



## **Verksamhetsplan**

Verksamhetsår 2022

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

Org nr 847000-4386

[www.rsmhtrelleborg.se](http://www.rsmhtrelleborg.se)  
[rsmhtrelleborg@gmail.com](mailto:rsmhtrelleborg@gmail.com)

## Om RSMH

RSMH Trelleborg bildades februari 2015 som en lokalförening till Riksförbundets för Social och Mental Hälsa (RSMH). 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.

RSMH Trelleborg är en ideell intresseförening som arbetar inom området psykisk ohälsa. Föreningen strävar efter ett samhälle där alla skall kunna känna delaktighet, leva så självständigt som möjligt och ha goda förutsättningar för att må bra. Arbetet består av kunskaps spridning, intresse-politisk agerande men den största delen av verksamheten består av medlemsaktiviteter för att bryta ensamhet och social isolering. Föreningen vill skapa en öppen inkluderande mötesplats där alla ska känna sig välkomna. Medlemmarna består av personer som kommer i kontakt med eller har erfarenhet av psykisk ohälsa i sin egen vardag som till exempel brukare, personal, närstående eller personer som är intresserade av och vill stötta arbetet inom området.

## Föreningens verksamhet

### Efter pandemi restriktioner

Corona Covid-19 pandemin och tillkommande restriktioner har starkt begränsat RSMH Trelleborgs verksamhet. Många av RSMH:s medlemmar upplever ensamhet, social isolering och utanförskap redan innan pandemin och många saknar föreningens träffar. Under förutsättning att restriktioner förblir mindre strikta eller hävs helt kommer huvudfokus av föreningens arbete under 2022 ligga på att återuppta tidigare aktiviteter med fysisk närvaro, såsom Öppet hus, föreläsningar, Sommarfest och Julfest.

### Föreningsstruktur

På grund av ändrade förutsättningar hos flera tidigare aktiva medlemmar och styrelseledamöter kommer ett annat fokusområde vara att skapa hållbara strukturer för verksamheten. Detta gäller olika områden, som medlemskontakt, ekonomi, kommunikation, media, rapportering, samarbete och aktiviteter.

Möjligheter till en kanslist eller central kontaktperson kommer också att undersökas.

### Samarbete

RSMH Trelleborg kommer att fortsätta samarbeta med, vara aktiv och representerad i olika arbetsgrupper, bland annat:

- ABF Sydvästra Skåne
- ABF Trelleborg
- Inflytanderådets Malmö/Trelleborg föreningar (omkring 15 olika brukarorganisationer och föreningar inom området psykisk hälsa)
- Inkluderingslabbet, Allmänna Arvsfonden projekt
- RSMH Riksförbund
- Personligt Ombud Trelleborg styrgrupp
- Psykosmottagning
- Samrådsgrupp Trelleborg/Svedala/Vellinge
- Social Psykiatri Trelleborg
- Söderslättsgymnasiet
- Vuxenpsykiatri Malmö/Trelleborg

Under 2022 kommer föreningen ha mer samarbete med Psykosmottagning angående en motionsgrupp och med Vuxenpsykiatrins verksamheter i Trelleborg område angående inflytandearbete.

Allt samarbete inleds och genomförs med mål att bryta ensamhet, skapa inkluderande, meningsfulla aktiviteter, gemenskap och välmående inte enbart för medlemmar utan för alla medborgare i samhället. Rättigheter, gemensamt beslutsfattande, inflytande och insyn i egen behandling och rehabilitering inom vård och rehabiliterande insatser är viktiga områden som föreningen jobbar med.

## **Aktiviteter**

### Grupper

Föreningens Skrivgrupp, Spelgrupp och Anhöriggrupp fortsätter med sina träffar varje vecka. Om utrymme, möjligheter och intresse finns kan återuppstart av en kreativ grupp eller en grupp efter önskat tema bli aktuell.

### Öppet hus

Från och med april vill RSMH Trelleborg öppna sin lokal till öppet hus och andra fysiska aktiviteter igen.

### Digitala träffar

Efter medlemmarnas önskemål kommer digitala fikaträffar på torsdagar fortsätta. RSMH Trelleborgs digitala fikaträffar är öppet för alla, medlemmar och icke-medlemmar, som vill vara i en digital gemenskap där man kan träffas.

Föreningens spelgrupp fortsätter också med digitalt brädspel på tisdagar.

### Föreläsningar

Föreningen vill från och med hösten 2022 återuppta verksamhetens återkommande månadsföreläsningar med föreläsningar i september, oktober och november.

### Skåneveckan för psykisk hälsa – vecka 41

Varje år organiseras olika aktiviteter och evenemang med koppling till psykisk (o)hälsa i hela Skåne under "Skåneveckan för psykisk hälsa". RSMH Trelleborg har varje år varit aktiva och delaktiga på olika sätt. Samarbete kring aktiviteter under vecka 41 2022 har redan påbörjats med Skåneveckan för psykisk hälsa samordnare, Vuxenpsykiatri, Social omsorg och andra föreningar.

### Fest

Slut på fysisk isolering ska firas och efter missade träffar, aktiviteter, jubileum, Julfester och Sommarfester ska det ordnas ett större "slut på isolering" Sommarfest. Till höst 2022 planeras den årliga Julfesten igen.

## Ekonomi

Eftersom en stor del av föreningens medlemmar har en utsatt ekonomisk situation där de är beroende av sjukpenning, sjukersättning, aktivitetsstöd eller ekonomiskt bistånd är föreningens mål att behålla en låg medlemsavgift samt att medlemsaktiviteter är kostnadsfria. Medlemmarnas socio-ekonomiska situation ska inte hindra deras möjligheter att delta i aktiviteter, däremot kan möjligheten till att delta i gemensamma (fritids) aktiviteter öka livskvalitén. Detta betyder att föreningen är helt beroende av olika former av bidrag för dess dagliga verksamhet, lokal, aktiviteter och övriga kostnader.

### Förslag Budget 2022

#### INKOMSTER

Vad	Antal	Belopp	Inkomst	Övrigt
Medlemsavgifter	115	100	11500	60 kr per medlem betalas som avgift till RSMH Riksförbund Resterande 40 kr räcker inte ens till medlemsutskick 2 eller 3 gånger om året
Bidrag				Sökas

#### UTGIFTER

Vad	Antal	Belopp	Kostnader	Övrigt
Utrustning och förbrukningsmaterial	1		SEK 15 000	Bläck, papper, kuvert, frimärke, broschyr, förbrukningsmaterial kontor mm
Laptop	1		SEK 3 500	
Hyra och lokalkostnader	1		SEK 25 000	
Tele, internet, abonnemang	1		SEK 17 500	Internet, telefon, hemsida, digital brädspelel abonnemang mm
Möte, info och aktiviteter	1		SEK 4 000	Baserat på föregående år
Medlemskap	1		SEK 9 000	Medlemskap (inkl försäkringar) RSMH Riksförbund, ABF, Malmö mot Diskriminering
Månadsföreläsning	3	SEK 3 000	SEK 9 000	Föreläsningar september, oktober, november
Material cirklar	3	SEK 700	SEK 2 100	Material till träffgrupper (Skrivgrupp, Anhöriggrupp, Kreativa grupp)
Trubadur/musiker	2	SEK 2 500	SEK 5 000	
Större "Slut på isolering" kombinerad Sommarfest	1		SEK 40 000	Mat, underhållning och lokal till 110 personer
Julfest	1		SEK 30 000	Mat, underhållning och lokal till 90 personer
Övriga utgifter	1		SEK 5 000	Baserat på föregående år
<b>TOTAL</b>			<b>SEK 91 100</b>	

<b>Bidrag att ansöka</b>	SEK 79 600
--------------------------	------------