



RSMH Trelleborg är en intresseförening där alla är välkomna!

Föreningen arbetar främst för att minska psykiska ohälsa och socialt utanförskap. Alla som vill känna gemenskap eller vill bidra med sin närvaro, kunskap eller erfarenhet för att skapa en kravlös oberoende mötesplats är välkommen. Vi har öppen verksamhet, återkommande träffar och anordnar bland annat föreläsningar och studiecirkel. Vi strävar efter ett samhälle där alla kan leva på samma villkor oavsett mående eller funktionssätt.

www.rsmhtrelleborg.se

Facebook: RSMH Trelleborg

rsmhtrelleborg@gmail.com



RSMH

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa (RSMH) arbetar 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 vill att människor som mår psykiskt dåligt

- Ska bemötas med förståelse och respekt.
- Ska få professionell hjälp i ett tidigt skede och under tillräckligt lång tid.
- Ska betraktas som experter på sina upplevelser och ges inflytande över behandlingen.
- Ska erbjudas ett brett utbud av olika former av åtgärder och stöd.

RSMH Trelleborg

Nuvarande RSMH Trelleborg startade 2015 och ska vara en röst för den psykiska hälsan och representera medlemmar i alla åldrar. Alla skall kunna känna delaktighet, ha kontroll på sin livssituation och leva ett självständigt liv på samma villkor som övriga personer i samhället.

Aktiviteter hos RSMH Trelleborg

Öppet hus

Varje torsdag har vi *Öppet hus* mellan kl. 16.30-19.00. Du är välkommen att komma förbi och njuta av fika, sällskap eller av att "bara vara".

Öppen verksamhet

Du är välkommen till våra lokaler för att ta en fika, umgås, lägga pussel eller "bara vara" under våra öppettider. Aktuella öppettider finns på hemsidan.

Föreläsningar

Sista torsdagen varje månad har vi en föreläsning kring ett särskilt ämne kopplat till psykisk hälsa.

Grupper och cirklar

Vi erbjuder olika grupper och cirklar, kreativa, motion, stöttande och/eller träffgrupper.

Utbildningar

I samverkan med olika aktörer kan vi erbjuda utbildningar till våra medlemmar, bland annat från RSMH Riksförbundet, ABF och Handikapp organisationer.

Utflykter

Vi satsar på att varje termin ha en eller flera utflykter för våra medlemmar.



Termin avslutning

I slutet av varje termin har vi Sommarfest och Julfest. Vår verksamhet har öppet året runt, även under sommaren.

Utöver aktiviteter för medlemmar är RSMH Trelleborg aktiv i informations- och kunskapsspridning samt i intresse-politiska frågor.

Alla våra aktiviteter är kostnadsfria eller till förmånspris för medlemmar.

Medlemskap

Medlemskap innebär

- Att du tillåts vara den du är oavsett hur du mår.
- Att du själv väljer i vilken utsträckning du ska delta i föreningens aktiviteter.
- Att du får en chans att upptäcka att du klarar mer än du kanske trodde var möjligt.
- Att vi tillsammans bestämmer vad vi vill göra i föreningen.

Genom att bli medlem stödjer du vår verksamhet och ju fler vi är ju mer kan vi påverka.

Medlemsavgift är 100 kr per kalenderår.

Som medlem får du

- Information om och möjlighet att delta i våra lokala aktiviteter som träffar, föreläsningar, cirklar, självhjälpgrupper och utflykter.
- Information om och möjlighet att delta i distriktets och förbundets arrangemang, utbildningar och aktiviteter.
- Tidningen Revansch! (4 ggr/år).
- Medlemsrabatt på alla RSMH:s böcker.
- Möjlighet att påverka RSMH:s verksamhet på olika nivåer.

Bli medlem genom att

- Sätta in 100 kr på bankgiro 295-0558 eller swisha till 076 295 71 39 (Loes Vollenbroek, ordförande) Glöm inte att skriva ditt namn.
och
- Skicka epost till rsmhtrelleborg@gmail.com med följande uppgifter: namn, adress, epost och telefonnummer.
eller
- Skicka eller lämna in ett ifyllt medlemsintresse formulär.
eller
- Komma på en av våra aktiviteter och prata med någon i styrelsen.

Som ideell förening välkomnar vi även gåvor för att stötta vår verksamhet.

Du är välkommen att besöka oss under *Öppet hus* tider, torsdagar kl. 16.30-19.00, eller under vår öppna verksamhet.



Kontakt

RSMH Trelleborg

www.rsmhtrelleborg.se

rsmhtrelleborg@gmail.com

Facebook: RSMH Trelleborg

Besöksadress

RSMH Trelleborg befinner sig i Föreningarnas hus på Klörupsvägen 25 i Trelleborg. Föreningarnas hus ligger i samma byggnad som Friskis&Svettis, bakom Trelleborgs mölla, nära Söderslättshallen och Östervångsparkens västra sida. Flera parkeringsplatser finns bredvid byggnaden samt på andra sidan gatan.

Buss: med stadsbuss 2 är hållplats Klörupsvägen eller hållplats Söderslättshallen närmast, båda är 5 minuters promenad till föreningarnas hus.

Med regionbuss 146 är hållplats Karbingatan närmast med en 10 minuters promenad.

Promenad: från Stortorget i Trelleborgs centrum är det en 15 minuter promenad till lokalerna.



Postadress

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

Bankgiro

295-0558

Swish

076 295 71 39 (Loes Vollenbroek, ordförande)

Broschyr version Maj 2019