



MENTAL HELSE UNGDOM

Mental Helse Ungdom er en medlemsbasert interesseorganisasjon for barn og unge opp til 31 år.

Vi jobber for økt åpenhet om psykisk helse, forebygging av psykiske plager og et bedre psykisk helsetilbud. Våre verdier er Mot, Åpenhet og Likeverd.

Vårt mål er at alle barn og unge i Norge skal ha en best mulig psykisk helse.

For å nå ut til så mange unge som mulig har vi flere ulike tilbud; blant annet:

- Lokale møteplasser (lokallag)
- En chattjeneste
- Flere lavterskel samtaletilbud (En som lytter, Bobilen og Råd og veiledning)
- Turtilbud (Frisk Pust og Mestring)
- Juridisk rådgivning (Rettighetstelefonen)
- Et medlemsblad som kommer ut tre ganger i året (Inspira)
- Årlig sommerleir

I tillegg jobber vi alltid med ulike tidsavgrensede prosjekter som driver med spennende ting som forskning, arbeidstrening, klatring og boksing.

For å lese mer om våre tilbud og prosjekter kan du gå inn på www.mentalhelseungdom.no.

Du kan også følge oss på @mentalhelseungdom på Facebook og Instagram.