



Årsmelding for årsmøteperioden 2025 - 2026

Styret hadde slik samansetjing:

Anna Margrethe Drægebø Moe – leiar

Jorunn Vestre - kasserar

Marit Abelvik - styremedlem

Ingebjørg Vestre – styremedlem

Torill Sandvik – varamedlem

Tora Moe – varamedlem

Varamedlemmene vert kalla inn til styremøta.

Valkomitè:

Randi Holmen Vestre - leiar, Anne Jorunn Nilsen og Arna Øvrebust – valt for 1 år

Revisorar:

Torbjørn Hove og Lars Petter Aasen – valt for 1 år

Seinare valde styret Anna Margrethe til sekretær og studieleiar.

Styret har hatt 7 møte og behandla 53 saker.

Informasjon, synleggjering og arrangement

I tillegg til eiga nettside og FB-side, vart Mental Helse Fjord synleggjort i Bygdebladet og Storfjordnytt samt på *Opplevfjord.no*.

Heimesida vart brukt aktivt med jamnleg oppdatering for å informere medlemmene og markedsføre Mental Helse Fjord. 21 artiklar vart lagt ut i årsmøteperioden. Artiklane vert delte på facebook. Alle medlemmene får tilsendt sms med invitasjon til å delta på aktivitetar lokallaget arrangerer.

Fjord kommune hadde eigenberedskapsveke med stand fleire stader i kommunen. MH Fjord blei spurt om å stille på stand saman med ordføraren og branninspektøren på Joker; noko vi gjorde.

Kvinnedagen 8. mars med temaet «Vald i nære relasjonar» vart markert med innleiingar ved Maria Hanadi Tanberg og Anita Dyb Linge i Stordal ved samarbeid mellom Eidsdal/Norrdal Røde Kors, Fjord AP, Fjord Sjukepleiarforbund, Mental Helse Fjord, Valldal Bygdekvinnelag og Valldal Helselag. Kulturelt innslag ved Matilde Tafjord Rødhammer.

«Vi treng å styrke vår psykiske helse» var årets tema for Verdensdagen for psykisk helse. Dagen vart markert i Stordal 15. oktober i samarbeid med Stordal Helselag. Psykolog og profesjonell historieforteljar Hilde Johanne Aasfoss hadde innlegg «Stå støtt når det stormar». Kommunalsjef Sindre Søvik Erstad orienterte om helsetenesta i kommunen. Frank Iversen

hadde kulturelt innslag. Mental Helse sentralt, Stordal Helselag, Sparebanken Møre (Teftmidlar) og MH Fjord dekte kostnaden.

Verdensdagen for sjølvmoedsførebygging den 10. september vart markert av Leve Møre og Romsdal, Mental Helse Fjord og Eidsdal/Norddal Røde Kors dagen i Valldal med foredrag ved Carl-Axel Bang-Ellingsen i Kirkens SOS.

Studiearbeid og likepersonsaktivitetar

Mental Helse Fjord gjennomførte 12 kurs knytta til aktivitetar i lokallaget. Kursa utgjorde i alt 63 timar med 65 deltakarar. Som deltakarar tel dei 4 som har gjennomført minst 75 % av kurset. Dei fleste aktivitetane vi har kan rapporterast til Bufdir gjennom Mental Helse som likepersonsaktivitetar. Begge ordningane skaffar midlar til drift av lokallaget.

Deltaking på samlingar, seminar, kurs o.l.

På fylkeslaget sitt leiarmøte (der styreleiar og ein frå styret er innkalla) i april på Vestnes deltok styreleiar Anna Margrethe og styremedlem Ingebjørg. På leiarmøtet november i Molde møtte Anna Margrethe.

Medlemsmøte med tema

I alle år har vi oftast medlemsmøte andre tysdagen i månaden, unnateke i februar då det er årsmøte og i oktober då vi markerer Verdensdagen for psykisk helse. Møte er opne for alle, også ikkje medlemmer som er interesserte i temaene og det vi driv med.

Invitasjon/orientering vert lagt ut på nettsida og FB. Møte vert oftast averterte og omtala i SN og BB. Nedanfor er medlemsmøte med tema nemnt.

Mars: Aina Øvrebust, seniorrådgjevar i eining for legemiddelsikkerheit i Direktoratet for medisinske produkt, hadde innlegg om temaet «Legemiddel hos eldre og om diabetes II».

April: «Branntryggleik» ved branninspektør Oddbjørn Nilsen.

Mai: Dr. med. og spesialist i indremedisin, Torstein Hole, snakka om «Kvinnehjarte».

Arrangementet var i samarbeid med Stordal Helselag.

November: Logoped Ursula Astrid Jongsma fortalde om og demonstrerte velferdsinstrumentet CRDL.

Januar: Temaet «Trening av balanse og førebygging av fall» ved fysioterapeut Øyvind Sundnes. Arrangementet var i samarbeid med Stordal Helselag og Hørselsforbundet Indre Sunnmøre.

Aktivitetar m.m.

Bading på Muritunet 6 veker vår og 7 veker haust. Frammøtet var vekslende.

På vårparten var vi samla til sosialt fellesskap på Stolt Mat.

Det var lagt opp til turar både i og utanom kommunen. Eit problem var å finne høveleg turdag då det er mange aktivitetar å «kollidere» med. Eit par gongar har vi hatt tur til same mål som LHL. Av turar kan særleg nemnast tur til Atlanterhavsparken, vandring på Skodjebruene og opplevelsestur i Molde.

Som punktum for året 2025 samlast 20 på Egon 8. desember før vi gjekk på julekonsert på Parken kulturhus med *Nordic Tenors*.

Diverse verv

Ingrid Løset er leiar i Mental Helse sitt kontrollutval.

Anna Margrethe er studieleiar og sekretær i Studieforbundet Funkis Møre og Romsdal.

Anna Margrethe er leiar i valkomiteen for Mental Helse Møre og Romsdal.

Brukarmedverknad

Ingrid Løset er brukarrepresentant i 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 Drægebø Moe og Ingrid Løset er medlemmer i *Rådet for personar med funksjonsnedsettingar i Fjord kommune*.

Medlemstal og grasrotgjevarar

Medlemstalet pr. 31.12. var 59. 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 Drægebø Moe - leiar



Jorunn Vestre - kasserar



Ingebjørg Vestre - styremedlem



Marit Abelvik - styremedlem