



## Medlemsbrev April 2016

### RSMH Flyttar

Från och med måndag den 2e maj flyttar RSMH Trelleborg under en övergångsperiod till Kärnans lokaler på Portgränd 10 (nära St. Nicolai kyrka) i Trelleborg.

Vi är mycket tacksamma för att få LÅNA Kärnans lokaler av Socialpsykiatrin Trelleborg.

OBS! RSMH Trelleborg och Kärnan är två olika verksamheter och vi har olika öppettider.

Vi tackar för att vi har fått låna lokalerna på Lasarettets område av Psykiatrin Trelleborg under 2015 och våren 2016.

### Grupper

Du har väl inte missat att RSMH Trelleborg har olika grupper för sina medlemmar?!

Vi har olika grupper där medlemmar träffas kring ett gemensamt intresse. Deltagande i grupper är kostnadsfri men kräver anmälan då antal platser är begränsat.

Just nu har vi följande grupper:

- Filmklubb, tisdagar kl. 16.30 – 19.00
- Ett Värdefullt Liv, föreläsningsgrupp, tisdagar kl. 16.30 – 19.00
- Skrivargrupp, onsdagar varannan vecka kl. 16.30 – 18.00
- Scrapbooking, torsdagar kl. 15.00 – 16.30

Vill du delta i en grupp, vill du starta en egen grupp eller har önskemål kring ett specifikt ämne eller tema tveka inte att höra av dig till [rsmhtrelleborg@gmail.com](mailto:rsmhtrelleborg@gmail.com), lämna förslag i förslagslåda eller prata med en av våra styrelsemedlemmar.

OBS! Vecka 17 finns det inga gruppaktiviteter på grund av förberedningar inför flytt.

### Föreläsningar

Resterande två föreläsningar för vårterminen är:

- "Sund ekonomi" torsdag 28 april kl. 17.00 – 18.00 i RSMH lokaler Lasarettets område, ingång 12C (vid Frans Malmros gatan), Trelleborg.  
Marie-Louise Olsson från Budgetrådgivning och Vlera Berisha från SEB Banken kommer att prata och ge råd om att hantera sin ekonomiska situation

- "Barn, ungdomar och psykisk hälsa" torsdag 26 maj kl. 17.00 – 18.00 i Kärnans lokaler, Portgränd 10 (nära St. Nicolai kyrka), Trelleborg.  
Göran Palm, enhetschef Barn- och Ungdomspsykiatri (BUP), och en medarbetare från BUP kommer att prata om hur man upptäcker, hantera och agera som förälder eller närstående till barn och ungdomar med psykisk ohälsa.

### **Sommarfest**

RSMH Trelleborg avslutar en mycket givande vårtermin med Sommarfest lördag den 4e juni kl. 13.00 – 16.00 i Kärnans lokaler och trädgård, Portgränd 10, Trelleborg.

Det blir grillning, boule och underhållning med trubaduren Alex. Vi grillar korv, hamburgare och vegetariska alternativ. Det kommer också att finnas sallad, bröd, grillad banan och tårter. Sommarfesten är kostnadsfritt för medlemmar, för icke-medlemmar kostar det 100 kronor. Icke-medlemmar betalar in på pg 295-0558.

Sista anmälningsdag är torsdag 19 maj. Anmäl dig via epost, [rsmhtrelleborg@gmail.com](mailto:rsmhtrelleborg@gmail.com) och ange namn, antal personer och eventuell special kost.

Anmälan är bindande! Men plats kan överlämnas till någon annan vid förhinder.

### **Medlemsmöte**

RSMH Trelleborg kallar sina medlemmar till Medlemsmöte torsdag den 19e maj kl. 17.00. Utskick av dagordning följer.

### **Sommaruppehåll**

RSMH Trelleborg kommer att ha ett sommaruppehåll av sina aktiviteter från och med den 7e juni. Från och med måndag den 22e augusti har vi öppet igen.

### **Hösttermin 2016**

Planering för Höstterminen är i gång. Vi kommer att fortsätta med månadsföreläsningar, Öppet hus varje torsdag samt våra grupper. Planer för nya grupper som Hantverksgrupp och Hälsa som livsstil finns. En utställning kring RSMH Trelleborg med uppvisning av de olika grupper material finns också med i planerna.

Önskemål och förslag är mycket välkommet! Vi är här för dig som medlem.

Hoppas se er vid någon av våra träffar och/eller aktiviteter.

Med vänliga hälsningar,

RSMH Trelleborg Styrelse