

Kontaktuppgifter

Mikael Jansson, tel. 070-0472065

Robin Åkervall, tel. 073-7045952

 RSMH-Köping

rsmh-koping@outlook.com

**RSMH Köping samarbetar med
ABF Västra Västmanland**



RIKSFÖRBUNDET FÖR SOCIAL OCH MENTAL HÄLSA

**RSMH är en organisation som brinner för psykisk
hälsa.**



Hur vill vi påverka
vården och samhället så alla
får möjlighet till återhämtning?

Tre områden

Stöd och gemenskap

- Återhämtning är en process som möjliggörs bland annat genom kamratstöd. Gemenskapen kan redan nu delas genom vår Facebook-grupp "RSMH-Köping".
- De som finner gemenskap i någon av de sköna konsterna har i vår sekreterare Mikael Jansson en kursledare som är beredd att sätta igång cirklar i kreativt skrivande, måleri och foto. Konstateljé tillhandahålls av ABF på Hummelbäcksgatan i Köping.

Opinion och samhällspåverkan

- Temadagar kan fungera som stöd och hjälp att uppmärksamma områden som bidrar till social och mental hälsa: **2 januari världsdagen för introverta**, **3 februari andningens dag**, **20 februari världsdagen för social rättvisa**, **15 mars NPF-dagen**, **20 mars Internationella lyckodagen och världsberättardagen**, **30 mars Bipolärdagen**, **7 april Världshälsodagen**,

26 april Promenadens dag, **24 maj Nationalparkernas dag**, **2 juni, Global Running Day**, **3 juni Internationella cykeldagen**, **19 juni Internationella flanerardagen**, **26 juni internationella dagen mot missbruk**, **4 september Dagen för ungas psykiska hälsa**, **10 september Internationella dagen för suicidprevention**, **22 september Trappans dag**, **10 oktober Världsdagen för mental hälsa**, **15 november Filantropins och musikterapiens dag**, **5 december Internationella volontärdagen**.

- Dessutom skriver vi i tidskriften *Dokumentär-KAK* - ny skrift i DiY-andan.

Kunskap och utveckling

- Studiecirkel Kamratstöd I RSMH med Ann-Britt Grimberg från förbundsstyrelsen som ledare
- Aktuell kunskapsutveckling följs med hjälp av tidskrifterna *Revansch*, *Modern psykologi*, *Socialmedicinsk tidskrift* och *Socialvetenskaplig tidskrift*.