

Kjære medlemmer

Årsmøtet 2025

24. februar ble det avholdt årsmøte og styret består nå av følgende personer:

Leder: Wenche Steenstrup

Kasserer: Elisabeth Thomassen

Styremedlem: Gørill Martinsen

Vara: Line Hole

Vara: Britt-Inger Solheim

Medlemsmøte 14. august 2025

Invitasjon til Skravlekveld med Mental Helse Asker! 🧠 🍕

Vi inviterer deg til en sosial og uformell skravlekveld!

Dato: 14. august kl. 18.00 sted: kommer senere.

Sett av kvelden allerede nå!

📍 Hva skjer?

• Vi serverer pizza 🍕

• Det blir quiz med fine premier 🎁

• God stemning og lav terskel for å være med 😊

Semsvannsrunden 3. september 2025

NakuHel, Asker Skiklubb og Mental Helse Asker inviterer deg til Semsvannsrunden 2025! Bli med på et 4,6 km terrengløp rundt vakre Semsvannet.

Vi setter søkelys på både psykisk og fysisk helse. Sett av dagen til dette flotte arrangementet!

Hvis du ikke ønsker å delta i konkurransen, er du hjertelig velkommen til å ta en tur så langt du ønsker. Du kan også komme og heie på deltakerne!



Tur til Nordby kjøpesenter, Sverige

Felles tur med Mental Helse Bærum.

Mental Helse Asker

ønsker også i år arrangere en felles tur, i løpet av høsten

Nærmere info og dato kommer senere



Vi ønsker å høre fra deg. Ta gjerne kontakt!

asker@mentalhelse.no

Følg med på hjemmesiden

<https://mentalhelse.no/asker>.

Her finner du informasjon om aktiviteter i lokallaget og mye annen spennende lesing.

Hjelpetelefonen og sidetmedord

Vi vil minne om at Mental Helse Hjelpetelefonen er tilgjengelig dersom du trenger noen å snakke med, på tlf. 116 123. Du kan også skrive på nettsiden [sidetmedord.no](https://mentalhelse.no/sidetmedord).

Med vennlig hilsen

styret i Mental Helse Asker

Grasrotandelen

Hvis du ønsker at din Grasrotandel skal gå til Mental Helse Asker kan du bruke strekkodene under:

Organisasjonsnummer: 991135863



GRASROTANDELEN®

32774991135863

