



## ÅRSHJUL MENTAL HELSE KRISTIANSUND 2024

Dersom økonomi og ressurser tilsier det, blir følgende aktiviteter gjennomført.

Måned	Dato	Dag	Aktivitet	Ansvarlig	Hva skjer
Januar	3.10.17.24,31	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Januar	8.22.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Januar	15,29,	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
Januar	29.	Mandag	Kvinneklubben, foredrag Pasient- og Brukerombudet		Foredrag
Januar	2.09.16.23.30	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
Januar	25.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Januar	28.	Søndag	Quiz	Frivillige	Lage og holde quiz
Februar	7.14.21.28	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Februar	6.13.20.27.	Tirsdager	Turgruppa 13. pannekaketirsdag	Ansvarlige frivillige	Turer

Februar	5.19.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Februar	12.	Mandag	Kvinneklubben, 12. fastelaven, morsdag	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
Februar	22.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Februar	26.	Mandag	Årsmøte	Styret	Årsmøtesaker
Mars	6.13.20.27.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Mars	4.18.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Mars	11.25.	Mandag	Kvinneklubben, 25. Vaffeldagen	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse

Mars	5.12.19.26.	Tirsdag	Turgruppa, 26. Vafler på bål	Ansvarlige frivillige	Turer
Mars	21.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Mars	29.	Langfredag	Påskebrunsj	Alle	Åpent for alle
Mars	31.	Søndag	Quiz	Frivillige	Holde og lage quiz
April	3.10.17.24.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
April	1.15.29.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
April	2.9.16.23.30.	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
April	20.	Lørdag	Årsmøte Mental Helse Møre og Romsdal, Vestnes	Delegater	Årsmøtesaker

April	25.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
April	28.	Søndag	Quiz	Ansvarlige frivillige	Lage og holde quiz
Mai	1.8.15.22.29.	Onsdag	Onsdagsklubben.	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Mai	13.27.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Mai	7.14.21.28.	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
Mai	6.20.	Mandag	Kvinneklubben, 20. markere nasjonaldagen	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
Mai	30.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Mai	26.	Søndag	Quiz	Ansvarlige frivillige	Hjelpe til med gjennomføring
Juni	5.12.19.26.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Juni	10.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Juni	3.17.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
Juni	24.	Mandag	Sommerfest	Alle	Kun for medlemmer
Juni	4.11.18.25.	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
Juni	16.	Søndag	Folkefest i Folkeparken	Ansvarlige frivillige	Planlegging og gjennomføring
Juni	30.	Søndag	Quiz	Ansvarlige frivillige	Hjelpe til med gjennomføring
Juni	27.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Juli	3.10.17.24.31.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass

Juli	8.22.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Juli	1.15.29.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
Juli	2.9.16.23.30.	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
Juli	Intet styremøte	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Juli	25.-28.	Torsdag – Søndag	Sommertur til Lom og Galdhøpiggen	Ansvarlige frivillige	Turgruppa
August	7.14.21.28.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
August	5.19.	Mandag	Mandagsklubben, 19. vi markerer Indonesias nasjonaldag	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
August	12.26.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
August	6.13.20.27.	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
August	25.	Søndag	Quiz	Ansvarlige frivillige	Lage og holde quiz
August	29.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
September	4.11.18.25.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
September	2.16.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
September	9.23.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
September	3.10.17.24.	Tirsdag	Turgruppa, 24. epledagen – lage noe på bål	Ansvarlige frivillige	Turer
September	30.	Mandag	Medlemskveld, fårikålfest	Ansvarlige frivillige	Kun for medlemmer

September	10.	Tirsdag	Verdensdagen for selvmordsforebygging	LEVE	Markering
September	29.	Søndag	Quiz	Ansvarlige frivillige	Gjennomføring
September	26.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Oktober	2.9.16.23.30.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Oktober	14.28.	Mandag	Mandagsklubben, 28. markere Halloween – spooky kveld	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass

Oktober	7.21.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
Oktober	1.8.15.22.30.	Tirsdag	Turgruppa, 22, markere grøtdagen som er den 23. okt.	Ansvarlige frivillige	Turer
Oktober	4.	Fredag	Kanelbolledag	Ansvarlige frivillige	Tur i skogen
Oktober	10.	Tirsdag	Verdensdagen for psykisk helse	Alle	Markering
Oktober	5.	Lørdag	Verdensdagen for psykisk helse	Alle	Markering
Oktober	31.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Oktober	27.	Søndag	Quiz	Ansvarlige frivillige	Gjennomføring
November	6.13.20.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
November	11.25.	Mandag	Mandagsklubben	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
November	4.18.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse
November	5.12.19.26.	Tirsdag	Turgruppa	Ansvarlige frivillige	Turer
November	24.	Søndag	Quiz	Mental Helse	Lage og holde quiz
November	28.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
November	27.	Onsdag	Julebord	Styret og frivillige	Kun for medlemmer
Desember	4.11.18.	Onsdag	Onsdagsklubben	Ansvarlige frivillige	Lukket sosial møteplass
Desember	9. 23.	Mandag	Mandagsklubben, 9. vi baker lussekatter	Ansvarlige frivillige	Åpen sosial møteplass
Desember	3.10.17. 24.31.	Tirsdag	Turgruppa, julaften formiddagstur hvis nok frivillige. Nyttårstur, formiddagstur	Ansvarlige frivillige	Turer
Desember	19.	Torsdag	Styremøte	Styret	Styresaker
Desember	25.	Onsdag	Romjulsbrunsj	Alle	Åpen for alle
Desember	2.16.	Mandag	Kvinneklubben	Ansvarlige frivillige	Kvinner, kultur og kvinnehelse

Desember	1.-24.		Julekalender	Styret	Kun for medlemmer
----------	--------	--	--------------	--------	-------------------