



## Årsmelding 2023 - 2024

Styret hadde slik samansetjing:

Anna Margrethe Drægebø Moe – leiar

Jorunn Vestre - kasserar

Marit Abelvik - styremedlem

Torill Sandvik – styremedlem

Ingebjørg Vestre – varamedlem

Arna Øvrebust – varamedlem

Varamedlemmene vert kalla inn til styremøta.

Valkomit :

Brit Skjelten, Else Vinje og Ann Elise Dyrkorn – valt for 1 år

A.E. Dyrkorn gjekk fr  seinare, og Eva Hove vart nytt medlem.

Revisorar:

Reidun Torpe Langhaug og Torbjørn Hove – valt for 1 år

Seinare valde styret Anna Margrethe til sekretær og studieleiar.

Styret har hatt 8 m te og behandla 71 saker.

### **Informasjon og synleggjering**

Mental Helse Fjord blei synleggjort i Bygdebladet og Storfjordnytt.

Fjord kommune arrangerte eigenberedskapsveke med stand på Coop. MH Fjord blei spurt om å stille på stand, og Alfild Midtbust stilte.

Heimesida blei brukt aktivt med jamnleg oppdatering for å informere medlemmene og markedsføre Mental Helse Fjord. Omlag 40 artiklar blei lagt ut. Artiklane blir delt på facebook. Anna Margrethe er redaktør. Mental Helse fekk ny nettside hausten 2023, og vi miste artiklane som låg på den gamle plattformen.

Temaet for markeringa av Verdensdagen for psykisk helse var: *Vi treng høyre til #Lag plass*. I samarbeid med Stordal helselag arrangerte vi markering i Stordalshallen med godt frammøte i grendasalen 17. oktober der Barbro S tha heldt foredrag/kåserte. Elin Dyrkorn hadde kulturelt påfyll. Kommunepsykolog Kristian Dirdal orienterte om tilbudet innan psykisk helse i kommunen. Mental Helse sentralt, Stordal Helselag, Sparebanken Møre (Teft-midlar) og MH Fjord dekte kostnaden.

### **Studiearbeid**

Mental Helse Fjord gjennomførte 10 kurs knytta til aktivitetar i lokallaget. Kursen utgjorde i alt 107,25 timar med 50 deltakarar. Som deltakarar tel dei 4 som har gjennomført minst 75 % av

kurset. Dei fleste aktivitetane kan rapporterast til Bufdir gjennom Mental Helse som likepersonsaktivitetar. Begge ordningane skaffar midlar til drift av lokallaget.

### **Kurs, konferansar, seminar og samlingar**

I juni var Jorunn og Ingebjørg på fylkeslaget og FFO sitt kurs i brukarmedverknad i Ålesund.

MH Haram inviterte til lokallagstreff på Fjørtofta i september. Frå oss deltok 13 medlemmer.

Sparebanken Møre inviterte representantar frå frivillige lag og organisasjonar til TEFT-kveld på Gomerhuset i november. Det var inspirasjonskveld med informasjon, kultur, foredrag, kåring av årets prosjekt og utdeling av TEFT-midlar 2023. Anna Margrethe, Torill og Ingrid Løset møtte.

Fjord kommune hadde folkevald-opplæring 22.-23. november der medlem i Råd for personar med funksjonsnedsetting, Anna Margrethe deltok.

Mental Helse sentralt inviterer alle tillitsvalde til webseminar. Anna Margrethe deltok på *Redigering av nettside, Årsmøte, Midlar til lokale aktivitetar og frivillighet gjennom DAM Ekspres, Grunnkurs for frivillige og Opplæring i Funkis*. Ingebjørg deltok på *Opplæring i Funkis*.

### **Aktivitetar m.m.**

Nesten kvar veke når frivilligsentralen er open, er det torsdagstreff på frivilligsentralen. Det vert servert vaflar og kaffi/te. Noko ujamt oppmøte.

Det var bading på Muritunet i 7 veker vår og 7 veker haust. Litt ujamt frammøte.

Vi har lagt opp til fleire turar utanom kommunen, men grunna få/ingen påmelde har vi avlyst turar. Eit problem er å finne høveleg turdag. Etter forslag frå oss hadde LHL Haram, Skodje og Ørskog tur til Vestresætra, Løsetnakken og Mosætra. Vi ordna med personar som møtte og fortalde om sætrane og deltok også på desse turane.

I oktober reiste 13 medlemmer på operatur til Nordfjordeid og såg musikalen «*Soga om Sol*».

Som punktum for året 2023 inviterte vi medlemmene til julekonserten *Stille Natt Hellige Natt* med Alexander Rybak, Rune Larsen, Anna Lisa Kumoji og Ole Børud i Spjelkavik kyrkje i november. 18 medlemmer møtte.

I slutten av januar hadde vi nyttårstreff på Stolt Mat, der 16 medlemmer møtte.

### **Representasjon**

Ingrid Løset er leiar i Mental Helse sitt kontrollutval. Valborg Haugen er medlem i valkomiteen i fylkeslaget MH Møre og Romsdal.

Anna Margrethe sit i fylkesstyret MH Møre og Romsdal og er fylkeslaget sin studieleiar, samt sit i kurs- og opplæringsutvalet i Mental Helse sentralt (KUPP). Ho er også studieleiar i Studieforbundet Funkis Møre og Romsdal.

Arna er 2. varamedlem i styret FFO Ålesund og omegn.

Else Vinje og Alfhild Midtbust møtte på Frivilligforum i mars på frivilligsentralen i Stordal.

Ingebjørg, Anna Margrethe og Ingrid Løset var observatører på årsmøtet i FFO Ålesund og omegn i mars.

På fylkeslaget sitt leiarmøta (der styreleiar og ein frå styret er innkalla) i november på Vestnes møtte Anna Margrethe og Jorunn.

I november var det møte i beredskapsrådet i Fjord kommune, der Anna Margrethe møtte på Teams. Rådet er eit tverrfagleg koordinerande samordnings- og informasjonsorgan samansett av medlemmer i kriseleiinga og andre sentrale samfunnsaktørar.

### **Brukarmedverknad**

Ingrid Løset sit i Kvalitets- og pasientsikkerhetsutvalget i Helse Møre og Romsdal, er medlem i Kvalitetsrådet for psykisk helse og rus i Helse Møre og Romsdal, samt brukarrepresentant i styret for Muritunet. Vidare er ho brukarrepresentant i Sjukehusapoteka i Helse Midt-Norge.

Som brukarorganisasjon er det viktig å vere med og utforme/påvirke tenestetilbodet i eigen kommune. Anna Margrethe er medlem og Ingrid Løset varamedlem i *Rådet for personar med funksjonsnedsetting i Fjord kommune*. Jorunn Vestre sat i *Rådet for personar med funksjonsnedsetting i Ålesund kommune* fram til siste kommunestyreval.

### **Sak til fylkesårsmøtet**

Vi spela inn sak til fylkesårsmøte om å auke oppstartsmidlane til nystifta lokallag til kr 5.000. Fylkesårsmøtet vedtok forslaget.

### **Medlemsmøte**

I perioden hadde vi 5 medlemsmøte. Dei er opne for alle, også ikkje medlemmer, som er interesserte i temaene og arbeidet vi driv. Vi hadde følgjande tema: I *april* nyttilsett demenskoordinator Siv Ingeborg Støvreide orienterte om arbeidet sitt. Ergoterapeut Gry Bente Stranden fortalde på *mai*-møtet kva ho kan bistå med. Forfattar og pensjonert psykiater Arne Ruset hadde i *juni* temaet: Å leve saman med ein demenssjuk. I *september* samarbeidde vi med LHL Haram Skodje og Ørskog om tema. Overlege Ole Johan Høyberg fortalde om hjarteflimmer/atrieflimmer. På *januarmøtet* kåserte Brit Skjelten om å flytte frå Oslo til Vaksvika, og Anna Margrethe synte og gjekk gjennom den nye nettsida for MH Fjord. Elles er det informasjon, utveksling av idear, erfaringar og tips frå medlemmene på desse møta.

### **Medlemstal og grasrotgjevarar**

Medlemstalet pr. 31.12. var 60. 20 har valt MH Fjord som grasrotmottakar. Grasrotmidlane er med og finansierer drifta av laget.

Mental Helse Fjord takkar alle som støttar arbeidet vårt gjennom medlemskap, vel oss som grasrotmottakar, hjelper til med gjennomføring av aktivitetar og deltek på aktivitetane. Alt dette inspirerer til vidare innsats.

  
Anna Margrethe Dragebø Moe - leiar

  
Jorunn Vestre - kasserar

  
Torill Sandvik - styremedlem

  
Marit Abelvik - styremedlem