

# Årsmelding for 2023

## **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 Sunndal hadde 89 medlemmer pr. 31. 12 2023, en økning på 10 medlemmer det siste året.

## **Styret har i perioden bestått av:**

Leder	Marianne Johnsen
Nestleder	Eva Røskarhaug Reitan
Sekretær	Marianne Johnsen
Kasserer	Terje Gravem Storholt
Styremedlem	Ellen Mikkelsen
Styremedlem	Line Liabø
Varamedlem	Frank Kristiansen
Varamedlem	Sissel Vaagland
Valgkomite	Sissel Kårvand og Liv Monica Ellevset

## **Økonomi:**

Økonomien i laget er god.

Mental helse Sunndal får i hovedsak sine inntekter fra andel av medlemskontigent, likepersonstilskudd og velferdstilskudd fra Mental Helse, i tillegg får vi støtte fra kommunen, egenandel, loddsalg og grasrotmidler. Utgiftene relaterer seg i all hovedsak til kurs, turer og medlemsaktiviteter.

Mental Helse Sunndal hadde et overskudd i 2023 på kr. 304 346,74.

På onsdag og lørdags kafe kontoen er det kr 6633,63.

#### **Møter:**

Det er avholdt 9 styremøter og 3 arbeidsmøter.

**Onsdag og lørdagskafe:** Møteplass på Øran for alle medlemmer og brukere av huset. Vi har hatt 2 pizzakvelder og 2 bingokvelder.

**Påskesamling:** Ble avholdt 8 april. Vi stekte pølser på bål ( bålpanne) , serverte god hjemmelaget kakao, frukt og et stort påskeegg med gotteri og selvfølgelig kvikk lunsj. Det var benker og stoler der folk kunne sitte å kose seg. Været var bra, så det ble en trivelig feiring av påske.

**Balltur:** 25 mai dro 17 medlemmer til Bud for å spise ball. Vi hadde vært i kontakt med Mental Helse Kristiansund og spurt om dem ville være med. Det var 3 personer som kom. Det ble en koselig dag. Været var ikke på sitt beste, men vi tok likevel turen om Atlanterhavsvegen på tur hjem. Vi leide buss av pårørendeforeningen og brukte 1 privatbil.

**Sommerfest:** Sommerfesten ble avholdt 17 juni. Vi hadde kjøpt inn ny gassgrill, så den fikk vi testet. Vi inviterte Mental Helse Kristiansund, men de var opptatt med andre ting, men det kom to medlemmer. Været viste seg fra sin beste side, så det ble en perfekt fest. Tror vi var rundt 20 personer til stede

**Invitasjon:** 21 juni var vi invitert til Mental Helse Kristiansund sin sommerfest. Vi var 9 medlemmer som dro dit med buss. Det var tur med Sundbåten, så gikk turen opp til frivillighetssentralen, der ble det servert gryterett og dessert.

**Tur:** 16 september var det tur til Seljebøvatnet. Det var egentlig stor interesse for turen, så pårørendebussen ble leid. Men når dagen kom med veldig dårlig vær, så var det bare 3 personer som dro på tur.

**Høsttur til Lillehammer:** 14 medlemmer dro den 22 september til Lillehammer. Her reiste vi kollektivt, buss og tog. Litt misnøye med hotellet til å begynne med, men alt ordnet seg. Lørdag 23 september hadde vi guidet tur på Maihaugen, og senere festmiddag på restaurant Toskana. Den 24 september gikk turen hjemover med buss og tog. Været viste seg fra sin beste side hele helgen

**Verdensdagen:** Verdensdagen er 10 oktober, vi startet med markeringen av den lørdag 7 oktober med loddsalg i Altisenteret. Tirsdag 10 oktober ble markert på Øran aktivitetshus med grilling, foredrag av Hilde Furre, hvor hun tok for seg temaet selvmord. Aura avis var tilstede og laget en fin reportasje av markeringen.

**Julebord:** Julebordet ble avholdt den 7 desember på Go biten kafe og Cairting, vi var 25 stk som deltok. Også i år kunne alle bestemme hva de ville ha på tallerken av julemat. Til dessert ble det servert riskrem. Vi hadde gratis bingo med gavekort premier fra Alti.

**Allmøter:** Det har hvert to møter med Mariann Meisal, hun er avdelingsleder i psykisk helse Sunndal Kommune.

Marianne Johnsen  
Lene Diabø  
Ellen Mikkelsen  
Frank Kristiansen.