



Mitten på november och mörkret och blåsten har tagit över våra liv. Men som vanligt tittar vi i RSMH framåt och här kommer listan på våra aktiviteter i december.

Först ska dock nämnas den intressanta föreläsningen om hur vi ska klara vår ekonomi som vi hade i början av november var mycket intressant men lockade få deltagare. Men nu är vi snart i december och då har vi följande att erbjuda.

**Torsdag 1 december kl. 18.00-19.00 Föreläsning**  
**Barn till föräldrar med en psykisk diagnos**



Föreläsning på Stadsbiblioteket Trelleborg med universitetslektor Maria Afzelius. Ämnet är "Barn till föräldrar med en psykisk diagnos". Föreläsningen är som vanligt gratis men gör gärna en anmälan till biblioteket så vi vet hur många stolar som ska sättas fram.

**Lördag 10 december kl. 14.00-16.00 Pepperkaksbak**  
Pepparkaksbak i lokalen. Vi har bara ett fåtal platser så gör en anmälan till [rsmhtrelleborg@gmail.com](mailto:rsmhtrelleborg@gmail.com). Först till kvarn är det som gäller.



**Måndag 19 december kl. 18.00-21.00 Julfest**

Julfest på lokalen. Vi bjuder på mat, underhållning och mingel. Enligt traditionen planerar vi RSMH:s Julbingo, så ta gärna med en liten present till vinstbordet.

För att få delta i julfesten måste medlemsavgiften vara betald. Eftersom vi har ett begränsat antal platser gäller också här först till kvarn.

Anmälan görs till [rsmhtrelleborg@gmail.com](mailto:rsmhtrelleborg@gmail.com). Ni kan också anmäla er till Maria och Odd.

Anmälan ska göras senast **tisdag 13 december**.

Har du anmält dig och inte kommer till festen kommer vi att skicka dig en faktura på 200 kr för att täcka våra kostnader för din mat.



## Onsdagar kl. 16.00-17.30 **Öppet hus**

Glöm inte att våra Öppet hus pågår varje onsdag fram till vår Juluppehåll. Sista Öppet hus för i år blir onsdag 14 december kl. 16.00-17.30.



## Medlemsavgift

Så har det också blivit dags att betala medlemsavgiften för att fortsätta ditt stöd och medlemskap.

Vi i RSMH Trelleborg är mycket tacksam för att du är en del av vår förening och att du stöttar vår verksamhet så att vi kan fortsätta arbete för att minska psykisk ohälsa i samhället. Så att vi kan motverka utanförskap, bryta isolering och sträva efter ett samhälle där alla kan uppleva en bra livskvalité.

Medlemsavgiften är som vanligt 100 kr och sätts in på Bankgiro 295-0558 eller betalas via nedanstående inbetalningskort. Glöm inte att skriva namn och adress. Gärna både fysisk adress och e-mail adress.



Glöm inte att ju fler vi är ju starkare blir vi och ju mer kraft vi har för att få beslutsfattare att inse att psykisk ohälsa är ett viktigt område att arbeta med. Så bjud gärna in familj, vänner, bekanta eller kollegor.

## **Varmt välkommen och vi ses på några av våra aktiviteter.**

Styrelsen RSMH Trelleborg

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

Besöksadress: Klörupsvägen 25, Trelleborg  
Lokalen finns i Föreningarnas hus, samma byggnad som Friskis&Svettis, bakom Trelleborgs Mölla och nära Söderslättshallen  
Öppet hus: onsdagar kl. 16.00-17.30



bankgirot		INBETALNING/GIRERING AVI	
Betalningsavsändare (namn och postadress)		Betalningsmottagare (endast namn)	
		RSMH i Trelleborg	
Belopp kronor		Till bankgiro nr (ifylls alltid)	
öre		295-0558	
		Inbetalningsavgift (ifylls av banken)	

SKRIV ELLER STAMPLA INTE I FÄLTET NEDAN - AVSETT FÖR MASKINELL LÄSNING