



Handlingsplan Mental Helse Bærum

Årsmøteperiode 2024 – 2025

Aktiviteter og tilrettelegging.

- Åpne medlemsmøter med sosialt samvær, bevertning og evt. tema.
- Julebord og sommer tilstelning underholdning for medlemmer og andre
- Dagstur(er) med kulturelt innhold, sosialt samvær og måltid i fellesskap. Informasjonsvirksomhet om tilbudene i kommunen.
- Informere medlemmer og andre om utvalgte tilbud via ulike medier.
- Besøke flere aktivitetstilbud for å kjenne dem bedre.
- Få klarere info om tilbud innen Rask psykisk helsehjelp og langvarige tilbud fra Oppfølgingstjenesten; innhold, organisering og målgrupper.
- Klargjøre hvordan vi kan bidra som likepersoner og igangsette dette
- Kontakte kommunen om personer som trenger følge fra helsearbeider for å komme i gang med aktivitetstilbud, men angivelig ikke får det.

Medvirkning og politisk påvirkning.

- Revisjonsrapporten psykisk helse og rus: Følge opp kommunens arbeid med rapportens anbefalinger og konkretisere innspill vi har gitt.
- Kommunens virksomhetsplan innen psykisk helse og rus: Gjennomgå planen, holde oss oppdatert og eventuelt gi innspill. Bidra til mer brukerinvolvering og åpenhet rundt planen.
- Rask psykisk helsehjelp: Følge utvikling i tjenesten og ta initiativ til dialog med politisk utvalg / utvalgsleder om forhold vi betrakter som problematiske; Bl.a. ventelister, eksklusjonskriterier, informasjonen på nettsider.
- Fremme samarbeid mellom erfaringskonsulent tjenestenivå, vår representant i kommunalt råd, Brukerrådet psykisk helse og rus og Mental Helse Bærum.

Informasjonsvirksomhet om Mental Helse og arbeidet vårt.

- Bidra med stand, informasjon og dialog med publikum på Verdensdagen, aktivitetsmessen «Fyll dagene», den Internasjonale eldredagen og eventuelt andre markeringer når det er mulig.
- Mental Helse hjemmesider; Etablere praksis med å legge ut politisk virksomhet samt store og små innspill overfor kommunen på siden.

Kurs og utvikling.

- Få mer kunnskap om helsefremmende samtalegrupper, kurs og nettressurser.
- Vurdere om og hvilke tilbud innen Rask psykisk helsehjelp som bør være åpne.
- Vurdere henvendelse til Helse og friskliv om samarbeid om å tilby slike kurs.
- Nettbasert kurs i bruk av Mental Helse nye nettsider.