

Riksförbundet för Social och  
Mental Hälsa  
Instrumentvägen 10  
126 53 Hägersten

**Öppettider:**

Måndagar – fredagar 09.00-16.00

Lunchstängt 11.30–12.30

Måndagar stängt mellan 10.00–11.00 på grund av kanslimöte

Telefon: 08-772 33 60

Fax: 08-772 33 61

E-post: [fornamn.efternamn@rsmh.se](mailto:fornamn.efternamn@rsmh.se)

Postgiro: 40 62 92 – 3

Hemsida: [www.rsmh.se](http://www.rsmh.se)

# Månadsbladet

Information från förbundet

## Distrikt och lokalföreningar

### **Våga fråga – våga leda – våga nytt den 3-7 maj på Fornby folkhögskola i Borlänge**

En nyinsatt kurs för dig som vill bli eller är studieorganisatör, cirkelledare eller studievägledare, Tillsammans kommer vi att utbyta erfarenheter och vad som stärker människor, pröva på att informera och skriva samt varva detta med lite praktiska övningar. Sista ansökningsdag 6 april.

Se bifogad kursinbjudan.

**(Bilaga 1)**

### **Hjälp till Självhjälp, 30 maj – 3 juni på Södra Vätterbygdens folkhögskola**

Vad kan jag själv göra för att må bättre? En introduktion till vad självhjälpgrupper innebär och övning i att sitta med och även leda en självhjälpgrupp. Vänder sig till dig som vill bli igångsättare eller vara deltagare.

Sista ansökningsdag den 26 april.

Se bifogad kursinbjudan.

**(Bilaga 2)**

### **Inbjudan till Kvinnoprojektet Våga Ta Plats cirkelledarutbildning**

Den 1 december 2009 startade RSMH:s kvinnoprojekt Våga Ta Plats. En cirkelledarutbildning för intresserade kvinnor kommer därför att hållas 31 maj – 4 juni 2010 på Åsa Folkhögskola. Kursen vänder sig till kvinnor som vågar och vill ta för sig i

Text: Claes Rundqvist

Ansvarig utgivare: Håkan Jarmar

föreningssammanhang inom RSMH men även i samhället utanför föreningen. Sista anmälningdag är 30 april 2010.

**(Bilaga 3)**

### **Hjälpmedelsprojektet besöker landstingen**

Projektet Hjälpmedel i fokus – för personer med psykisk funktionsnedsättning kommer under året att besöka de olika landstingen. Ta chansen att lära er mer om hjälpmedel åt personer med psykisk ohälsa! En lista med tider och datum bifogas.

**(Bilaga 4a)**

### **Bli Hjälpmedelsambassadör!**

Hjälpmedelsinstitutet söker personer, "Hjälpmedelsambassadörer", som är intresserade av att informera om hjälpmedel för människor med psykisk funktionsnedsättning. Hjälpmedelsinstitutet står för utbildningen. Läs mer i det informationsblad vi bifogar!

**(Bilaga 4b)**

### **Läkemedel mot diabetes förlorar sin subvention**

Flera läkemedel mot diabetes förlorade sin subvention 1 mars. Beslutet har fattats av TLV, Tandvårds- och läkemedelsförmånsverket och syftet är att "få ut så mycket hälsa som möjligt av varje skattekrona som går till läkemedel". Åtgärden beräknas spara minst 12 miljoner kronor per år. De

läkemedel det gäller är Starlix och Daonil. Ett antal andra preparat får begränsad subvention vilket förväntas leda till ytterligare minskning av kostnaderna.

Cirka 350 000 personer i Sverige behandlas för diabetes. Sjukdomen är delvis ärftlig men kan också utlösas av stress, rökning och övervikt. Personer som behandlas med psykofarmaka drabbas ofta av viktuppgång vilket i sin tur kan leda till diabetes.

### **(Bilaga 5)**

### **Övrigt**

#### **Angående våra etiska normer**

RSMH har åtta etiska normer. Vilka de är framgår i våra stadgar. En medlem som bryter mot dessa kan få en varning, bli avstängd eller i värsta fall utesluten. Det är fler medlemmar som har vänt sig till riksförbundet och känt sig kränkta, mobbade eller motarbetade. Förbundsstyrelsen har vid ett möte beslutat att vårt material om dessa frågor skall uppdateras. Dessutom uppmanas våra föreningar att vid ett medlemsmöte ta upp och diskutera våra etiska normer och hur vi kan förhindra att medlemmar känner sig illa behandlade. Det vore bra om ni under 2010 har ett föreningsmöte om detta.

#### **Dubbla medlemskap**

Vi har fått frågor från medlemmar om man kan vara medlem i flera RSMH-föreningar.

Det går inte enligt våra stadgar paragraf tre. Det går att vara med i en annan förenings aktiviteter men då skall det finnas en överenskommelse med föreningen.

#### **Årsmötets rapporter!**

Nu har era årsmöten varit. Hoppas att det gick bra på era möten. Nu skall era årsmötesrapporter skickas in till

förbundet. Vi är mycket tacksamma om ni kan göra det så snart som möjligt.

**Jonas Andersson**

#### **Vilka sitter med som brukarrepresentanter?**

Vi skulle gärna vilja veta, vilka som sitter med i brukarråd eller liknande. Inom RSMH vill vi gärna ha så många brukarföreträdare som möjligt, men vi vill också att de skall ha så god kunskap som möjligt. Nu finns det ett nytt material "Med starkare röst" som kan ge lite mer kött på benen. Maila eller ring in de namn på företrädare som ni har i brukarråden, så kan vi skicka vidare information till dem:

**[majvor.hansson@rsmh.se](mailto:majvor.hansson@rsmh.se) eller [j.andersson@rsmh.se](mailto:j.andersson@rsmh.se)**  
**eller 08-772 33 60.**

**Majvor Hansson**

**Jonas Andersson**

**Mars 2010**