



## ÅRSMELDING FOR MENTAL HELSE TROMSØ – 2025

**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 Tromsø hadde 88 medlemmer pr. 31.12.2025 og har i dag 89 medlemmer, en økning på 8 medlemmer det siste året.

Styret har i perioden bestått av:

|              |   |
|--------------|---|
| Leder        | : Elin M B Abelsen                              |
| Nestleder    | : Else- Marie B Andreassen (trakk seg 23.02.26) |
| Kasserer     | : Christina Wangsbro                            |
| Sekretær     | : Silje Maria Richardsen                        |
| Studieleder  | : Christina Wangsbro                            |
| Styremedlem  | : Alexander Paulsen (trakk seg 11.01.26)        |
| Varamedlem   | :   |
| Valgkomite   | : Styret  |
| Revisor(er)  | : Ronald Seglsten                               |
| Andre utvalg | :   |

### **Økonomi:**

Mental Helse Tromsø får i hovedsak sine inntekter fra andel av medlemskontingent, likepersonstilskudd og velferdstilskudd fra Mental Helse. I tillegg får vi støtte fra loddsalg, grasrotmidler og donasjoner. Utgiftene relaterer seg i all hovedsak til kurs, turer og medlemsaktivitet. Mental Helse Tromsø hadde et overskudd / underskudd i 2025 på 195070,42,- kr. Se for øvrig revidert årsregnskap for detaljer.

### **Møter:**

Det er avholdt 7 styremøter og 7 medlemsmøter/kvelder i perioden.

Brukermedvirkning:

Christina: Referansegruppe PHRK, Psykisk helse og rusklinikken

### **Aktiviteter:**

Mental Helse Tromsø har deltatt i flere møter med UiT/ UNN om forskning og prosjekter innen psykisk helse, leder har deltatt på Samhandlingskonferanse. Mental Helse Tromsø har vært på samhandlings møter med Trivsel for Eldre på flere sykehjem, men på grunn av at vi som medlemsorganisasjon ikke kan arrangere eller aktivisere noen utenfor organisasjonen uten at det er et åpent møte eller at de er medlemmer. Ble det vanskelig å avtale noe for øyeblikket. Leder har også vært på fagdag om verdighet, arrangert av blant annet Kirkens Sos med flere, og fagdag under Arctic Pride om sex og politikk. Mental Helse Tromsø var på lokallagsamling med Mental Helse Troms og Finmark, hvor det var fokus på brukermedvirkning og aktiviteter i lokallagene.

**Kurs:**

Styremedlemmer og medlemmer har deltatt på webinarer/kurs i: Stå på stand, Fundraising, og rekruttering av frivillige

Lokallaget har arrangert i 2025.

**Samarbeid:**

Samarbeid med kommunen og / eller med andre organisasjoner. To seminarer med FN-Sambandet og flere på Internasjonalt Seminar om Arbeidslivet og mental helse og From Isolation to Inclusion. - Belonging and Mental Health in Tromsøs Diaspora. Inngått et samarbeid med BK Tromsø, Mental Helse Tromsø har vært synlige på flere volleyballkamper og sosiale med BK Tromsø. Vært medarrangangjør på verdensdagen for selvmordforebygging. Deltatt på workshop på Arctic Pride, med tema psykisk beredskap og med undertekst- likeverd- respekt- åpenhet- inkludering.

**Verdensdagen:**

Mental Helse Tromsø markerte Verdensdagen 2025 med tema: psykisk beredskap med flere organisasjoner på stand på Jekta den 10.10. 25. Det var musikk, dikt og presentasjon av alle oppmøte.

Sluttord:

Det har vært et aktivt år og styret har deltatt på flere møter og aktiviteter hele året. Det vært sykdom i styret, dermed leder og kasserer gjort kun sine faste oppgaver. Det har vært begrenset publisering og kun oppfølging av allerede bestemte mailer.

Viser til resultatregnskap for mer informasjon.

Styret takker for året som har gått og ønsker det nye styret lykke til videre!

Sted / dato: Tromsø, 11.03.26

Styret

Elin M.B. Abelsen

Else-Marie B. Andreassen

Christina I. Wangsbro

Silje Maria Richardsen

Alexander Paulsen

