



Höst 2023

Thomas Ledin skrev "Sommaren är kort. Det mesta regnar bort" det är en sång som verkligen stämmer in på denna sommar. Nu har vi hunnit en bit in i augusti och RSMH börjar så sakta starta upp verksamheten igen.

**Onsdag den 23 augusti** startar vi **Öppethus**. Observera att vi har nya tider. Nu börjar vi **kl.17.00** och har öppet till **kl.19.00**.



Ny aktivitet för hösten är **Filmkvällar**.

De leds av Per Ejderholt. Vi startar **tisdagen den 5 september kl.17.00**. Filmkvällarna återkommer en gång i månaden. Den första tisdagen i månaden vilket innebär träffar den 5 september, 5 oktober, 7 november samt den 5 december med start kl.17.00. Det behövs ingen föranmälan så kom bara och mingla och se på film tillsammans.



De redan existerande grupper fortsätter som vanligt och deltagarna beslutar själva om när de startar.

Höstens stora händelse är som vanligt **SKÅNEVECKAN för psykisk hälsa den 9 - 15 oktober**. Under denna vecka kommer RSMH att erbjuda två föreläsningar.

SKÅNEVECKAN FÖR  
PSYKISK HÄLSA

9-15 oktober 2023



Den förste talaren är **Mattias Wahldén, Friskbyggarna**. Han kommer den **10 oktober kl. 18.00** och talar om vikten av att röra på sig och låter oss också testa några övningar.

Den **11 oktober Gittel Ullebo kl. 18.00** och hennes föredrag har titel "**När livet vänder**".

Bägge föreläsningarna sker i vår lokal i Föreningarnas hus på Klörupsvägen 25. Föreläsningarna börjar kl.18.00 och varar ca en timme.

**Fredagen den 12 oktober finns vi på Kärnan**. Då är du välkommen dit för att prata med oss.

Hösten tar inte slut i oktober och vi återkommer längre fram med information om våra aktiviteter för resten av hösten.

## Välkommen till RSMH

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 Söderslättshallen  
Öppet hus: onsdagar kl. 17.00-19.00