

Velkommen til årsmøte



MENTAL HELSE Lillestrøm

Likeverd, åpenhet, respekt og inkludering

Mandag 23.02.26 kl. 13:00



INNKALLING TIL ÅRSMØTE I MENTAL HELSE LILLESTRØM

TID: Mandag 23.02.26 kl. 13:00

STED: Norasonde Lillestrøm, Kirkegata 3, 2000 Lillestrøm, Rom 301

Saksliste:

Sak 1: Åpning/konstituering

- navnefortegnelse over fremmøtte medlemmer med gyldig medlemskap
- godkjenning av innkalling og dagsorden
- valg av møteleder og sekretær for årsmøtet
- fastsettelse av forretningsorden
- valg av to protokollunderskrivere
- valg av tellekorps

Sak 2: Årsmelding for årsmøteperioden

Sak 3: Revidert regnskap for forrige kalenderår

Sak 4: Fastsettelse av honorar / godtgjørelse for styret

(Saken skal behandles av årsmøtet uavhengig av om styret skal ha honorar / godtgjørelse eller ikke)

Sak 5: Saker foreslått etter § 18.4 eller 25.4

Sak 6: Handlingsplan til neste ordinære årsmøte

Sak 7: Budsjett for inneværende kalenderår

Sak 8: Valg

- Valg av leder, kasserer og minimum ett styremedlem. Det er videre fritt opp til lokallagene å velge flere representanter til andre verv i lokallagsstyret.
- Styret velges normalt for 2 år, slik at omtrent halvparten av styret velges hvert år.
- Valg av delegater med vararepresentanter i nummerert rekkefølge til årsmøte i fylkeslaget dersom fylkeslaget har valgt å avvikle årsmøte ved bruk av delegater, jfr § 20.2.
- Valg av valgkomité med leder og fortrinnsvis to medlemmer.
- Valg av to revisorer for lokallag som ikke har skriftlig avtale med ekstern registrert eller statsautorisert revisor.

Saker som ønskes behandlet på årsmøtet må være innsendt til styret senest 2 uker før møtet. Innmeldte saker må være behandlet av styret før årsmøtet.

Dato / Sted: 09.02.2026. Lillestrøm

Styret i Mental Helse Lillestrøm

Mental Helse Lillestrøm

Likeverd, åpenhet, respekt og inkludering

Notat:

Arild Ormstad Mossing (Styremedlem) og Nancy Wictoria Johansen (Kasserer) gikk dessverre bort i 2025 og har derfor ikke underskrevet noen dokumenter.

Årsrapport for 2025

Mental Helse Lillestrøm

Likeverd, åpenhet, respekt og inkludering

I løpet av 2025 har Mental Helse Lillestrøm gjennomført

- 11 styremøter
- Gått igjennom 81 saker på styremøtene
- Dialog med Lions Lillestrøm
- Hatt kick-off – Taste of Asia - 17 gjester
- Kino- kveld i samarbeid med Mental Helse Lørenskog – Odeon Lillestrøm – 35 gjester
- 1 medlemskveld På Taste of Asia Lillestrøm – 23 gjester
- Julebord – Taste of Asia - 35 gjester
- Gå turer med Arild Hansen - 4 gjennomførte turer
- Samarbeid med Seksjon Aktivitet Lillestrøm
- Lokallagsamling, Olavsgaard - 6. og 7. september 2025 –
- Lys vandring m/ stand - 9 okt. 2025
- Verdensdagen for psykisk helse – Norasonde -10. Okt. 2025
- Verdensdagen for selvmordsforebygging sammen med LEVE og Enhet psykisk helse Lillestrøm
- Helsekonferanse i Kongsberg
- Pårørendekonferansen i Kongsberg
- Organisasjonskurs Olavsgaard
- Organisasjonskurs «Styrearbeid i den digitale verden» - Color Line (Kiel) - Funkis
- Samarbeid med «Audionautene» – Sigve Grønnbeck Kristoffersen
- Samarbeidprosjekt med «Ta seg frem i livet» Lillestrøm kommune, ARA og DPS Ahus avd. Lillestrøm
- Dialog med «VilMer» Lillestrøm

9/2 - 26

Arild Hansen

Ståle S. Glans.

Frøydis Olsen
Hudmundsen

Dac RF Skage

Periode: Årsavslutning 2025 ▼ Prosjekt:



Resultat

KONTO	DENNE MÅNED			HITTIL I ÅR		
	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK
Inntekter						
Driftsinntekter						
3680 Grasrot andelen	0	0	0	18 383	0	18 383
3681 Andre inntekter - egen aktivitet	0	0	0	11 314	0	11 314
3683 Egenandeler	0	0	0	1 191	0	1 191
3900 Gaver	0	0	0	5 000	0	5 000
<i>Sum Driftsinntekter</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>35 888</i>	<i>0</i>	<i>35 888</i>
Finansielle poster						
8041 Andre finansielle inntekter	0	0	0	20 000	0	20 000
Sum Inntekter	0	0	0	55 888	0	55 888

KONTO	DENNE MÅNED			HITTIL I ÅR		
	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK
Kostnader						
Andre Driftskostnader						
6400 Profiling	0	0	0	19 371	0	19 371
6804 IT kostnader	0	0	0	313	0	313
6809 Diverse utgifter	0	0	0	6 445	0	6 445
6810 Gaver	0	0	0	2 539	0	2 539
7020 Reiseutgifter Styrearbeid	0	0	0	5 539	0	5 539
7120 Servering Styrearbeid	0	0	0	4 537	0	4 537
7130 Servering Annen representasjon	0	0	0	7 051	0	7 051
7500 Kurs/samlinger	0	0	0	26 074	0	26 074
7501 Julebord	0	0	0	17 088	0	17 088
7701 Bank kostnader	0	0	0	908	0	908
<i>Sum Andre Driftskostnader</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>89 865</i>	<i>0</i>	<i>89 865</i>
Finansielle poster						
8140 Renteutgifter og gebyrer	0	0	0	77	0	77
Sum Kostnader	0	0	0	89 942	0	89 942
Over/underskudd	0	0	0	-34 054	0	-34 054

Periode: Årsavslutning 2025 ▼ Prosjekt:



Resultat

KONTO	DENNE MÅNED			HITTIL I ÅR		
	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK
Inntekter						
Driftsinntekter						
3680 Grasrot andelen	0	0	0	18 383	0	18 383
3681 Andre inntekter - egen aktivitet	0	0	0	11 314	0	11 314
3683 Egenandeler	0	0	0	1 191	0	1 191
3900 Gaver	0	0	0	5 000	0	5 000
Sum Driftsinntekter	0	0	0	35 888	0	35 888
Finansielle poster						
8041 Andre finansielle inntekter	0	0	0	20 000	0	20 000
Sum Inntekter	0	0	0	55 888	0	55 888

KONTO	DENNE MÅNED			HITTIL I ÅR		
	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK	FAKTISK	BUDSJETT	AVVIK
Kostnader						
Andre Driftskostnader						
6400 Profiling	0	0	0	19 371	0	19 371
6804 IT kostnader	0	0	0	313	0	313
6809 Diverse utgifter	0	0	0	6 445	0	6 445
6810 Gaver	0	0	0	2 539	0	2 539
7020 Reiseutgifter Styrearbeid	0	0	0	5 539	0	5 539
7120 Servering Styrearbeid	0	0	0	4 537	0	4 537
7130 Servering Annen representasjon	0	0	0	7 051	0	7 051
7500 Kurs/samlinger	0	0	0	26 074	0	26 074
7501 Julebord	0	0	0	17 088	0	17 088
7701 Bank kostnader	0	0	0	908	0	908
Sum Andre Driftskostnader	0	0	0	89 865	0	89 865
Finansielle poster						
8140 Renteutgifter og gebyrer	0	0	0	77	0	77
Sum Kostnader	0	0	0	89 942	0	89 942
Over/underskudd	0	0	0	-34 054	0	-34 054

ECW skattn C. Hæver

Wina RG Skager 27/1 - 2026

Stål Jørn
15.01.26

Frøydis Olsen 2/1.25

Arvid Flomson



Revisors beretning for Mental Helse Lillestrøm 2025

Vi har revidert regnskapet for Mental Helse ~~Nittedal~~ i henhold til MHs regnskap og revisjonsbestemmelser

Årsregnskapet for regnskapsåret 2025 viser et Underskudd på kr. 34054,-

Vi har utført følgende regnskapshandlinger:

Revidert regnskapet

Vi har vurdert om regnskapet er i utarbeidet og fastsatt i samsvar med god regnskapsskikk og MHs regnskap og revisjonsbestemmelser.

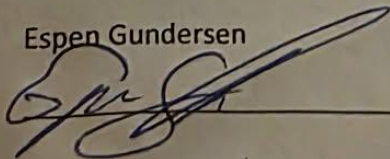
Konklusjon: Vi har ikke avdekket noen feil eller mangler i regnskapet.

Vi mener at regnskapet er i samsvar med MHs regnskap og revisjonsbestemmelser, og at årsregnskapet for 2025 kan fastsettes som Mental Helse Lillestrøm årsregnskap for 2025

Kommentarer:.....
.....
.....

Sted og dato: Nittedal 29.01.2026

Espen Gundersen



Åkrene 1/2-26

Janne Karlsen

Handlingsplan for 2026

Mental Helse Lillestrøm

Likeverd, åpenhet, respekt og inkludering

I løpet av 2026 ønsker Mental Helse Lillestrøm å gjennomføre

- Opprettholde samarbeid og arbeid videre fra 2025 (Se Årsrapport fra 2025)
- Gjennomføre 10 styremøter
- Gåturen, en gang i måneden
- Medlemskvelder/aktiviteter/Kinokveld
- Verdensdagen for Psykisk helse
- By-festen Lillestrøm
- Lysvandringen
- Verdensdagen for selvmordsforebygging
- Pride 2026
- Sommeravslutning
- Julebord

Mental Helse Lillestrøm er alltid åpne for nye aktiviteter og samarbeid gjennom hele året.

Budsjett for 2026

Mental Helse Lillestrøm

Likeverd, åpenhet, respekt og inkludering

Kontonr.	Tekst	Budsjett 2025	Budsjett 2026
Medlemskveld			Kr. 20,000
Kinokveld			Kr. 35,000 delt på to
Styremøter			Kr. 5,000
Reiseutgifter Styrearbeid			Kr. 15,000
Profilering		35,000	
Kurs og samlinger			Kr. 30,000
Julebord 2026			Kr. 20,000
Aktiviteter			Kr. 50,000

Kjøring og parkering: 15 000,- Kjøring til og fra styremøter og arrangement pluss parkering

- Kaffe/te og mat til styremøte: 10 000,- Det skal holdes i hvert fall 10 styremøter i løpet av 2025. Vi ønsker å støtte Norasonde med å bestille og betale for mat på våre styremøter.
- Reklame: 15 000,- Reklame effekter for å se og bli sett. Til stands og rekruttering. Bannere, «blimedlem»- visittkort, Mental Helse sukkertøy og andre effekter å ha på stand og arrangementer

- Kick-off: 5000,- En aften hvor vi inviterer alle medlemmer for å se og bli sett hvor vi lar medlemmer bli kjent med det nye styret og viser at Mental Helse Lillestrøm er tilbake.
- Medlemskvelder: 12 000,- Minimum 4 medlemskvelder med kaffe/te og mat (Pizza) for å bli kjent med våre medlemmer og la de bli kjent med oss, hvor vi kan få tilbakemeldinger på ønskete aktiviteter vi i styret kan sette opp.
- Julebord for styret: 5000,- Julebord for oss i styret for teambuilding og takk for alle oppgavene som har blitt utført.

[illegible]

Styreleder:

Nestleder:

Kasserer:

Styremedlem:

Vara: