

# Årsmelding 2024 for Mental Helse Skien

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.

Dette har vært et år hvor vi har sett stor pågang i dem som ønsker og trenger helsetjenester innenfor psykiatrien.

Til tross for anstrengt kommune økonomi har det blitt økte midler til Psykisk Helse og Livsmestring. Både kommune og sykehus ser ut til å ha klart og ikke ha økte ventelister fra året før, men redusert dem noe.

Vi skulle startet opp prat med oss men dette har vi dessverre måttet gi opp på grunn av mangel på lokaler

Vi har startet opp to nye aktiviteter i år. Fredagskafe en gang i måneden og Turvenner. Turvenner har vinterpause og er tilbake når våren er kommet. Vi har hatt jevnt godt med aktiviteter for både medlemmer og andre i år.

Vår aktivitetsgruppe har da startet opp igjen hvor de som har lyst kan komme med tanker og ideer på hva vi skal ha av aktiviteter.

Mental Helse Skien har oppgang i antall medlemmer så vi er nå 123

## **Styrearbeid og annet**

Styret dette året har bestått av følgende personer:

Leder: Jørn-Roger Steen

Nestleder: Irene Berge

Sekretær: Siri B Jahren

Kasserer: Dan Jonassen

Styremedlem: Sonja Stenersen(Studieleder)

Styremedlem: Lillian Amundsen

Styremedlem: Brit Karin Rinde

Varamedlem: Morten Johnsen

Varamedlem: Miriam Kaasa

Vi har avholdt 11 styremøter og behandlet 122 saker. Og vi har hatt 2 styresamlinger hvor vi jobbet med årsmøte på det ene og styreroller, varslingsrutiner og etiske retningslinjer på den andre

Vi har jobbet med aktiviteter og arrangementer. Vi prøver hele tiden å ha fokus på flest mulige aktiviteter. Vi har jobbet med å skaffe nye lokaler og så langt ser vi ikke at vi har inntekter nok til å få egne lokaler. Vi har vært å sett på flere steder som dessverre ikke har passet for vårt bruk.

Vi jobber jo alltid med hvordan vi fungerer sammen som styre og vi har rom for mange meninger. Vi har jobbet sammen med andre organisasjoner om arrangement

Pratet med Kie(innvandrings enheten i Skien) om å komme dit å prate om psykisk helse

Vi har hatt en aktiv dialog med politikere om bedre tilbud i Skien og jobber for et frivillighetshus og bedre tilbud innen psykisk helse.

## Samarbeid

Brobygger Telemark  
Røde kors Skien  
Lie Bydelshus  
Alternativ til Vold  
Skien Bibliotek

## Aktiviteter

- Kom sitt med oss (18 ganger)
- Kino (16 ganger)
- Julebord
- Sommersamling med bingo
- Sommerkafe
- Foredrag om psykisk vold sammen med alternativ til Vold
- Mørkefest med musikk av Thomas Herlovsen
- Medlemstur til Mental Helse Bamble
- Grilling for medlemmer på bakkestranda
- Verdensdagen «sanger fra psykosen» sammen med Lie Bydeslhus
- Verdensdagen «Hva er god psykisk helse» sammen med Brobygger Telemark
- Aleine sammen 25 desember med røde kors og Brobygger Telemark
- Høstsamling med bingo
- Panikkangst foredrag med Skien Biblioteket
- Årsmøte
- Turvenner (5 ganger)
- Fredagskafe (4 ganger)

## Kurs, foredrag og samlinger

- Årsmøte kurs egen regi (Jørn-Roger,Siri,Dan,Sonja,Lillian,Miriam,Britt Karin)
- Styrearbeid kurs i egen regi(Jørn-Roger,Irene,Siri,Dan,Sonja,Lillian,Miriam,Britt Karin)
- Brukerkonferanse kongsberg(Jørn-Roger,Siri,Dan,Sonja,Lillian,Miriam)
- Helse konferanse kongsberg(Jørn-Roger,Siri,Dan,Sonja,Lillian,Miriam,Britt Karin)

- Brukermedvirker kurs (Miriam)
- Fagdag Jarlsberg eldre og psykisk helse (Jørn-Roger)
- Vedtektsutvalget i Mental Helse (Britt Karin)
- Mannsutvalget i Mental Helse (Jørn-Roger)
- FFO Temaforedrag om mobbing, utenforskap og diskriminering (Jørn-Roger)
- Prosjekt gruppe: overgang mellom sykehus og skien kommune innen psykiatrien (Jørn-Roger)
- Arbeidsdag med psykisk helse og livsmestring (Jørn-Roger)
- Lokallagleder samling i Horten Dan og Siri
- Telemarks kommune Frivillighetsdialogen (Jørn-Roger)
- Skiens Frivilligbørs (Jørn-Roger)

### **Råd, utvalg, brukermedvirkning og annet**

- Skiens råd for nedsatt funksjonsevne (Jørn-Roger)
- Skiens råd for nedsatt funksjonsevne (Miriam)
- Rådets representant inn i helse og omsorg (Jørn-Roger)
- Brukerrådet sykehuset Telemark (Jørn-Roger)
- Brukerrådet ved psykisk helse og livsmestring i Skien (Jørn-Roger)
- Årsmøte til fylket (Jørn-Roger, Siri, Dan, Sonja, Lillian, Miriam, Britt Karin)
- Minne konsert etter selvmord (Jørn-Roger)
- Presentasjon av Mental Helse på Odd Fellow (Jørn-Roger)
- Innlegg i avis om ventetider i psykiatrien
- Landsmøte Mental Helse (Jørn-Roger)
- Valgkomite FFO (Sonja)
- Radio om selvmord (Jørn-Roger)
- Gatefest på Lie (Jørn-Roger, lillian)