



Verksamhetsberättelse

Verksamhetsår 2016

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

Org nr 847000-4386

www.rsmhtrelleborg.se
rsmhtrelleborg@gmail.com

Organisation

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa (RSMH) organiserar alla som har intresse för och/eller erfarenhet av social och psykisk ohälsa. En viktig uppgift är att arbeta för ett samhälle som befrämjar 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 politiskt 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 nivå: kamratstöd, information och utbildning samt intresse politiskt.

Styrelsen

Under 2016 har styrelsen haft flera sammankomster och av dessa 10 protokollförda styrelsemöte utöver det konstituerande mötet. Mötena har varit i "Värdefullt lokal" på Lasarettets område, Hedvägen 46 Trelleborg, "Kärnans lokaler" på Portgränd 10 Trelleborg alternativt på Bryggaregatan 3 Trelleborg. Styrelsen har under 2016 bestått av följande personer:

Ordförande	Olle Herrström
Vice-ordförande	Duke W. Shane (avgick den 6e april 2016)
Kassör	Agneta Jonsson
Sekreterare	Loes Vollenbroek
Ledamot	Per Ejderholt
Ledamot	Fredrik Hansson
Ledamot	Anna Andersson
Ledamot	Malin Rasmussen
Ledamot	Lena Kempe
Suppleant	Bo-Göran Trulsson
Valberedningen	Bo-Göran (Lina) Dahlberg
Revisor	Göran Andersson

Medlemmar och medlemsavgift

Medlemsavgiften var 100 kronor per år per medlem. Antalet medlemmar i RSMH Trelleborg har nästan dubblats under 2016. Den 31e december 2015 hade föreningen 53 betalande medlemmar varav 20 män och 33 kvinnor. Den 31e december 2016 har föreningen 94 betalande medlemmar varav 33 män och 62 kvinnor i åldersspann 23-75. En stor del av medlemmarna har någon form av funktionshinder, de flesta i form av psykisk ohälsa och/eller en psykiatrisk diagnos.

Årsmöte

Ordinarie årsmöte hölls den 18e februari i "Värdefullt lokal", Lasarettets område, Hedvägen 46 i Trelleborg.

Lokal

Tyvär var föreningen tvungen att flytta från dess lånade lokaler på Lasarettets område. Vid brist på egen lokal erbjöd Socialpsykiatri Trelleborg att RSMH Trelleborg får använda deras mötesplats lokal, "Kärnan", när Kärnans verksamhet har stängd. Föreningen är mycket tacksam till Psykiatri Trelleborg och Socialpsykiatri Trelleborg för deras hjälp med att ha en plats för att genomföra föreningens aktiviteter och träffar.

Representation och samarbete

En av RSMH Trelleborgs uppgifter är att sprida kunskap och information. Detta sker via föreningens hemsida och facebook sida. Medlemsbrev har skickats ut 3 gånger under 2016. 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 Skånes hemsida.

RSMH Trelleborg är medlem i ABF Sydvästra Skåne och har ett gott samarbete med ABF. Förutom regelbundna personliga möte med ABFs kontaktperson är föreningen även en del av funktionshinder föreningar gruppen inom ABF och har varit närvarande vid Funktionshinder mötena som ABF har organiserad.

Den 29e januari representerade Loes Vollenbroek föreningen vid ett BISAM (Brukar Inflytande Samordnare) organiserat inspirationsmöte i Ystad.

Duke W. Shane och Loes Vollenbroek presenterade RSMH Trelleborg för socialnämnden på socialnämndens möte den 22e februari.

Loes Vollenbroek har representerat föreningen vid PRIO psykisk ohälsa satsning (plan för riktade insatser inom området psykisk ohälsa) mötena arrangerad av Svedalas kommun den 8e april, 22e juni och 13e september.

Den 15e april har Loes Vollenbroek deltagit vid Skåneveckan för psykisk hälsa 2016s inspirationsmöte arrangerat av Psykiatri Region Skåne.

Sekreteraren, Loes Vollenbroek, har deltagit i "NPF forum" den 19e och 20e maj i Stockholm. Konferensen anordnades av Riksförbundet Attention för att knyta kontakter och dela kunskap om NPF (Neuropsykiatrisk Funktionsnedsättning).

På RSMH distrikt Skånes årsmöte den 2e juni var följande styrelseledamot och intresserad medlem från RSMH Trelleborg närvarande: Lena Kempe, Fredrik Hanson, Olle Herrström, Duke W. Shane och Per Ejderholt.

Per Ejderholt är med i RSMH distrikt Skånes valberedning.

RSMH Trelleborg deltog med informationsbord och informationsspridning vid följande arrangemang: den 6e juni på ABF Sydvästra Skånes National Festival i Trelleborg; den 12e september vid Anhörig föreläsningkväll anordnad av Psykiatri Trelleborg i samverkan med Anhörigcenter Trelleborg och den 17e september vid föreningsdag vid ABFs 100 års jubileum i Trelleborg.

Den 15e november deltog Loes Vollenbroek i en konferens om Brukarrevision i Malmö.

Ett första möte kring möjligheter för samarbete kring ett teaterprojekt med teater som process i återhämtning och arbetsrehabilitering tog plats på ABF i Trelleborg med Olle Herrström, Loes Vollenbroek, Magnus Nylander från Kreativa Akademien Lund och Gunilla Tyrell från Socialpsykiatri Trelleborg.

26 och 27 november anordnade RSMH Riksförbundet en intresse politisk kurs i Malmö där styrelseledamöter och intresserade medlemmar deltog. Deltagare från RSMH Trelleborg var: Olle Herrström, Malin Rasmussen, Fredrik Hanson, Duke W. Shane och Charlotta Olsson.

RSMH Trelleborg har representanter i flera olika arbets- och referensgrupper, under 2016 har representanter deltagit i flera möten av följande grupper:

- Utskrivningsguiden i Malmö, NSPH Skåne projekt. Representanter: Lena Kempe, Malin Rasmussen och Sanna Nilsson
- Samrådsgrupp Trelleborg/Svedala/Vellinge i Trelleborg. Representant: Olle Herrström
- SPS – Social Psykiatrisk Samverkan i Trelleborg. Representanter: Per Ejderholt och Loes Vollenbroek
- Inflytanderåd Psykiatri Malmö/Trelleborg i Malmö. Representant: Loes Vollenbroek
- Utvecklingsnätverk i Trelleborg. Representant: Loes Vollenbroek

Utöver löpande kontakt och samarbete med ABF Sydvästra Skåne har RSMH Trelleborg löpande kontakt och samarbete med bland annat Jonas Andersson, organisations- och studiesekreterare på RSMH Förbundskansli; Jimmie Trevett, ordförande RSMH Riksförbundet; och Marie Sjögren, kommunikatör och ambassadör RSMH distrikt Skåne. Föreningen har även god kommunikation och samarbete med Psykiatri Trelleborg, Socialpsykiatri Trelleborg och Anhörigcenter Trelleborg.

Från och med den 3e oktober till och med den 23e oktober anordnade RSMH Trelleborg ett 3-veckors arrangemang kring psykisk ohälsa, Psykisk Hälsa Trelleborg 2016. Här verkade föreningen, spred information, samarbetade med många olika aktörer och genomförde många olika aktiviteter. För mer information ser Psykisk Hälsa Trelleborg 2016 under aktiviteter eller den separata utvärderingen av arrangemanget.

Utbildning

HBTQ+

I samband med FUNKIS projektet har styrelsen och intresserade medlemmar genomgått en HBTQ+ utbildning i två steg. Workshops genomfördes den 13e april och den 24e maj med totalt 19 deltagare.

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 förvärdad kunskap på lokal nivå. Under 2016 har föreningen haft möjlighet att skicka styrelseledamöter Anna Andersson och Malin Rasmussen på kurserna: "Hälsa som Livsstil" och "Våga fråga, våga leda, våga nytt". Ordförande, Olle Herrström, och sekreteraren, Loes Vollenbroek, har gått kursen "Din Rätt". Loes Vollenbroek har även gått riksförbundets skolinformatör utbildning i Stockholm den 6e och 7e september.

Med starkare röst

RSMH Trelleborgs sekreterare, Loes Vollenbroek, deltog den 3e och 4e september i NSPH Skånes "Med starkare röst" internat med representantskapsutbildning om hur man själv och tillsammans kan få ökat inflytande och innebörden av representantskap. Internatet hölls i Landskrona.

Cirkelledare utbildning

I september månad anordnade RSMH Trelleborg i samverkan med ABF i Trelleborg en studiecirkelledare utbildning. Styrelsemedlemmarna som inte hade genomgått den än samt 5 aktiva medlemmar som är intresserat av att leda cirklar inom föreningen i framtiden deltog i utbildningen och blev certifierade cirkelledare.

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, nedanstående beskrivna aktiviteter, samt föreningens hemsida och facebook sida. Medlemmar får även medlemsmejl och brevtuskskick av medlemsbrev med uppdateringar av föreningens arbete och tips.

Öppet hus

Under 2016 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. Antal närvarande på Öppet hus kvällar ligger oftast mellan 8-18 personer.

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 2016 har RSMH Trelleborg erbjudit 9 torsdagkväll föreläsningar:

- "Kost, motion och hälsa" den 4e februari med Peter Godsk, sjuksköterska
- "Bipolär sjukdom: att pendla mellan himlen och helvetet" den 25e februari med Ola Bogren, Loes Vollenbroek som både har egen erfarenhet och psykolog Björn Eriksson
- "HBTQ(+)" den 24e mars med Charlie Hedhav från "Stolt i Lund"
- "Sund ekonomi" den 28e april med Marie-Louise Olsson från Budgetrådgivning och Vlera Berisha från SEB banken
- "Barn och ungdomspsykiatri idag" den 26e maj med Göran Palm, enhetschef på Barn och Ungdoms Psykiatri (BUP)
- "Att vara förälder och ha psykisk ohälsa" den 29e september med Lena Kempe som har egen erfarenhet
- "Emotionell personlighetsstörning och ADHD" den 27e oktober med Sanna Nilsson som har egen erfarenhet och behandlare Eva von Dewall
- "RSMH riksförbundet" den 3e november med Jimmie Trevett, ordförande RSMH Riksförbundet
- "Utmattningssyndrom och ångest" den 24e november med Malin Rasmussen som har egen erfarenhet och sjuksköterska Susanne Waara

Scrapbooking grupp

Den första cirkeln som startade i RSMH Trelleborg är scrapbooking gruppen. De trogna deltagarna, som tillverkar bland annat fina kort, har utökat till 7 fasta deltagare och haft 36 sammankomster under 2016.

Samtal kring film: Filmklubben

Varje tisdag träffas mellan 4-8 personer för att tillsammans se på film och diskutera filmens tema samt diskutera tema och ämne för nästa träff. Gruppen har haft 29 sammankomster under 2016.

Hantverk

Kick-start av RSMH Trelleborgs Hantverksgrupp var under Psykisk Hälsa Trelleborg 2016 och gruppen fortsätter att träffas fredag eftermiddagar. Gruppen testar olika former av hantverk som virkning, målning, ritning, tovning mm. Under 2016 har Hantverk gruppens 6 deltagare haft 7 sammankomster efter oktobers Psykisk Hälsa Trelleborg 2016 arrangemang.

Skrivarcirkel

En skrivarcirkel med 5 deltagare har startats och haft 5 sammankomster under 2016. Gruppen skriver övar och stärker att kunna uttrycka sig med hjälp av olika övningar som till exempel fri skrift kring känslor eller särskilda tema.

Skapa din egen berättelse: Ett Värdefullt Liv

Under våren har 5 personer träffats för att aktivt arbeta med deras berättelse och resa med psykisk ohälsa. Syftet med gruppen är att skaffa kunskaper och verktyg för att kunna använda och berätta om sin egen erfarenhet genom till exempel föreläsningar och skrivelser. Gruppen har haft 6 sammankomster under våren och deltagarna har enskild eller tillsammans föreläst vid ett eller flera tillfälle under 2016.

Kommunikation och sociala sammanhang

Vid 32 tillfälle har en grupp av genomsnitt 12 deltagare träffats för att tillsammans träna social kommunikation, överkomma social fobi och för att känna samhörighet och bryta ensamhet.

Sommarfest

Vårens avslutning blev sommarfesten den 4e juni 2016. Det blev en succé med omkring 35 personer som njöt av sol, boule, tipsrunda, grillning och trubadur.

Julfest

Den 15e december var 2016s sista RSMH Trelleborg träff då året avslutades med julfesten. Omkring 40 medlemmar samlades för att njuta av julmat, julbingo, julsång, frågesport och en mycket trevlig julstämning och samhörighetskänsla.

Psykisk Hälsa Trelleborg 2016

I samband med den årliga Skåneveckan för psykisk hälsa anordnade RSMH Trelleborg under 2016 ett 3-veckors arrangemang under vecka 40 till och med 42, Psykisk Hälsa Trelleborg 2016.

Arrangemanget blev en stor succé med totalt 1202 besökare. För att öka tillgänglighet och möjligheter för intresserade att besöka arrangemanget fanns alla aktiviteter samlade på samma plats och hade samma tidsschema under veckorna. Psykisk Hälsa Trelleborg 2016 hade sina aktiviteter i Kulturhuset i Trelleborg vardagar mellan kl. 11.30-19.00, lördagar och söndagar mellan kl. 11.00-14.00.

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 arrangemanget:

- 8 teaterföreställningar. "Fix you" från Moomsteatern spelades 6 gånger varav 5 gånger enskild för gymnasieskolelever från Söderslätt Gymnasiet Trelleborg. "Det måste ju va nåt som inte är fel" från Moomsteatern och "Bakvända Dan" från Teater Jösses spelades båda en gång under arrangemanget.
- 13 föreläsningar. Föreläsare var blandat personal, forskare och personer med egen erfarenhet, några exemplar på ämnesområde som berördes: suicid; annorlunda sinnesupplevelser; flyktning status och utanförskap; naturunderstödrehabilitering; och närstående perspektiv.
- 2 utställningar: "My Beautiful Mess" från Felicia Wallin och "Lycklig igen" från Bo-Göran Trulsson. Felicia använder hennes konst som terapi och Bo-Görans resa från lycklig till det mörka till lycklig igen berättar han genom hans målningar och texter.
- 19 tillfälle för besökare att delta i olika grupper och cirklar. Cirklar som erbjöds var: skrivargrupp; scrapbooking; hantverk, skapa din egen berättelse och Qigong som återhämtning.
- 7 träffar med terapihundar. Terapihundar och hundföraren Anna Hanson från Helande Tassar var på plats flera gånger under arrangemanget för att informera om styrkan av att använda djur vid återhämtning och behandling samt att genomföra övningar och terapi med intresserade besökare.

- 9 tillfälle där andra föreningar var fysiskt på plats för att diskutera, svara på frågor och samarbete med varandra. Deltagande föreningar som har varit på plats vid ett eller flera tillfälle: Sällskapet Länkarna Trelleborg, Chaos Café Svedala, Svenska Förening för Högekänsliga, Autism och Aspergerföreningen Skåne, Kvinnojouren Trelleborg, Malmö mot Diskriminering och Attention Trelleborg,
- Fikamöjlighet och tillgång till informationstorg fanns under öppettiderna. Dessa möjligheter har varit mycket uppskattat av besökare.
- 2 tidningsartiklar i Trelleborgs Allehanda har publicerats i samband med Psykisk Hälsa Trelleborg. "Tre veckor för psykisk hälsa" lördag 1 oktober 2016 och "Mörk föreställning slutade ändå i någon sorts hopp" lördag 8 oktober.
- 1 radiointervju har genomförts i samband Psykisk Hälsa Trelleborg 2016. Radio ABF, onsdag 12 oktober.

Arrangemanget har fått mycket positiv respons från besökare, bestående RSMH Trelleborg medlemmar, andra föreningar, samarbetsparter och i allmänhet från många personer aktiva inom området psykisk hälsa. Besökare uppskattade väldigt mycket att ha en plats att komma där man får vara sig själv och känna sig som man känner sig i stunden utan att bli dömd; att ha en plats där man kan träffa andra kravlöst och på så sätt bryta ensamhet nämndes av flera besökare.

Informationsmaterial från olika föreningar, verksamheter och allmänt om psykisk ohälsa var också mycket uppskattat. Sedan var teaterföreställningar mycket populära men även dem flesta föreläsningar fick många åhörare. Att det fanns flera besökare som önskade sig att sådant skulle finnas året runt var en väldigt fin komplimang och även om RSMH Trelleborg inte kan anordna sådant året om så är målsättningen att Psykisk Hälsa Trelleborg ska bli ett årligen återkommande arrangemang där psykisk hälsa synliggörs och där kunskap, samhörighet och gemenskap är viktiga pelare.

Även om RSMH Trelleborg med samordnare Loes Vollenbroek var huvudarrangör av Psykisk Hälsa Trelleborg 2016 hade det inte kunnat genomföras utan stöd från och samarbete med Samordningsförbundet Trelleborg; Region Skåne Psykiatri Trelleborg; Socialpsykiatri Trelleborg; ABF Sydvästra Skåne; Kultur- och Fritidsnämnden Trelleborg och Moomsteatern.

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 2016 tacksamt tagit emot bidrag från:

- Kulturnämnden Trelleborg
- Division Psykiatri Skåne
- Samordningsförbundet Trelleborg

RSMH Trelleborg har under 2016 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.

Ekonomisk Redovisning 2016-12-31

RSMH Balansräkning Ingående balans 2016 01 01

Tillgångar Ingående balans

Kassa	- kr
Bank Giro	21,958.98 kr
Bank	- kr
Fordringar	419.00 kr
Inventarier	- kr
Balanssumma	22,377.98 kr

Skulder Ingående balans

Skulder korta	- kr
Skulder långa	- kr
Skulder tot.	- kr
Eget-kap IB 2015	- kr
Resultat 2015	22,377.98 kr
Eget-kap IB 2016	22,377.98 kr
Balanssumma	22,377.98 kr

RSMH Resultaträkning 2016 01 01 till 2016 12 31

Inkomster

Medlems avgifter	5,000.00 kr
Bidrag	18,909.77 kr
Lönebidrag	- kr
Uppdrag	- kr
Projektanslag	1,350.00 kr
Sponsorer	22,750.00 kr
Övriga Inkomster	24.73 kr
Summa Inkomster	48,034.50 kr

Utgifter

Löne kostnader	- kr
Utbildning	4,951.90 kr
Projektkostnader	6,259.60 kr
Utrustning & Förbrukningsmaterial	14,604.00 kr
Hyra & lokalkostnader	- kr
Tele & Internet & Kom	387.50 kr
Möte, Info och aktiviteter	14,018.11 kr
Övriga utgifter	- kr
Avskrivningar	- kr
Summa Utgifter	40,221.11 kr
Resultat + -	7,813.39 kr

RSMH Balansräkning Utgående balans 2016 12 31

Tillgångar Ingående balans

Kassa	- kr
Bank Giro	30,191.37 kr
Bank	- kr
Inventarier	- kr
Fordringar	- kr
Balanssumma	30,191.37 kr

Skulder Ingående balans

Skulder korta	- kr
Skulder långa	- kr
Skulder tot.	- kr
Eget-kap IB 2016	22,377.98 kr
Resultat 2016	7,813.39 kr
Eget-kap UB 2016	30,191.37 kr
Balanssumma	30,191.37 kr

RSMH TRELLEBORG

c/o Loes Vollenbroek

Hallasvängen 37A, 231 65 TRELLEBORG

Trelleborg 2016-12-31 kassör Agneta Jonsson

Bankgironummer 295-0558

e-post rsmhtrelleborg@gmail.com

Org.nr:847000-4386