



Verksamhetsberättelse

Verksamhetsår 2017

RSMH Trelleborg
c/o Loes Vollenbroek
Hallasvängen 37A
231 65 Trelleborg

Org nr 847000-4386

www.rsmhtrelleborg.se
rsmhtrelleborg@gmail.com

Sammanfattning

Den nuvarande RSMH Trelleborg bildades 2015 med 12 medlemmar och har vuxit sedan dess. I slutet av 2015 hade föreningen 53 medlemmar, i slutet av 2016 hade föreningen 94 medlemmar och den 31e december 2017 fanns det 150 medlemmar i åldersspann 10 till 78 år.

RSMH Trelleborg arbetar för att personer med social och/eller psykisk ohälsa ska kunna leva ett bra liv på samma villkor som övriga i samhället. Föreningen jobbar på tre nivåer: kamratstöd, information och utbildning samt intresse politiskt.

Under 2017 har RSMH Trelleborg genomfört följande:

- 5 cirklar med sammanlagd 131 träffar
- 8 dialog/workshop tillfälle
- 2 festliga sammankomster. Sommarfest med 45 deltagare och Julfest med 90 deltagare.
- 23 föreläsningar
- 3 teaterföreställningar
- 45 Öppet hus träffar
- 2 utbildningar med sammanlagd 12 träffar
- 3 utställningar
- 2 veckor evenemanget Psykisk Hälsa Trelleborg

RSMH medlemmar deltar även i RSMH Riksförbundets utbildningar.

Representanter från föreningen deltar i 7 olika löpande arbets- och utvecklingsgrupper.

RSMH Trelleborg samarbetar och utvecklar sitt samarbete med olika parter, som:

- ABF Sydvästra Skåne
- Gemenskap ger Kamratstöd Projekt
- Kultur- och Fritidsnämnden Trelleborg
- LSS Daglig Verksamhet Västergatan Trelleborg
- RSMH Distrikt Skåne och RSMH Riksförbundet
- Socialpsykiatri Trelleborg
- Söderslättsgymnasiet
- Teater Jösses
- Trelleborg Tillsammans och Föreningsrådet Trelleborg
- Vuxenpsykiatri Malmö/Trelleborg

Organisation

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa (RSMH) stödjer och organiserar alla som har intresse för och/eller erfarenhet av social och psykisk ohälsa. En viktig uppgift är att arbeta för ett samhälle som främjar den psykiska hälsan och allas rätt att leva i samhället på samma villkor utan att mötas av fördomar och negativa attityder. RSMH är en ideellt partipolitiskt obundet och religiöst neutralt förbund, som genom socialpolitisk kamp och kamratstödande verksamhet verkar för dem som hotas av, är eller har upplevt sociala eller psykiska svårigheter. Grunden för RSMHs verksamhet är medlemmarnas kunskaper om och erfarenheter av den sociala och psykiatriska vården och påfrestningar som finns i samhället.

I februari 2015 bildades lokalföreningen RSMH Trelleborg med målsättningen att etablera RSMH Trelleborg som en aktiv förening som befrämjar att personer med social och/eller psykisk ohälsa ska leva på samma villkor som övriga i samhället med stor vikt på den egnas delaktighet och inflytande. Föreningen jobbar främst på tre nivåer: kamratstöd, information och utbildning samt intresse politiskt.

Styrelsen

Under 2017 har styrelsen haft flera sammankomster och av dessa 12 protokollförda styrelsemöte utöver det konstituerande mötet. Mötena har varit i "Kärnans lokaler" på Portgränd 10 Trelleborg. Styrelsen har under 2017 bestått av följande personer:

Ordförande	Olle Herrström
Kassör	Agneta Jonsson
Sekreterare	Loes Vollenbroek
Ledamot	Fredrik Hansson
Ledamot	Malin Rasmussen
Ledamot	Lena Kempe
Ersättare	Charlotta Olsson
Ersättare	Ulf Pettersson
Ersättare	Anna Andersson
Valberedningen	Bo-Göran Trulsson
Revisor	Göran Andersson

Medlemmar och medlemsavgift

Medlemsavgiften var 100 kronor per år per medlem. Sedan starten 2015 har föreningens medlemsantal vuxit. Den 31e december 2015 hade föreningen 53 medlemmar, 31 december 2016 94 och 31e december 2017 hade föreningen 150 betalande medlemmar varav 2 hen, 89 kvinnor och 59 män i åldern 10-78 år. En stor del av medlemmarna har någon form av funktionshinder, de flesta i form av psykisk ohälsa och/eller en psykiatrisk diagnos. Vissa medlemmar behöver en stödperson för att kunna delta på föreningens aktiviteter och faktum att detta inte anses som något märkvärdigt ökar deras delaktighet och kan även ha som resultat att stödperson inte längre behövs.

Årsmöte och medlemsmöte

Ordinarie årsmöte hölls den 16e februari i "Kärnans lokaler" på Portgränd 10 Trelleborg. Medlemsmötena hölls den 2e februari, den 1e juni och den 14e december.

Lokal

RSMH Trelleborg lånar tacksamt lokalen "Kärnan" på Portgränd 10 från Social Psykiatri Trelleborg när deras verksamhet har stängd. Föreningen har vuxit och tyvärr fungerar lokalen inte längre då föreningen inte kan genomföra alla sina aktiviteter, inte har möjlighet att starta fler aktiviteter och inte får plats med alla besökare vid alla nuvarande aktiviteter.

Representation och samarbete

En av RSMH Trelleborgs uppgifter är att sprida kunskap och information. Detta sker via föreningens hemsida och facebook sida. Föreningens medlemsblad har skickats ut 4 gånger under 2017. Alla aktiviteter skickas ut via medlemsmejl och information och flyers om aktiviteter finns tillgängliga på lokala platser och affären samt hemsidor som Trelleborgs evenemangskalender och ABF Sydvästra Skåne.

RSMH Trelleborg är medlem i ABF Sydvästra Skåne och har ett gott samarbete med ABF. Förutom regelbundna personliga möte med ABFs kontaktperson är föreningen deltagare i Funktionshinder gruppen och deltar i gruppens mötena.

Olika medlemmar har ställts upp för intervjuer i ett flertal studiearbete från studenter inom Psykologi på Lunds Universitet och Malmö Högskolan.

RSMH Trelleborg har bra löpande kontakt och samarbete med RSMH Riksförbundet och Loes Vollenbroek har deltagit och föreläst vid Riksförbundets 50-år Jubileumskonferens den 19e september i Stockholm.

Vid RSMH Distrikt Skånes årsmöte hade RSMH Trelleborg 10 representanter och från Trelleborg blev Loes Vollenbroek valt till sammankallande för distriktets Valberedning, Per Ejderholt blev valt till distriktsstyrelsen ledamot och Sara Ulvinus till distriktets kassör.

Trelleborgs förening har även bra samarbete med Riksförbundets projekt "Gemenskap ger Kamratstöd", ett samarbetsprojekt med SEF (Sveriges Ensamkommandes Förening) för unga vuxna, kamratstöd och integration och deltar i gemensamma träffar och aktiviteter.

RSMH Trelleborg har under 2017 haft flera mötena med Söderslättsgymnasiet kring samarbete för att uppmärksamma och förebygga psykisk ohälsa hos eleverna. Samarbetet har utvidgats, förstärkts och eleverna och lärare var mycket delaktig vid Psykisk Hälsa Trelleborg arrangemanget.

Malin Rasmussen och Loes Vollenbroek deltog som representanter från RSMH Trelleborg vid Funkis projektets konferens 15 maj i Stockholm.

RSMH Trelleborg har under hösten 2017 gått med i Trelleborg Tillsammans och Föreningsrådet Trelleborg och Loes Vollenbroek har valts in som representant i Arbetsgrupp Socialt Frivilligt Arbete.

Under hösten har även ett samarbete med LSS daglig verksamhet på Västergatan, Trelleborg inledd.

Vid Trelleborg Kulturnämndens Föreningsmöte den 25e oktober var RSMH Trelleborg delaktig och Loes Vollenbroek var en av 3 föreningsrepresentanter talare. Loes presenterade föreningen och i synnerhet Psykisk Hälsa Trelleborg evenemang.

RSMH Trelleborg har även representanter i flera olika arbets- och referensgrupper, under 2017 har representanter deltagit i flera möten av följande grupper:

- Bris Nätverksträffar. Representanter: Charlotta Olsson, Loes Vollenbroek och Malin Rasmussen
- Funktionshinder grupp ABF Sydvästra Skåne. Representanter: Fredrik Hansson och Ulf Pettersson
- Idéer och Innovation projekt från HSO Skåne i samarbete med Innovation Skåne. Representanter: Loes Vollenbroek, Olle Herrström och Sara Ulvinus
- Inflytanderåd Psykiatri Malmö/Trelleborg i Malmö. Representant: Loes Vollenbroek
- Utskrivningsguiden i Malmö, NSPH Skåne projekt. Representanter: Agneta Jonsson, Anne Bauch, Lena Kempe, Loes Vollenbroek och Malin Rasmussen
- Samrådsgrupp Trelleborg/Svedala/Vellinge i Trelleborg. Representant: Olle Herrström
- SPS – Social Psykiatrisk Samverkan i Trelleborg. Representanter: Loes Vollenbroek, Olle Herrström och Per Ejderholt

Utbildning

Allmän utbildning

Alla föreningens föreläsningar som är öppet för allmänheten och är av informativ och utbildande karaktär.

Riksförbundet RSMH utbildningar

Riksförbundet RSMH anordnar årligen olika folkhögskolekurser på Åsa Högskola för att stärka medlemmar och organisationen. RSMH Trelleborg har mycket bra erfarenhet av dessa kurser och användning av förvärvad kunskap på lokal nivå. Under 2017 har föreningen haft möjlighet att skicka medlemmar till kursen: "Våga fråga, våga leda, våga nytt".

Kognition

Under sommaren har föreningen genomfört 4 utbildande träffar kring ämnet Kognition i samband med olika funktionssätt.

Datorkurs för nybörjare

Under höstterminen ledde en av föreningens medlemmar en 8-träffars datorkurs för nybörjare för andra medlemmar. Kursen var så lyckat och uppskattad att fortsättning är planerat.

Aktiviteter

Informationsarbete

Information och kunskap om psykisk ohälsa och dess påverkan på personer som lider av psykisk ohälsa, deras närstående samt samhälle sprids genom RSMH Trelleborgs tidigare nämnda representantskap, föreläsningar och nedanstående beskrivna aktiviteter. Information sprids även via föreningens hemsida och facebook sida. Medlemmar får också medlemsmejl och brevutskick med uppdateringar av föreningens arbete och tips.

Öppet hus

Under 2017 har Öppet hus aktiviteten fortsatt. Varje torsdag, utom röda dagar, mellan kl. 16.30-19.00 kan medlemmar eller personer som är intresserat av medlemskap komma till lokalen för fika, sällskap, spel eller "bara" samhörigheten. Under 2017 har det varit 45 Öppet hus träffar med ett genomsnitt av 15-20 personer per träff.

Föreläsningar

Den sista torsdagen i månaden anordnar RSMH Trelleborg föreläsningar med olika tema relaterat till psykisk hälsa. Målsättningen är att föreläsningar i störst möjliga mån genomförs av en person med egen erfarenhet tillsammans med någon från professionen. Föreläsningarna är mycket uppskattat och har haft mellan 20-40 åhörare per föreläsning. Under 2017 har RSMH Trelleborg erbjudit 8 torsdagskväll föreläsningar:

- "Spelberoende", 26 januari med Spelberoendes Förening Malmö och Ulf Pettersson med egen erfarenhet
- "Schizoaffektiv syndrom", 23 februari med sjuksköterskor från psykosmottagning och Anna Andersson med egen erfarenhet
- "Drogmissbruk och psykisk ohälsa", 30 mars med X-cons Trelleborg och Lena Kempe med egen erfarenhet
- "Kamratstöd: ett sätt att stödja varandra", 27 april med Jonas Andersson från RSMH Riksförbundet
- "Rättspsykiatri: vad innebär det?", 18 maj med personal från Rättspsykiatri Trelleborg och en patient med egen erfarenhet
- "Att vara anhörig/närstående: olika perspektiv", 31 augusti med Agneta Jonsson, Loes Vollenbroek och Sara Ulvinius med egen erfarenhet
- "Koll på pengarna: att få hjälp av god man eller förvaltare", 28 september med överförmyndare och Malin Rasmussen med egen erfarenhet av att ha en god man
- "Sorgen av förlorad arbetsförmåga och restsymtom", 26 oktober med Anne Bauch med egen erfarenhet
- "Hälsa som livsstil", 30 november med Ivan-Thomas Brilje, tidigare elit-idrottare och verksamhetsledare på Riksorganisationen Hikari.

Scrapbooking grupp

Den första och mest populära cirkeln som startade i RSMH Trelleborg är scrapbooking gruppen, där deltagarna bland annat tillverkar fina kort. Gruppen har fullt med 12 deltagare och personer i kö. Under 2017 har gruppen haft 38 sammankomster.

Samtal kring film: Filmklubben

Filmklubben har vuxit under året till 9 fasta deltagare som kommer varje tisdag personer för att tillsammans se på film och diskutera filmens tema. Gruppen har haft 30 sammankomster under 2017.

Hantverk

Fredag eftermiddagar träffas 10 deltagare från Hantverksgruppen och testar olika former av hantverk som virkning, målning, ritning, tovning mm. Gruppen har träffats 34 gånger under 2017.

Skrivarcirkel

RSMH Trelleborgs skrivarcirkel träffas varannan måndag och har haft 19 träffar under 2017. Gruppen har ökat till 7 deltagare och skriver om olika aspekter av livet och känslor med hjälp av övningar som till exempel fri skrift kring känslor eller särskilda tema.

Anhörigstödgrupp

För att möta upp det stora behovet från anhöriga startades en anhörigstödgrupp hösten 2017. Avsikten var att gruppen skulle träffas 8 gånger men de 9 deltagare ville ha fler träffar och det blev 10 träffar under 2017 med en till omgång till vår 2018.

Sommarfest

2017s Sommarfest firades lördag den 10e juni. Liksom 2016 blev det en mycket uppskattad eftermiddag med grillning, boule, tipsrunda och musik från medlemmar. Omkring 45 medlemmar var med på föreningens sommarfest.

Julfest

Den 16e december var 2017s sista RSMH Trelleborg träff. Efter medlemsmötet infann sig Julfesten i de hyrda lokalerna från Församlingshemmet Trelleborg. Kvällen blev enorm lyckat och de 89 besökare var glada att kunna fira jul tillsammans och njuta av jullandgång, sång, dikter, bingo och julpjäsa från teater Jösses.

Gemenskap ger Kamratstöd Utflykter

RSMH Trelleborg har ett bra samarbete med projektet "Gemenskap ger Kamratstöd", ett allmän arvsfonden projekt som är ett samarbete mellan RSMH Riksförbundet och SEF (Sveriges Ensammankommande Förening) riktat på kamratstöd och integration för ungdomar och unga vuxna. Medlemmar från RSMH Trelleborg har blivit inbjudna och deltagit vid projektets sommaraktiviteter grillning i Falsterbo samt vid utflykt till Liseberg.

Utställningar

Under 2017 har RSMH Trelleborg anordnat följande 3 utställningar:

- "Tack för att du finns" sa hon till sin själ – från Felicia Wallin som ställdes ut hela oktober på Garvaregården i Trelleborg. Felicia Wallin lider själv av psykisk ohälsa och använder ansiktsmålningar, självporträtt och poesi som terapi.
- "Kreativitet som återhämtning" – verk från 6 RSMH medlemmar som använder målning, bilder, mixed media, poesi eller text som en form av återhämtning och terapi visades på Kulturhuset i Trelleborg under vecka 40 och 41.
- "RSMH & Jag" – texter om betydelsen av RSMH Trelleborg för enskilda medlemmar presenterades i samband med att RSMH Riksförbundet fyllde 50 årig jubileum 2017 på Kulturhuset i Trelleborg under vecka 40 och 41. Många värmande ord fanns om hur föreningen ger kamratskap, förståelse, välkommande, nya vänner och framför allt bryter ensamhet och isolering.

Psykisk Hälsa Trelleborg 2017

Efter 2016s succé av Psykisk Hälsa Trelleborg upprepades evenemanget 2017. Denna gången som ett 2-veckors arrangemang under vecka 40 och 41 med aktiviteter i Kulturhuset Trelleborg vardagar mellan kl. 11.30-19.00, lördagar och söndagar mellan kl. 11.00-14.00. Fast arrangemanget var 1 vecka kortare ökade antal besökare till 1 296 besökare. Informationsmaterial av olika organisationer, insatser och problematik fanns tillgängliga i lokalen under öppettiderna och varje dag fanns det flera olika aktiviteter med koppling till psykisk hälsa. Aktiviteter som genomfördes under evenemanget:

- 2 teaterföreställningar. "Du är så jävla känslig" med Hanutten och "Gott & Blandat" från Teater Jösses.
- 14 föreläsningar. Föreläsare var blandat personal, forskare och personer med egen erfarenhet, några exemplar på ämnesområde som berördes: anhöriga, unga vuxna, utbrändhet, ekonomisk utsatthet, återhämtning och välmående.
- 2 utställningar skapade av RSMH medlemmar och 1 vernissage av "Kreativitet som återhämtning" och "RSMH & Jag".

- 8 dialog/workshoptillfälle där diskussion kring enskilda ämne togs upp mellan personer med egen erfarenhet, anhöriga och professionen. Ämnena var relaterad till arrangemangets föreläsningar.
- 2 träffar med terapihundar från "Helande Tassar" med Anna Hanson.
- 2 dagar avsatt för föreningar att komma, presentera sig och ha ett eget bokbord. Information från föreningar och verksamheter fanns tillgängliga under hela arrangemanget på informationstorget.
- Fikamöjlighet och tillgång till informationstorg fanns under öppettiderna. Dessa möjligheter har varit mycket uppskattat av besökare.

Åter igen fick evenemanget mycket positiv respons och arrangemanget har även inledd ett bra samarbete med Söderslättsgymnasiet kring (förebyggande) psykisk ohälsa hos elever.

Även om RSMH Trelleborg med samordnare Loes Vollenbroek var huvudarrangör av Psykisk Hälsa Trelleborg 2017 hade det inte kunnat genomföras utan stöd från och samarbete med Samordningsförbundet Trelleborg; Region Skåne Psykiatri Malmö/Trelleborg; Region Skåne Division Psykiatri; Socialpsykiatri Trelleborg; ABF Sydvästra Skåne och Trelleborgs kommun.

Bidrag

Eftersom en stor andel av föreningens medlemmar är beroende av sjukpenning, sjukersättning eller socialbidrag och ofta befinner sig i en ekonomisk utsatt situation försöker föreningen erbjuda sina aktiviteter kostnadsfria till medlemmarna. RSMH Trelleborg är därmed mycket beroende av bidrag och har under 2017 tacksamt tagit emot bidrag från:

- Kultur- och Fritidsnämnden Trelleborg
- Division Psykiatri Skåne
- Kockska Stiftelsen Trelleborg
- Samordningsförbundet Trelleborg
- Victoriafonden

RSMH Trelleborg har under 2017 tacksamt tagit emot gåvor och stöd i annan form från:

- ABF Sydvästra Skåne
- Socialpsykiatri Trelleborg
- Jollen bageri Trelleborg
- Psykiatri Trelleborg
- SEB Banken Trelleborg
- Seriecentrum Trelleborg

Vi vill även tacka alla privatpersoner som genom gåvor i form av mat, möbler, material, pengar eller annat, stöt vår förening.