått gjennomført mange aktiviteter selv om til tider har vært litt sykdom i styret. Derfor vil vi rette en stor takk til medlemmer som har hjulpet oss, enten det har vært på Åpent Hus eller med andre ting.

En stor takk må også rettes til alle de som kjøper lodd av oss.

Den største takken går til de medlemmene som deltar på aktiviteter vi arrangerer  
UTEN DERE ER VI INGENTING!

Våler 11.01.25

*Anne-Karin Bredalen*  
Anne-Karin Bredalen

Leder

*Lill-Nina Sørli*  
Lill-Nina Sørli

Nestleder

*Anne Mette Holterud*  
Anne Mette Holterud

Kasserer

*Renate Ulvang*  
Renate Ulvang

Styremedlem

*Per Ivar Oksvold*  
Per Ivar Oksvold

Styremedlem



# ÅRSRESULTAT: Mental Helse Solør - 2024

Regnskap: 01.01.2024 - 31.12.2024 Fjorårstall: 01.01.2023 - 31.12.2023

Konto Navn	I år	I fjor
<b>RESULTATREGNSKAP</b>		
<b>Driftsinntekter</b>		
3000 Medlemskontingent	7 299,00	4 351,00
3401 Sparebankstiftelsen	5 000,00	
3405 Momskompensasjon		11 602,00
3406 Funkis	3 970,00	
3408 Verdensdagen	4 000,00	3 500,00
3412 Gjensidigestiftelsen		170 000,00
3501 Grasrotandel	20 425,09	17 198,21
3502 Panteandel Joker Braskereidfoss		760,00
3601 Likepersjonsmidler	19 883,71	20 463,00
3610 Interne tilskudd MH	86 776,44	
3620 Veldferdsmidler	8 500,00	3 000,00
3681 Andre inntekter - egen aktivitet	8 511,37	10 228,79
3682 Loddsalg	26 136,60	17 476,37
3683 Loppemarked		7 613,06
3702 Andre gaver	5 690,00	2 000,00
<b>Sum Driftsinntekter</b>	<b>196 192,21</b>	<b>268 192,43</b>
<b>Driftsutgifter</b>		
6200 Verdensdagen	- 7 705,10	- 4 121,84
6310 Lokalleie andre	- 2 030,00	- 1 930,00
6400 Profiling	- 5 775,00	- 36 265,25
6780 Lotterikostnader	- 660,00	
6783 Loppemarked		- 6 160,95
6800 Kontor rekvisita	- 5 982,00	- 2 256,40
6804 IT kostnader	- 2 299,00	- 2 104,60
6809 Diverse utgifter	- 1 940,00	
6810 Småutstyr	- 4 473,00	- 5 828,30
6900 Telefon/Internett	- 4 970,48	- 4 439,97
6901 Porto	- 181,00	
7000 Blomster/gaver	- 732,90	- 2 584,00
7100 Reiseutgifter	- 22 211,70	- 20 818,90
7110 Åpent Hus	- 29 171,77	- 26 233,09
7111 Bowling	- 30 310,00	- 65 926,00
7112 Andre medlemsaktiviteter	- 8 833,75	- 14 668,64
7113 Julebord	- 28 379,38	- 18 929,00
7115 Møteplassen, Åsnes	- 3 126,68	
7116 Møteplassen, Grue	- 303,30	
7120 Servering Styrearbeid	- 209,16	- 2 023,89
7302 Kursaktivitet	- 18 683,95	- 1 000,00
7320 Styrehonorar		- 16 999,00
7500 Egenandeler Kurs/samlinger	- 1 000,00	
7700 Årsmøte kostnader	- 2 222,86	- 4 334,00
7701 Bank kostnader	- 116,50	
<b>Sum Driftsutgifter</b>	<b>- 181 317,53</b>	<b>- 236 623,83</b>
<b>DRIFTSRESULTAT</b>	<b>14 874,68</b>	<b>31 568,60</b>
<b>Finansposter</b>		
8040 Renteinntekter	437,00	250,00
8140 Renteutgifter og gebyrer	- 422,50	- 843,50
<b>Sum Finansposter</b>	<b>14,50</b>	<b>- 593,50</b>
<b>RESULTAT FØR SKATTER</b>	<b>14 889,18</b>	<b>30 975,10</b>
<b>Disp. av årsresultat</b>		
8960 Overføring annen egenkapital		- 30 975,10
<b>Sum Disp. av årsresultat</b>		<b>- 30 975,10</b>
<b>ÅRSRESULTAT ETTER DISPOSISJONER</b>	<b>14 889,18</b>	

# Balanse: Mental Helse Solør pr. 31.12.2024

<i>Ktonr. Kontonavn</i>	<i>I år</i>	<i>I fjor</i>
<b>Eiendeler</b>		
<b>Omløpsmidler</b>		
1900 Kasse kontant	476,00	864,50
1920 Bank Driftskonto	158 110,76	142 832,58
<b>Sum Omløpsmidler</b>	<b>158 586,76</b>	<b>143 697,08</b>
<b>SUM Eiendeler</b>	<b>158 586,76</b>	<b>143 697,08</b>
<b>Egenkapital og gjeld</b>		
<b>Egenkapital</b>		
2050 Opptjent egenkapital	143 697,58	143 697,08
2099 Årsresultat (opptj. egenkapital)	14 889,18	
<b>Sum Egenkapital</b>	<b>158 586,76</b>	<b>143 697,08</b>
<b>SUM Egenkapital og gjeld</b>	<b>158 586,76</b>	<b>143 697,08</b>



Våler 28.01.25

Anne-Karin Bredalen  
Anne-Karin Bredalen  
Leder

Lill Nina Sørli e  
Lill-Nina Sørli e  
Nestleder

Anne Mette Holterud  
Anne Mette Holterud  
Kasserer

Renate Ulvang  
Renate Ulvang  
Styremedlem

Per Ivar Oksvold  
Per Ivar Oksvold  
Styremedlem

## Valgte revisors beretning for 2024

Vi har revidert årsregnskapet for Mental Helse Solør i henhold til vanlige regnskaps- og revisjon skikk. Det vil si at vi reviderer det vi har mottatt, det er bilags perm med bankutskrifter for året 2024 og utskrifter fra regnskapsprogrammet AlphaReg As som inneholder hovedbok, bilagsjournal, resultat og balanse. Når det gjelder bilagene så kontrollerer vi om bilags permen er ryddig og oversiktlige å at alle bilagene er selvforklarende.

<Styret utaler

Forklaring til regnskapet fra styret. Reiseutgiftene gått over det vi hadde i budsjett. Dette pga. at vi slo sammen Våler, Åsnes og Grue til et lokallag. Derfor har det blitt mere kjøring. 7100,- Dette gjelder også det vi hadde i budsjett i henhold til mat, derfor har vi brukt mere penger på Mat. 7110,- >

dette kan vi ikke forholde oss til uten at det henviser til bilagene eller kontoer i regnskapet.

Når det gjelder budsjettet for 2024 som var satt til 149500,- styret har brukt 181317,53 et mer forbruk på 31817,53 styre ble reddet av at inntektene ble mere enn budsjettet, inntekten ble 196192,21 og var budsjettet med 118000,- det er mulig at dette kan forklares med sammenslåing i Solør.

Det vi har klart å finne i hovedboken er konto 7115 møteplassen Åsnes med debet 3126,68 og Konto 7116 møteplassen Grue med en debet på 303,30 når dere først lager egne kontier så er vi sikre på at flere poster skulle til disse kontoene.

Når det er så store avvik, bør styre henvide til styre vedtak.

Vi regner med at styre har sett hvor dette bar hen i løpet av året og styrebehandlet dette underveis. Vedtakene burde ha fulgt regnskapet så vi kunne vurdert dette. Konklusjonen er at vi ikke har nok informasjon eller dokumenter til å ta stilling til budsjettet. Virker som styret mangler oversikt og kontroll.

Dette gjelder flere bilag, Innbetalinger som egenbetaling overført til bank, det kommer ikke frem hvem som har betalt eller om mann har mottatt det som kontanter eller vipps privat, så og ført det til banken etterpå. Her anbefaler vi at dere bruker foreningens vipps for da blir bilaget selvforklarende.

Bilag 107 overførsel 6000 til kasserer i påvente av nytt bankkort. detter ikke måten å gjøre det på. Man kan ikke ta ut forskudd fra foreningens bank konto hvis man gjør det så må det føres som lån eller fordring. Mens dere venter på kort så må medlemmene legge ut og få pengene i igjen mot kvittering. Att det kan være vanskelig å legge ut for bowlingen 3723,- forstår vi, men man kan sikker be om faktura fra dem. Men at man ikke kan legge ut 200,- i egenandel er vanskelig å forstå eller blomster til 333.90. Foreningen har vipps hvorfor ble ikke denne brukt? Foreningen bør helt klar å slutte med kontanter siden dem ikke klarer å ha kontroll på kontantkassen. Vi kan heller ikke vurdere kontantkassen siden vi ikke har mottatt den.

Men siden regnskapet som er ført i AlphReg stemmer med banken så tillater vi oss å be årsmøte å godkjenne regnskapet Til Mental Helse Solør

Braskereidfoss 04.02.25

  
Jan Nikolaisen

  
Trond Arnesen

## Sak 4 – Fastsettelse av honorar

Vi har i år ikke noe stort prosjekt. Vi ser ikke noe grunn til at vi skal ha noe honorar.

Forslag til vedtak:

Styret skal ikke ha noe honorar.



## HANDLINGSPLAN FOR MENTAL HELSE SOLØR 25/26

### Medlemsaktiviteter:

Åpent Hus :

Søndre Hoel i Våler kl 16-20 hver tirsdag

Kjølarønningen Flisa kl 16-20 tredje torsdag i måneden

Midtpunktet brukerstyrt senter Grue kl 12-15 første onsdag i måneden

Bowling første mandag i måneden

Temamøter 2 ganger i året. Foredrag som er åpent for alle.

Sommerfest

Markering av Verdensdagen

Julemesse/Basar

Julebord

### Kurs/Opplæring:

Organisasjonskurs/styre som team

Opplæring i planlegging av verdensdagen

Opplæring i årsmøteforberedelser

Delta på kurs som andre arrangerer – når tema er matnyttig for oss.

### Verdensdagen:

En aktivitet i hver Solør kommune.



## Informasjonsarbeid/påvirkningsarbeid:

Lage informasjonsmaterieell

Ha stand på ulike steder

Ha samarbeidsmøter med de tre kommunene

Sørge for brukerrepresentant der vi blir spurt

## Medlemsrekrutering:

Verve nye medlemmer

Ivareta eksisterende medlemmer

Informasjon til aktiviteter legges ut på kalenderen vår

<https://mentalhelse.no/lokallag/62-solor> og på Facebooksiden vår.

Aktivitetsplan og invitasjoner sendes også ut med jevne mellomrom.

# BUDSJETT Mental Helse Solør - 2025

Konto Navn		Budsjett	Regnskap
RESULTATREGNSKAP		2025	2024
<b>Driftsinntekter</b>			
3000	Medlemskontingent	7 500,00	7 299,00
3401	Sparebankstiftelsen	0,00	5 000,00
3405	Momskompensasjon	18 000,00	0,00
3406	Funkis	4 000,00	3 970,00
3408	Verdensdagen	4 000,00	4 000,00
3412	Gjensidigestiftelsen	62 500,00	0,00
3501	Grasrotandel	22 000,00	20 425,09
3502	Panteandel Joker Braskereidfoss	0,00	
3601	Likepersjonsmidler	20 000,00	19 883,71
3610	Interne tilskudd MH	0,00	86 776,44
3620	Veldferdsmidler	9 000,00	8 500,00
3681	Andre inntekter - egen aktivitet	9 000,00	8 833,37
3682	Loddsalg	25 000,00	26 136,60
3702	Andre gaver	5 000,00	5 690,00
<b>Sum Driftsinntekter</b>		<b>186 000,00</b>	<b>196 514,21</b>
<b>Driftsutgifter</b>			
6200	Verdensdagen	-8 000,00	- 7 705,10
6310	Lokalleie andre	-6 000,00	- 2 030,00
6400	Profilering	-3 000,00	- 5 775,00
6780	Lotterikostnader	-1 000,00	- 660,00
6800	Kontor rekvisita	-6 000,00	- 5 982,00
6804	IT kostnader	-2 000,00	- 2 299,00
6809	Diverse utgifter	-2 000,00	- 1 940,00
6810	Småutstyr	-5 000,00	- 4 473,00
6900	Mobilt bredbånd	-5 000,00	- 4 970,48
6901	Porto	1 000,00	- 181,00
7000	Blomster/gaver	-1 500,00	- 732,90
7100	Reiseutgifter	-30 000,00	- 22 211,70
7110	Åpent Hus	-30 000,00	- 29 493,76
7111	Bowling	-30 000,00	- 30 310,00
7112	Andre medlemsaktiviteter	-15 000,00	- 8 833,38
7113	Julebord	-25 000,00	- 28 379,38
7115	Møteplassen Åsnes	-5 000,00	- 3 126,68
7118	Møteplassen Grue	-5 000,00	- 303,30
7120	Servering Styrearbeid	-2 000,00	- 209,16
7302	Kursaktivitet	-20 000,00	- 18 683,95
7320	Styrehonorar	0,00	0,00
7500	Egenandeler kurs/samlinger	-2 000,00	- 1 000,00
7700	Årsmøte kostnader	-2 500,00	- 2 222,86
7701	Bankkostnader	-250,00	- 116,50
<b>Sum Driftsutgifter</b>		<b>-205 250,00</b>	<b>- 181 639,15</b>
<b>RESULTAT</b>		<b>-19 250,00</b>	<b>14 875,06</b>

**Vi budsjetterer med ett underskudd, som tas fra egenkapitalen, da vi mener det er riktig/riktig å videreføre høy aktivitet. Vi vil jobbe aktivt for å søke midler, for å redusere underskuddet.**

**Årsmøte til Mental Helse Solør 25.02 2025**  
**Valgkomiteens innstilling 2025 til 2026**

**Forslag på styre 2025 til 2026**

Leder	Anne-Karin Bredalen	ikke på valg
Nest leder	Lill-Nina Sørli	velges for 2 år
Kasserer	Gry Halvorsen	velges for 1 år
1. Styremedlem	Renate Ulvang	velges for 2 år
2. Styremedlem	Per Ivar Oksvold	ikke på valg
3. Styremedlem	Anne Mette Holterud	velges for 2 år
4. Styremedlem	Nils Petter Olsen	velges for 1 år
1. Varamedlem	Liv Merethe Djupvik	velges for 1 år
2. Varamedlem	Anne Grethe Lauritzen	Velges for 1 år

**Forslag på Delegater til fylkes årsmøte**

Delegat	Anne-Karin Bredalen
Delegat	Lill-Nina Sørli
1. Vara delegat	Renate Ulvang
2. Vara delegat	Anne Mette Holterud

**Forslag på Valgkomiteen**

Leder	Finn Kristiansen	velges for 1 år
Medlem	Randi Nerby	velges for 1 år
Medlem	velges av årsmøte	velges for 1 år

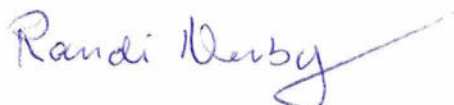
**Forslag på revisorer**

Jan Nikolaisen velges for 1 år

Trond Arnesen velges for 1 år

Med vennlig hilsen valgkomiteen

Randi Nerby



Finn Kristiansen

