



Medlemsblad Sommar 2017



Kära medlem,

Snart är det dags för vårterminens avslut med vår återkommande **Sommarfest lördag den 10e juni**. Vi vill tacka alla er för ert stöd och engagemang, det är mycket givande att träffa er medlemmar på våra aktiviteter.

På önskemål av er, våra medlemmar, kommer vi att fortsätta med aktiviteter under sommaren, bland annat blir det **Öppet hus med korvgrillning**. Det anpassade sommarschema hittar ni som bilaga.

Vi hoppas att träffa dig vid någon av våra träffar och/eller aktiviteter där du alltid är välkommen.

Med vänliga hälsningar,

RSMH Trelleborgs styrelse

Sommarfest lördag 10 juni

Lördag den 10e juni kl. 13.00-16.00 är det dags för RSMH Trelleborgs Sommarfest. **Grillning, lekar, musik, kaffe och tårta i kombination med mycket trevligt sällskap lovar en härlig eftermiddag.**

Alla är välkomna så tar gärna med familj, vänner, kollegor, grannar och andra som du trivs med. Festen är kostnadsfritt för medlemmar och kostar 100 kronor för icke-medlemmar. Obs! Medlemskap kostar 100 kronor per kalenderår.



Anmäl dig senast onsdag 7 juni via e-post, rsmhtrelleborg@gmail.com och ange namn, antal personer och eventuell special kost. Du kan även skriva upp dit namn på anmälningslistan som finns i lokalen eller fylla i kupongen från Sommarfestens inbjudan som finns med som bilaga.

Medlemsmöte torsdag 1 juni

Som meddelat i tidigare medlemsblad och i RSMH Trelleborgs kalender är det dags för **medlemsmöte torsdag den 1e juni kl. 17.00-18.00**. Dagordningen har skickats ut via epost och funnits tillgänglig på hemsidan sedan den 25e maj. Tyvärr hann detta medlemsbrev med pappersutskrift av dagordningen inte skickas ut en vecka innan på grund av sjukdom inom styrelsen. Vi hoppas att ni har overseende för detta och att ni har möjlighet att delta på mötet torsdag. **Såklart blir det fika för och efter!**

Sommaren vid RSMH Trelleborg

Många av våra medlemmar och flera av oss i styrelsen upplever en ökad känsla av ensamhet under sommarmånader. Många träffpunkter, insatser och stödmöjligheter minskas eller stängs. Bekantar reser bort och man själv kanske har begränsade möjligheter att göra eller delta i aktiviteter. Detta är ett samhällsproblem och vi försöker uppmärksamma detta för beslutsfattare. Det innebär också att **RSMH Trelleborg fortsätter med aktiviteter under sommaren** med ett anpassat sommarschema, se bilaga.

Öppet Hus

Öppet hus kommer att **fortsätta varje torsdag** och vid fint väder blir det även **korvgrillning** den 22e juni, 13e juli och 3e augusti.

Boule istället för Filmklubb

Filmklubb **pausar** under sommaren och sista träffen har varit. Vid tillräckligt med intresse kommer det **istället vara utomhusspel, som boule och kubb, på tisdagar kl. 16.30-19.00**. Utomhusspel blir tisdag 13e juni till och med tisdag 18e juli. Filmklubben startar igen tisdag den 22e augusti.



Träffar om kognition/informationshantering

Vid 4 tillfälle under sommaren finns det möjlighet att komma till föreningen för att tillsammans **titta på avsnitt från ABF kring kognition** (informationshantering). Efter avsnitt finns det utrymme för **gemensam reflektering och diskussion**. Tillfällena ligger på **tisdagar 25 juli till och med 15 augusti kl. 16.30-19.00**. Ingen anmälan krävs och du kan komma alla gånger eller bara enstaka gånger. De olika tema är:



Tisdag 25 juli: Kognition i allmänheten

Tisdag 1 augusti: Kognition och ADHD

Tisdag 8 augusti: Kognition och Autismspektrum

Tisdag 15 augusti: Kognition och Utvecklingsstörning

Skrivargruppen

Skrivargruppen kommer att ha **uppehåll under juli** månaden. Detta innebär att sista träff är måndag 19 juni och gruppen börjar igen med sina träffar måndag 14 augusti. Är du inte med än men är intresserad av att vara med hör gärna av dig via epost, medlemsformulär eller prata med någon i styrelsen.

Scrapbooking och Hantverk

Scrapbooking och Hantverk grupper kommer att **pausa under sommaren**. Sista träff för Scrapbooking är torsdag 15 juni. Hantverkens sista träff inför sommaren är fredag 16 juni. **Grupperna börjar igen vecka 32**, dvs Scrapbooking har träff igen torsdag 10 augusti och Hantverk fredag 11 augusti.

Hösttermin

Från och med vecka 34, dvs måndag 21 augusti, återuppta grupperna sina vanliga träffar igen.

Föreläsningar

Observera att från och med höstterminen kommer våra månadsföreläsningar **börjar torsdagar kl. 17.30 istället för kl. 17.00**. Vi hoppas att detta möter flera medlemmars önskemål om ändrat tid eftersom det kan vara svårt att hinna i tid till föreläsningar efter jobb. Tänkte ämnesområde för höstens föreläsningar är: Anhöriga; Sorg av förlorad arbetsförmåga och restsymtom; Din rätt och Hälsa som livsstil. Och så kommer det att finnas flera föreläsningar under Psykisk Hälsa Trelleborg 2017.

Psykisk Hälsa Trelleborg 2017

Planering av uppföljaren av förra årets Psykisk Hälsa Trelleborg är i gång och mer information följer. Men notera redan nu **vecka 40 och 41, måndag 2 oktober till och med söndag 15 oktober**. Under dessa veckor kommer det att genomföras massa av aktiviteter som **föreläsningar, utställning och såklart fika och gemenskap!**

RSMH 50 år

2017 är jubileumsår för RSMH Riksförbundet som startades 1967 och nu fyller 50 år!

I samband med detta vill RSMH Trelleborg gärna **samla in berättelser, dikter, målningar eller andra former av uttryck om RSMH och dig. Varför blev du medlem? Vad betyder RSMH för dig?** Eller allmänt något du vill dela med dig om din koppling till RSMH. Allt är välkommen. Materialet kommer att samlas och läggas på vår hemsida, förhoppningen är att även få till **en utställning och en skrift** av materialet som har kommit in. Skicka ditt material gärna via epost, brev eller lämna det till oss på en av våra aktiviteter. Kontaktuppgifterna finns längre fram i detta brev.



Engagera dig

Gillar du twitter, Facebook, att ta bilder, skriva, vill du lära ut en av dina intresse, utvecklas tillsammans med andra eller bara umgås eller spela bingo tveka inte att kontakta oss i styrelsen så att fler kan ta del av just dina kunskaper och glädje. Hur mycket tid och energi du vill engagera dig har ingen betydelse, vi tycker det är otroligt givande och trevligt med alla som vill vara delaktig just på deras villkor.

Medlemsregister

Glöm inte att **meddela oss vid ändring** av adress, telefon eller epost, detta sker inte automatiskt genom skatteverkets adressändring.

Om du inte redan får vårt medlemsblad via epost uppmuntrar vi dig att **skicka ditt epost-adress till rsmhtrelleborg@gmail.com**.

Kontakt

Frågor, åsikter, önskemål, tveka inte att kontakta oss.

För mer information kring våra aktiviteter besök vår hemsida, facebook, skicka epost eller prata med någon i styrelsen.

www.rsmhtrelleborg.se

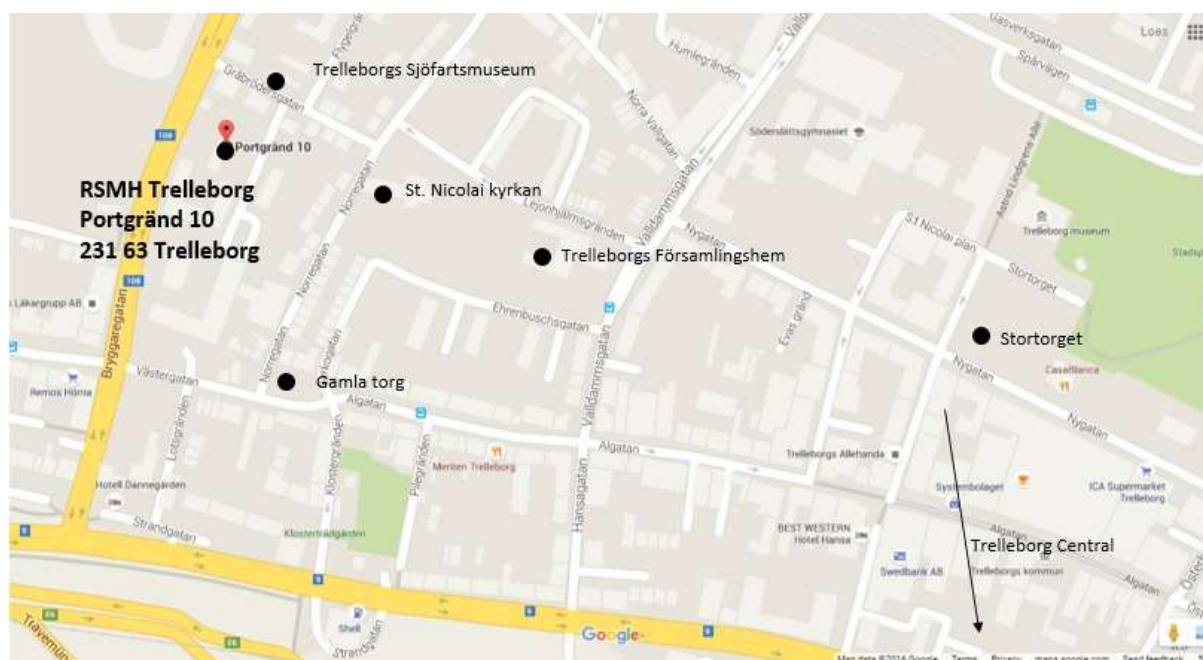
rsmhtrelleborg@gmail.com

Facebook: RSMH Trelleborg

Besöksadress

Portgränd 10, 231 63 Trelleborg

Nära St. Nicolai kyrkan



Postadress

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

Medlemsformulär

Du är mycket välkommen att kontakta oss via epost, rsmhtrelleborg@gmail.com, men föredra du pappersversion kan du lämna det här formuläret vid någon av våra träffar eller aktiviteter; lämna det i RSMHs låda i Kärnans lokal vid RSMHs anslagstavla; eller skicka det till RSMH Trelleborg, c/o Loes Vollenbroek, Hallasvängen 37A, 231 65 Trelleborg.

Mitt namn:

Mitt epost:

Mitt telefonnummer:

Jag vill gärna **delta i**

Skrivargrupp

Scrapbooking

Filmklubb

Hantverk

Jag är **intresserad av följande möjliga nya grupper**

Anhöriggrupp

Datorkurs

5 träffar om RSMH

Hälsa som livsstil

Kognition

Cirkelledare utbildning

Ja, jag är intresserad av att hjälpa till i föreningen och prata gärna med en styrelsemedlem om möjligheterna

Idéer, önskemål, förslag, synpunkter: