



Höst/Vinter 2023

Så har vi redan kommit till början av oktober. September har nästan varit mer sommar än vad juli var. Nu står dock oktober för dörren och det blir kanske höst på riktigt.

Vi på RSMH har förberett oss för den mörka hösten och sedan slutet av augusti har vi varit igång med **Öppethus på onsdagarna**. Nu har vi ändrade öppettider. Vi är tillbaka till de tider som gällde innan pandemin. Det är öppet **mellan 17.00 och 19.00**.



Öppethus har varit välbesökt de gångna månaderna och det är jätteroligt att fler och fler av våra medlemmar hittar tillbaka till oss. Det är ju det som är meningen med vår föreningen, att finnas där tillsammans i en gemenskap.



Våra olika intressegrupper har också kommit igång igen.

Nu i höst har vi ytterligare en grupp, en **Filmgrupp**. Den träffas en gång i månaden. Första träffen i september var välbesökt och mycket trevlig. Vi hoppas naturligtvis att intresset för filmkvällarna kvarstår de kommande månaderna. Reservera följande **tisdagar kl.17.00** för en filmkväll i vår lokal på Klörupsvägen 25, tisdagen den **7 november** samt tisdagen den **5 december**.



Enligt tradition så är det **Skåneveckan för psykisk hälsa vecka 41**. Under den veckan erbjuder RSMH två föreläsningar i vår lokal.

SKÅNEVECKAN FÖR  
PSYKISK HÄLSA

9-15 oktober 2023



Den första äger rum **tisdagen den 10 oktober kl. 18.00**.

Då kommer **Mattias Wahldén**, Friskbyggarna. Han kommer att tala om **vikten av att röra på sig** och låter oss också testa några övningar.

**Onsdagen den 11 oktober kl.18.00** kommer **Gittel Ullebo**, som ställde sig framför tåget och överlevde, hennes föredrag har titeln **"När livet vänder"**.

**Torsdagen den 12 oktober** finns vi på **Kärnan**, Portgränd 10, under delar av dagen.



**Vi ses på något av våra arrangemang**

**Välkommen!**  
Styrelsen



Arrangemang i samarbete med ABF Sydvästra Skåne

RSMH Trelleborg  
[www.rsmhtrelleborg.se](http://www.rsmhtrelleborg.se)  
Facebook: RSMH Trelleborg  
Epost: [rsmhtrelleborg@gmail.com](mailto:rsmhtrelleborg@gmail.com)

Besöksadress: Klörupsvägen 25, Trelleborg  
Lokalen finns i Föreningarnas hus, samma byggnad som  
Friskis&Svettis, bakom Trelleborgs Mölla och nära Söderslätts hallen  
Öppet hus: onsdagar kl. 17.00-19.00