VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2025

Innehållsförteckning

Inledning och förord 3
Det här är RSMH.....4
RSMH – 60 år av kamp och gemenskap.....6

Stöd och gemenskap..... 8
Sveriges största fika mot ensamhet.....10

Opinion och samhällspåverkan 12
RSMH – en del av funktionsrättsrörelsen.....14
Ny rapport: Mat eller medicin 16
Ett starkt år i medierna 18
Granskning av Hjälplinjen.....19

Kunskap och utveckling 20
Projektet PO Unga höll slutkonferens.....22
RSMH utbildning – kunskap som gör skillnad 23

En rörelse 24
Organisation.....27
Projektfinansiering 2025.....28

OM VERKSAMHETSBERÄTTELSEN

Redaktör: Hanna Navier. Formgivning: Minica Kraft
Texter: Hanna Navier, Anna Morin.
Korrektur: Jens Klitgaard.

KONTAKT

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa
Bellmansgatan 30, 118 47 Stockholm

Telefon: 08-120 080 40
Swish: 900 8632

Webb: www.rsmh.se

Tillsammans blir vi starkare

2025 blev ett år som rymde både kraft, synlighet och prövningar för RSMH.

Runt om i landet höll våra föreningar öppet varje dag. Tusentals timmar av gemenskap, stöd och återhämtning. I en tid där villkoren för våra målgrupper försämras, fortsatte vi att skapa platser där människor kan mötas. Till oss är alla välkomna, utan krav och utan att behöva förklara sig.

I september genomförde vi Sveriges största fika mot ensamhet för allra första gången. 40 föreningar deltog och bjöd in till gemenskap över hela landet. Vi fick ett stort genomslag och nådde många nya människor. Vi vill rikta ett särskilt tack till de som tog steget att besöka en förening för första gången.

Vi släppte också rapporten om sambandet mellan ekonomi och psykisk ohälsa. Den bygger på både en bred befolkningsundersökning och våra medlemmars egna erfarenheter. Resultaten är tydliga och svåra att bortse från. Bland våra medlemmar upplever 95 procent att ekonomin begränsar deras liv. Nästan hälften har någon gång inte haft råd att köpa mat. En av tre har avstått från nödvändiga läkemedel. Bakom siffrorna finns berättelser om människor som tvingas välja bort det mest grundläggande. Att kunna betala sina räkningar utan oro. Att ha råd att träffa sina närstående. Att delta i ett sammanhang.

Bakom siffrorna finns berättelser om människor som tvingas välja bort det mest grundläggande. Att kunna betala sina räkningar utan oro. Att ha råd att träffa sina närstående. Att delta i ett sammanhang. Rapporten synliggjorde hur våra medlemmar drabbas av den politik som förs, och gav oss en gemensam grund för de krav vi driver vidare, inte minst inför valrörelsen.

2025 var samtidigt ett stökigt förtroendeår inom organisationen. Frågor om riktning, struktur och legitimitet har diskuterats brett och engagerat. I dessa processer har vi sett ett stort engagemang från våra föreningar och en tydlig vilja att vara med och forma RSMH framåt.

Därför har vi prioriterat att mötas. Styrelsen har haft direkt kontakt med många föreningar och kansliet har genomfört 50 besök runt om i landet. Samtalen har gett oss en fördjupad förståelse för föreningarnas vardag och behov, men också bekräftat det som är kärnan i vår organisation. Att vi är starkast när vi möts, lyssnar och håller ihop.

Vi lämnar 2025 med både erfarenheter och riktning. Med en starkare röst i samhällsdebatten och med en fortsatt tydlig uppgift: Att hålla öppet för kamratstöd och gemenskap och att arbeta för ett samhälle där ingen lämnas ensam i kampen för ett värdigt liv.

Hanna Navier, tf kanslichef och Kristina Båth, förbundsordförande

DET HÄR ÄR RSMH

I snart 60 år har vi på Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH, kämpat för att förbättra situationen och förutsättningarna för personer med psykisk och social ohälsa. Genom våra 4 000 medlemmar och 75 lokalföreningar skapar vi gemenskap och mötesplatser över hela landet.

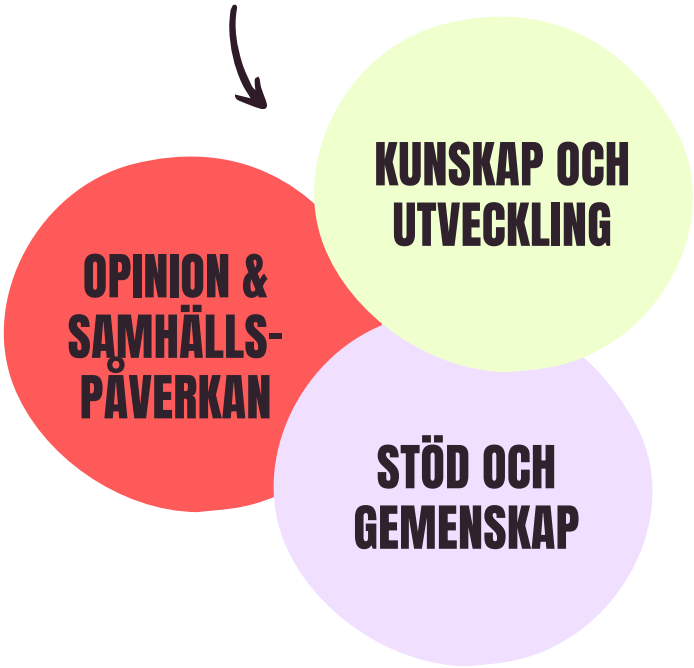
Vision

RSMH verkar för ett samhälle där alla människor, oavsett psykisk och social ohälsa, har makt och kontroll över sina liv och sin vardag. Alla ska ha tillgång till ett hem, ekonomisk trygghet, utbildning, meningsfull sysselsättning, relationer och en god vård som utgår från individens behov.

Vi är en brukarrörelse där vi möts i de egna erfarenheterna.
Den kunskapen stannar inte hos oss. I RSMH:s föreningar delas erfarenheter som blir till gemensam kunskap. Våra medlemmar möter vård, deltar i brukarråd och för dialog med beslutsfattare.

Under 2025 har vi fortsatt verka för att människor med egen erfarenhet ska ha inflytande över den vård och det stöd de möter, och att deras kunskap tas tillvara i utvecklingen av verksamheter och insatser. Av oss, för oss – aldrig utan oss!

RSMH:s verksamhet utgår från tre områden



Kamratstödet
- hjärtat i vår rörelse

I RSMH stöttar vi varandra genom det vi kallar kamratstöd. Här möts människor med egna erfarenheter av psykisk och social ohälsa och ger varandra stöd. Genom samtal, aktiviteter eller att bara finnas tillsammans skapar kamratstödet gemenskap, hopp och kraft att ta steg vidare i livet.

“När jag kom första gången till RSMH backade jag i dörren. Lyckligtvis var det någon som tog min hand och sade “du är så välkommen”. Som satte den här koppen kaffe i handen och började intressera sig för mig.“

Jenny Wetterling, intressepolitisk talesperson RSMH

RSMH - 60 ÅR AV KAMP OCH GEMENSKAP

I snart 60 år har RSMH kämpat för att mänskliga rättigheter ska gälla även för människor med psykisk ohälsa. Vi har avslöjat vårdskandaler, varit bidragande till att de gamla mentalsjukhusen stängdes igen och vi har arbetat för att krossa fördomar mot människor med psykisk ohälsa. Här är några nedslag i vår historia.

1967 Riksorganisationen Mental Hälsa, RMH, bildas vid ett möte på Medborgarhuset i Stockholm. Patienter från mentalsjukhus och andra intresserade är initiativtagare.

1970 Pockettidningen R startas tillsammans med deandra R-förbunden (KRUM, ALRO, RFHL).

1972 Namnet ändras till Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH. Huvudfokus är att reformera mentalsjukhusen, med målet att stänga dem.

1976 RSMH initierar en riksomfattande mentalvårdskampanj – ”Bort med tvång och förtryck inom mentalvården”.

1977 Helena Frykstrand, en av RSMH:s grundare, avslöjar hur en intagen kvinna legat fastspänd i åtta månader på Långbro mentalsjukhus.

1980 Det första numret av medlemstidningen Revansch ges ut. RSMH anmäler svenska staten till Europadomstolen, eftersom Sverige har flest slutenvårdsplatser i världen.

1981 Det beräknas att 10 000 är tvångsvårdade enligt svenska staten. RSMH startar kampanjen Vägen tillbaks.

1984 Baggensuddens behandlingshem startas. Det är det första att drivas av brukare själva.

1989 Förmyndarskapet för vuxna avskaffas - något RSMH kämpat för under hela 80-talet.

1990 RSMH har 97 lokalavdelningar. Psykiatriutredningens delbetänkande bekräftar vad RSMH lyft tidigare – de flesta som skrivs ut från mentalsjukhus lämnas vind för våd.

1995 Personligt ombud införs på försök i Sverige. Syftet är att människor med allvarlig psykisk ohälsa skulle få hjälp att få sina rättigheter tillgodosedda. RSMH har länge drivit frågan, bland annat genom en representant i psykiatriutredningen.

2000 Regeringen inför statsbidrag för personligt ombud, till kommuner.

2006 Tillsammans med andra brukarorganisationer skriver RSMH rapporten “Så vill vi ha det”. Nätverket Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa, NSPH, startar.

2009 Seminarium och demonstration till stöd för konstnären Anna Odell, som har åtalats efter sitt arbete med konstprojektet “Okänd, kvinna 2009-349701.”

2016 RSMH har 122 lokalföreningar. Projektet psykisk hälsa

2017 RSMH startar ett eget upprop under metoo-rörelsen. Under #Psykakut startas en namninsamling och en insamling av vittnesmål.

2020 Pandemin gör att RSMH får ställa om till fler utomhusaktiviteter och digitala träffar. RSMH ger ut skriften kamratstöd i pandemitider till lokalföreningarna. Verksamheten kan hållas igång i de flesta föreningar under anpassade former.

2023 RSMH söker medlemskap i Giva och startar insamlingsverksamhet.

2024 RSMH kampanjar mot tvångsåtgärder inom psykiatrin, med särskilt fokus på bältesläggningar. Socialstyrelsens utredare bjuder in RSMH till samtal.

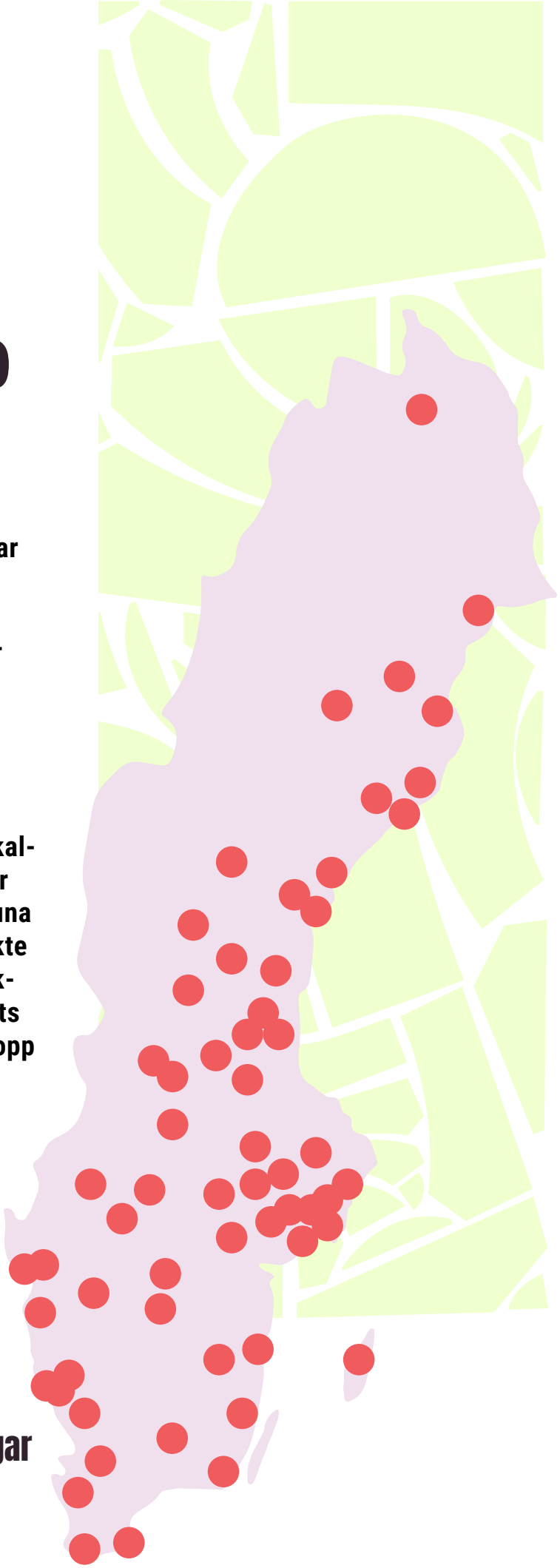
En utredning från Regeringen föreslår att det riktade statsbidraget till Personligt ombud ska tas bort. RSMH deltar i protester tillsammans med andra organisationer.

2025 RSMH startar Sveriges största fika mot ensamhet som får stort medialt genomslag. En rapport om sambandet mellan ekonomi och psykisk ohälsa släpps, med krav om bättre välfärdssystem för människor med psykisk ohälsa.

STÖD OCH GEMENSKAP

Ofrivillig ensamhet är ett växande folkhälsoproblem i Sverige. Den ökar risken för psykisk ohälsa och kan i värsta fall leda till suicid. Där finns RSMH. Vi är en rikstäckande organisation byggd på egen erfarenhet, solidaritet och övertygelsen om att gemenskap är en avgörande del av återhämtning.

Under 2025 arrangerade våra 77 lokalföreningar tusentals aktiviteter över hela landet. Från Trelleborg till Kiruna höll vi öppet för människor som sökte sammanhang, förståelse och mänsklig närvaro. I våra mötesplatser bröts isolering, relationer byggdes och hopp växte.



RSMH har 77 lokalföreningar runt om i landet

Prioriterade mål under året

Kamratstödet är förankrat i hela rörelsen och alla aktiva medlemmar vet vad det innebär.

Kamratstödet är kärnan i vår verksamhet. Under året har vi stärkt arbetet genom utbildningar i svåra samtal och krishantering, med fokus på våra värderingar, gränssättning och hur vi möter människor i utsatta situationer. Genom kunskap och erfarenhetsbaserat stöd bidrar vi varje dag till ökad social hälsa och en starkare gemenskap.

RSMH främjar den sociala hälsan genom att erbjuda mötesplatser för en meningsfull vardag, i hela landet.

Under året har våra 77 föreningar arrangerat cirka 4000 aktiviteter och serverat uppskattningsvis 250.000 kaffekoppar på våra mötesplatser. Kaffekoppar som inneburit samtal, kamratstöd och återhämtning. Vi har stöttat föreningar i att arrangera lågtröskelaktiviteter för att motverka ofrivillig ensamhet, och givit stöd i att föreningarnas egna aktiviteter ska nå fler.

RSMH har särskilda satsningar för att inkludera personer med utländsk härkomst i verksamheten.

Nationellt har vi verkat för att bredda vår kommunikation både lokalt och nationellt. Vi gav stöd till en ny förening i Vällingby, och våra föreningar har arbetat uppsökande i sina lokalsamhällen. Ett gott exempel är Kalix som har medlemmar från 16 länder och som aktivt söker upp nyanlända. Vi sökte finansiering för flera projekt på temat - ansökningar som tyvärr avslogs.

Unga personer med psykisk och social ohälsa kan organisera sig och göra sig hörda.

Tack vare Socialstyrelsens statsbidrag för att motverka ofrivillig ensamhet har vi kunnat stötta lokalföreningar att arrangera lågtröskelaktiviteter riktade till unga. I Sundsvall arrangerade vår ungdomsförening Vilja 10 aktiviteter under sommaren. Tyvärr fick vi avslag på större satsningar på området.

MÅL

RSMH FRÄMJAR DEN SOCIALA HÄLSAN GENOM ATT ERBJUDA MÖTESPLATSER FÖR EN MENINGSFULL VARDAG, I HELA LANDET.

Sveriges största fika mot ensamhet

Den 17 september 2025 samlades RSMH:s lokalföreningar över hela landet till en gemensam manifestation mot ofrivillig ensamhet. På över 40 orter, från Kalix i norr till Ystad i söder, bjöd vi in till Sveriges största fika. Det blev en av årets mest synliga, samlande och lyckade satsningar.

Syftet var tydligt. Att öppna dörrarna, bjuda på kaffe och gemenskap och visa att ingen ska behöva vara ensam. I föreningslokaler runt om i landet dukades det upp med kaffe, bullar och tårta. Affischer sattes upp, lokaler gjordes extra välkomnande och medlemmar tog emot både gamla och nya besökare. Många föreningar vittnar om att nya intresserade hittade till verksamheten just denna dag.

Satsningen blev också en nationell angelägenhet. Socialminister Jakob Forssmed besökte RSMH Kungsholmen och i Malmö deltog före detta statsrådet Märta Stenevi. TV4 sände live från RSMH i Järva. Svenska Dagbladet rapporterade från plats. I Efter Fem medverkade Kristina Nyström från RSMH Kalix och i P4 Halland, P4 Sjuhärad och SVT Västernorrland hördes röster från våra medlemmar. Genomslaget i medierna bidrog till att sätta ljuset på ensamhet som samhällsproblem och på RSMH som en del av lösningen.

Dagen sammanfattades väl av Henrik Kjellberg, medlem i RSMH Kungsholmen, i en radiosändning:

> ”En bra dag. Det är en dag när man har gjort en annan människa glad också. Och ju mer det händer, desto roligare blir det att leva. Det tycker jag händer här.”

Sveriges största fika visade vad RSMH är när vi är som starkast. En rörelse som öppnar dörrar, skapar möten och bryter ensamhet i praktiken. Det är en satsning vi kommer att fortsätta utveckla kommande år, säger Hanna Navier, tf kanslichef för RSMH.

Märta Stenevi kom förbi på fika i Mölmö

Socialminister Jakob Forssmed kom förbi på fika i Kungsholmen

OPINION OCH SAMHÄLLSPÅVERKAN

RSMH påverkar beslutsfattare lokalt, regionalt och nationellt. Vi gör det med utgångspunkt i våra medlemmars erfarenheter och med målet att förändra de strukturer som bidrar till psykisk och social ohälsa. Som funktionsrättsrörelse påverkar vi både nationellt och genom våra regionala RSMH-distrikt som påverkar regionernas psykiatriverksamheter.

Under 2025 har vi växlat upp vårt opinionsarbete genom tydligare analys, mer samordnade kampanjer och bredare synlighet i media och digitala kanaler.

Genom rapporten Mat eller medicin satte vi ljuset på sambanden mellan psykisk, social och ekonomisk hälsa. Parallellt har vi fortsatt driva frågan om en psykiatri fri från tvång och stärkt kännedomen om RSMH genom nya kommunikationsinsatser, bland annat en uppdaterad strategi och riktade kampanjer.

Vårt mål är tydligt. Att förändra attityder, minska stigma och bidra till konkreta politiska beslut som förbättrar livsvillkoren för personer med psykisk och social ohälsa.

Prioriterade mål under året

RSMH driver frågan om en psykiatrisk vård fri från tvång, samt verkar för en återhämtningsinriktad, personcentrerad och rättighetsbaserad vård

Vi har fortsatt driva kravet på en nollvision för tvångsåtgärder inom psykiatrin. Frågan har lyfts genom debattartiklar, medieutspel, kampanjinsatser, dialog med beslutsfattare och i vår medlemstidning. Genom att kombinera medlemmars erfarenheter med tydliga politiska krav verkar vi för en vård som bygger på respekt, delaktighet och mänskliga rättigheter.

Vi lyfter frågan om den psykiatriska vården kopplat till att psykiatrireformen fyller 30 år

Tre decennier efter reformen har vi bidragit med perspektiv på vad som uppnåtts och vilka brister som kvarstår. Vi gjorde ett specialnummer av vår medlemstidning Revansch på temat. Genom opinionsbildning och dialog har vi lyft behovet av långsiktiga satsningar på en sammanhållen, rättighetsbaserad psykiatri där återhämtning står i centrum.

Breda målgrupper och beslutsfattare har kännedom om hur RSMH:s verksamhet bidrar till att bryta ensamhet och främja psykisk och social hälsa

En ny kommunikationsstrategi med tydligt kännedomsfokus togs fram under året. Under våren genomfördes en kännedomsmätning som följdes av riktade kampanjer. En digital lokal kampanj genomfördes på fyra orter och nådde totalt 171 000 visningar och 270 länkklick. LinkedIn har etablerats som kanal och använts mer aktivt än tidigare.

RSMH - en viktig del av funktionsrättsrörelsen

Under 2025 har RSMH bedrivit ett systematiskt, långsiktigt och nationellt påverkansarbete för att förbättra levnadsvillkoren för personer med psykiska funktionsnedsättningar. Vi har gjort det dels genom opinionsbildning och kunskapsspridning, dels genom att delta i olika samverkansråd, svara på remisser och genom påverkansarbete i lokalföreningar och distrikt.

Vi har bedrivit förändringsarbete inom sju områden:

1. Hälso- och sjukvård, inklusive psykiatri

RSMH har under 2025 haft ett starkt fokus på att förbättra tillgänglighet, kvalitet och rättssäkerhet inom psykiatrisk vård. Förbundet har deltagit i nationella samverkansforum, lämnat remissyttranden till regeringen och bedrivit påverkansarbete för personcentrerad vård och stärkt brukarinflytande. Genom rapporter, debattartiklar och medverkan i media har RSMH belyst hur otillräcklig psykiatrisk vård förstärker funktionshinder och hindrar återhämtning.

2. Socialtjänst och kommunala stödinsatser

RSMH har under året verkat för stärkta rättigheter inom socialtjänst, socialpsykiatri och LSS-nära insatser, med särskilt fokus på boendestöd, sysselsättning och öppna mötesplatser. Vi har uppmärksammat konsekvenserna av nedskärningar och bristande samverkan mellan kommun och region.

Lokalföreningarna har bedrivit aktiv intressepolitik gentemot kommuner för att säkerställa brukarstyrda verksamheter och lågtröskelstöd som motverkar isolering och ensamhet – centrala faktorer bakom psykiska funktionshinder.

3. Arbete, sysselsättning och arbetsmarknad

RSMH har arbetat för en mer inkluderande och flexibel arbetsmarknad för personer med psykiska funktionsnedsättningar. I opinions- och remissarbete har vi kritiserat system som ställer orealistiska krav på arbetsförmåga och som riskerar att förvärra ohälsa.

RSMH har också lyft behovet av meningsfull sysselsättning för alla, och verkat för att ideellt engagemang och rehabiliterande aktiviteter inte ska bestraffas ekonomiskt. I dag vågar inte alla våra medlemmar engagera sig av rädsla för att bli av med sin sjukersättning.

4. Ekonomisk trygghet och socialförsäkringar

RSMH har under året verkat för höjda ersättningsnivåer, mer långsiktiga socialförsäkringar och ett system som stödjer återhämtning istället för att motverka den. RSMH har på olika sätt lyft hur låg ersättning, återkrav och otrygga bedömningar från Försäkringskassan skapar och fördjupar funktionshinder.

5. Boende och livsmiljö

RSMH har under 2025 belyst frågan om trygga bostäder och boendestöd som en grundförutsättning för psykisk hälsa. Förbundet har lyft hur hemlöshet, otrygga boendelösningar och brist på stöd i boendet bidrar till allvarliga funktionshinder.

6. Delaktighet, inflytande och medborgerliga rättigheter

RSMH har under 2025 systematiskt arbetat för att stärka delaktighet och brukarinflytande på alla nivåer. Organisationen är aktiv inom Funktionsrätt Sverige och NSPH samt deltar i statliga och regionala samverkansstrukturer. RSMH deltar fortlöpande i kvalitetsdiskussioner för låsta institutioner i Sverige under ledorden Bättre Vård, Mindre Tvång och Nolltolerans mot våld.

RSMH har lokalt, regionalt och nationellt utbildat och stöttat medlemmar i intressepolitiskt arbete, bland annat genom workshops och stöd till lokala opinionsinsatser, för att personer med psykiska funktionsnedsättningar själva ska kunna påverka beslut som rör deras liv.

I den egna temaskriften Kvalitet på dina villkor och utbildningar och material via NSPH och Funktionsrätt Sverige vill RSMH stödja de egenerfarna som tar uppdrag i patient-, brukarråd eller på andra sätt bidrar med sin expertkunskap utifrån sina personliga erfarenheter av behov och möten med vård, stöd och andra välfärdsinsatser från det allmänna.

7. Kunskap, attityder och stigma

Ett genomgående samhällsområde i RSMH:s arbete är att motverka stigma och diskriminering. Under 2025 har organisationen spridit kunskap om psykiska funktionsnedsättningar genom rapporter, föreläsningar, media och utbildningar.

RSMH har genomgående lyft medlemmar och personer med egna erfarenheter - något som är viktigt för att bidra till ökad förståelse och förändra attityder i samhället.

”I dag krävs ett stort personligt engagemang för att få tillgång till det som borde vara grundläggande rättigheter, vilket i praktiken innebär att våra medlemmar ofta dubbelbestraffas. För många är det inte möjligt att förstå eller driva sin sak inom de byråkratiska system som finns. Det är just där förändring måste ske.”

Åke Nilsson, ekonomichef och intressepolitisk handläggare, RSMH

MÅL

RSMH VERKAR FÖR ATT DEN EKONOMISKA SITUATIONEN INTE FÖRVÄRRAR DEN PSYKISKA OCH SOCIALA OHÄLSAN FÖR VÅRA MÅLGRUPPER

Ny RSMH-rapport: Fattigdom och ofrivillig ensamhet hänger ihop

Under året lanserade RSMH en rapport och kampanj med rubriken: ”Mat, medicin eller gemenskap? Ett val ingen ska behöva göra.” Vi lyfte att personer som drabbats av psykisk ohälsa även hamnar i en socialt och ekonomiskt utsatt situation där många inte har råd med saker som skapar återhämtning, bland dem nödvändig vård, medicin eller bussresan till sociala aktiviteter. Det är en fråga som engagerar medlemsrörelsen.

Rapporten Mat eller medicin? speglar sambanden mellan ekonomisk, social och psykisk hälsa, baserat på undersökningar hos både befolkningen och RSMH:s medlemmar. Personliga berättelser och politiska krav på förbättringar för gruppen personer med psykisk ohälsa fanns med i rapporten.

På befolkningsnivå har personer som har sökt vård för psykisk ohälsa svårare att klara utgifter som mat, hyra eller räkningar, jämfört med personer som inte sökt vård.

En majoritet av medlemmarna i RSMH (6 av 10) uppger att deras privatekonomi påverkar deras psykiska hälsa negativt. De hänvisar till oro och stress samt skamfyllda känslor när de måste ta ekonomisk hjälp av närstående för att klara löpande utgifter.

Lansering med lunch

Den 16 december lanserades rapporten på 30 luncher runt om i landet. Värdar var RSMH:s lokalföreningar, och i Stockholm höll förbundet en lunch inne vid Odenplan för länets lokalföreningar.

Lokalföreningarna fick rapporten från tryckeriet att använda vid lanseringen.

45 %

... av RSMH:s medlemmar har någon gång haft en ekonomisk situation som hindrat dem från att handla mat.

Källa: *RSMH 2025*

7 av 10 har upplevt ensamhet.

Källa: *Verian 2025*

Ett starkt år i medierna

RSMH förekom

384

ARTIKLAR

2025 fick RSMH ett stort genomslag i medierna. Under året ökade antalet artiklar kraftigt jämfört med föregående år, från 54 till 385 publiceringar, vilket motsvarar en mer än sjufaldig ökning.

Vi uppmärksammades i frågor som rör psykisk ohälsa, vård, sociala villkor och brukarperspektiv, genom såväl debattartiklar och nyhetsrapportering som personliga berättelser från våra föreningar. Arrangemang som Sveriges största fika bidrog till synlighet i både lokala och nationella medier.

RSMH Falköpings kamp för att återfå finansiering genom ett idéburet offentligt partnerskap, IOP, väckte stort medialt intresse och ledde till omfattande bevakning i Västra Götaland.

Falköping

RSMH: ”Det var som ett slag i ansiktet”

17 juli 2024 06:12

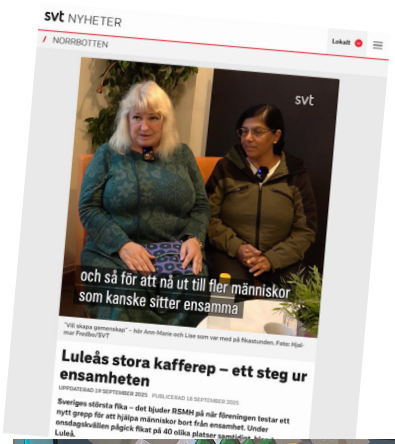
Det kom som en chock för RSMH - kommunen tog beslutet att inte förlänga sitt samarbete. Nu har föreningen, som anser att beslutet är taget på felaktigt underlag, överklagat till såväl kommunen som Förvaltningsrätten i förhoppning att sätta stopp för beslutet
– Det var som ett slag i ansiktet. Det var en ren chock, säger Erika Ottosson som är ordförande i föreningen.

Michael Fagerving
Text

Total räckvidd på över

33 MILJONER LÄSTILLFÄLLEN

27 000 INTERAKTIONER
i sociala medier



19 000 INTERAKTIONER
kopplade till nyhetsartiklar

Granskning av Hjälplinjen i medlemstidningen Revansch

Under 2025 genomförde medlemstidningen Revansch en granskning av nationella Hjälplinjen. Det ledde till en politisk debatt i riksdagen, och under hösten anslog regeringen ökade anslag till verksamheten.

Hjälplinjen öppnade i december 2024 och drivs på uppdrag av regeringen med medel från Folkhälsomyndigheten. Hjälplinjens uppdrag är att bidra till att främja psykiskt välbefinnande och förebygga psykisk ohälsa och suicid.

I RSMH:s sociala medier återkom kommentarer under Hjälplinjens första månader att stödlinjen inte fungerade bra för sin målgrupp. Revansch granskade Hjälplinjen genom att ringa fyra gånger per dygn under motsvarande en veckas tid i april–maj. Granskningen visade att man kan få vänta över en timme i telefon på helgen, och att skrivna svar kan dröja mer än en vecka. ”En hjälplinje ska svara när man hör av sig, det ligger i själva uppdraget”, kommenterade RSMH:s talesperson Jenny Wetterling.

I tidningen uttalade sig först chefen för Hjälplinjen och sedan politiken om väntetiderna. ”Det får inte spela någon roll om du söker hjälp klockan tre på dagen eller tre på natten. Stödet måste finnas där när du behöver det”, sa riksdagsledamoten Fredrik Lundh Sammeli från oppositionen (S). ”Från regeringens håll ser vi kontinuerligt över de förutsättningar som Hjälplinjen behöver för att fullgöra sitt uppdrag på bästa sätt”, sa socialminister Jakob Forssmed (KD) för regeringens räkning.

I juni 2025 ställde Lundh Sammeli en fråga i riksdagen med hänvisning till Revanschs granskning. Under hösten meddelade regeringen att de anslår ytterligare fem miljoner till Folkhälsomyndigheten för att fortsätta utveckla Hjälplinjen.

Fyra kända ansikten om sitt mående

Porträtten i Revansch ger utrymme för erfarenheter av psykisk ohälsa, när offentliga personer berättar om sin livsresa och hur det återhämtar sig av perioder av sämre mående. Henrik Wahlström, Camilla Henemark, Märta Stenevi och Tobias Karlsson medverkade. Det blev berättelser från en influencer och författare, en artist, en före detta politiker och en dansare. Teman var livet med bipolär diagnos, svår ångest, mobbning, ätstörningar och att krascha, leva som hemlös och vägen tillbaka till ett tryggt liv igen.

KUNSKAP OCH UTVECKLING

Under 2025 har RSMH fortsatt att stärka sin roll som kunskapsbärare med det egenerfarna perspektivet som grund. Vi har utvecklat och spridit utbildningsmaterial, genomfört utbildningar och ökat tillgången till kunskap för både medlemmar och profession. Delar av detta arbete har genomförts genom vårt bolag RSMH Utbildnings AB, vilket har bidragit till att nå fler och stärka våra ekonomiska förutsättningar.

Genom digital utveckling, dialog med beslutsfattare och fortlöpande påverkansarbete har vi omsatt erfarenheter i konkret förändringsarbete. Vårt mål är tydligt. Att bidra till bättre stöd, vård och bemötande genom att stärka kunskapen om psykisk och social hälsa, både inom RSMH och i samhället i stort.

MÅL

RSMH:S MEDLEMMAR OCH MÅLGRUPPER HAR TILLGÅNG TILL DIGITALA VERKTYG, KUNSKAP OCH INFORMATION. VÅR BRUKARERFARENHET ANVÄNDS I UTVECKLINGEN AV NYA DIGITALA TJÄNSTER.

Digital delaktighet stärker demokratin i RSMH

Under året har RSMH genomfört en riktad satsning för att minska det digitala utanförskapet i rörelsen. Med stöd av ett framtaget metodmaterial har medlemmar utbildats i digitala verktyg på flera platser i landet, samtidigt som individuell coachning erbjudits på distans. Lokalföreningar som saknat utrustning har fått stöd, och minst 15 föreningskommunikatörer har utbildats i digital mötesteknik och sociala medier.

Satsningen har handlat om mer än teknik. Den har stärkt medlemmarnas möjlighet att delta i möten, organisera sig och göra sina röster hörda. Ökad digital kompetens har blivit ett verktyg för delaktighet, inflytande och minskad isolering.

MÅL

RSMH HAR ETT STORT UTBUD AV KUNSKAPS- OCH UTBILDNINGSMATERIAL FÖR SÅVÄL DEN EGNA MÅLGRUPPEN SOM FÖR PROFESSION OCH MYNDIGHETER.

Tryggare mötesplatser genom utbildning i krisstöd och svåra samtal

RSMH:s mötesplatser är ofta en första vändpunkt för människor i kris. Under året har vi därför uppdaterat och spridit vår utbildning i krisstöd och svåra samtal till lokalföreningar runt om i landet. Utbildningen, som bygger på kamratstödets värderingar, ger konkreta verktyg för att möta suicidtankar, stark affekt, konflikter och akuta situationer på ett tryggt och ansvarsfullt sätt.

Genom utbildning och löpande handledning har medlemmar stärkts i sin handlingsbenägenhet och trygghet. Resultatet är säkrare mötesplatser, bättre bemötande och en rörelse som står stadigare när det verkligen gäller.

Elina Molin är RSMH-stipendiat 2025

RSMH: forskningsstipendium 2025 går till Elina Molin från Institutionen för omvårdnad på Umeå universitet. Hon får 100 000 kronor för att forska på aktiviteter för barn och unga i psykiatrins tvångsvård. Det kommer hon göra med något som kallas samarbetsbaserad forskning, där barnen själva delar sina upplevelser och bidrar till att förbättra vården. Bakgrunden är att det sedan 2020 är en rättighet att få dagliga aktiviteter för barn intagna för tvångsvård på bup.

Stipendiet belönar forskning som:

- Är humanistiskt och socialt inriktad
- Kan leda till ett bättre liv för människor med psykisk ohälsa
- Sätter brukarens erfarenhet och kunskap i fokus

Att orka gå till skolan - projektet PO Unga höll slutkonferens

Under tre år RSMH arbetat tillsammans med barn och unga i Västernorrland som haft svårt att vara i skolan. För många har det handlat om långvarig frånvaro, oro, psykisk ohälsa eller svårigheter kopplade till npf. Andra har varit på väg att tappa fotfästet helt och behövt stöd för att hitta tillbaka till vardagen.

Genom samtal, relationsskapande arbete, kunskap om Barnkonventionen och en barnanpassad version av metoden Supported Education har barn fått möjlighet att förstå sina behov och uttrycka sina mål. Många har aldrig tidigare fått frågan: Hur vill du att det ska vara för att du ska orka?

Projektet visade en del positiva resultat. Barn som tidigare varit hemma på heltid började återvända i små steg. En elev säger: “Jag trodde jag skulle hoppa av skolan. Nu går jag på möten själv och vågar säga ifrån när något inte fungerar.”

Projektets slutrapport kan användas av skolor, kommuner och andra verksamheter som vill arbeta mer rättighetsbaserat och delaktighetsfrämjande. Du hittar den på rsmh.se

RSMH utbildning - kunskap som gör skillnad

Under 2025 fortsatte vi bedriva utbildning och brukarrevisioner genom vårt bolag RSMH Utbildning AB. Totalt utbildades 60 personer inom socialpsykiatrin i återhämtningsinriktat förhållningssätt. Därutöver deltog 120 personer i workshops med inriktning på brukarstyrd verksamhetsutveckling.

Tre brukarstyrda brukarrevisioner genomfördes i Sigtuna kommun, Region Dalarna och Åmåls kommun. Parallellt utvecklade bolaget sitt erbjudande. Tillsammans med Stockholms stad testades ett nytt upplägg för brukardriven verksamhetsutveckling.

Framtida planer

Under året påbörjades också ett strategiskt arbete kring bolagets framtida roll. Det finns planer på att utveckla bolaget i riktning mot ett socialt företag. Tanken är att RSMH Utbildning i större utsträckning ska kunna samverka med kommuner och fungera som en praktisk plattform för verksamhet som gynnar lokalföreningarna.

“Vi tittar på hur bolaget kan bli ett ännu tydligare verktyg för hela förbundet. Målet är att det vi bygger upp också ska komma lokalföreningarna till del, både i form av verksamhet och ekonomi”, säger Beatrice Ikonen.

Fakta RSMH Utbildning AB

RSMH Utbildning AB är RSMH:s helägda bolag med uppdrag att omsätta förbundets kunskap och erfarenheter i konkreta tjänster.

Genom bolaget kan RSMH nå ut bredare, skapa arbetstillfällen för den egna målgruppen och samtidigt bidra till utveckling inom socialpsykiatrin.

“Vi ser att intresset för våra arbetssätt ökar. Det handlar om att på riktigt ta tillvara människors egna erfarenheter och göra dem till en del av utvecklingen av verksamheter”

Beatrice Ikonen, utbildningschef på RSMH, och vd för RSMH Utbildning AB.

EN RÖRELSE

2025 har varit ett intensivt år för RSMH. Under våren uppstod en förtroendekris i förbundsstyrelsen, vilket ledde till en extrakongress i juni där en ny styrelse valdes. Det har varit en period som prövat oss, men också visat att våra demokratiska processer fungerar när de behövs som mest.

Samtidigt har verksamheten fortsatt runt om i landet. Våra 75 lokalföreningar har hållit mötesplatser öppna, gett kamratstöd och skapat gemenskap för människor som behöver det. Rörelsen har burit, även i en tid av förändring.

Under året har vi stärkt stödet till föreningarna genom funktionsutbildningar och fler öppna digitala möten. Det har ökat delaktigheten och skapat bättre samarbete inom organisationen.

Kulturresa till Värmland

I september 2025 arrangerade RSMH Östermalm Lidingö en bussresa till Värmland. Eftersom föreningen saknar egen lokal är gemensamma utflykter ett viktigt sätt att mötas och bryta ensamhet. Under resan besöktes Lars Lerins konstgalleri Sandgrund i Karlstad samt Selma Lagerlöfs gård Mårbacka i Sunne.

RSMH på Järvaveckan

RSMH medverkade på Järvaveckan tillsammans med RFS, Riksförbundet frivilliga samhällsarbetare. Det blev mingel med besökare i alla åldrar, intresseorganisationer, företag och politiker.

Doodle for mental health

I maj 2025 arrangerade RSMH workshopen "Doodle for mental health" på Serieteket i Stockholm. Medlemmar och andra intresserade tecknade tillsammans med serietecknaren Filip Andronik. Projektet resulterade i en utställning som visades på Kulturhuset i Stockholm den 10 oktober 2025.

Hurra, hurra, hurra, hurra!

I år vad det 58 år sedan riksförbundet bildades. Det innebär att det finns lokalföreningar som har varit med i många år. Grattis!

RSMH Sundsvall fyller 50 år.

RSMH Dalarna fyller 50 år.

RSMH Säffle fyller 40 år.

RSMH Botkyrka fyller 35 år.

RSMH Danderyd fyller 50 år.

Det stora firandet av RSMH Dalarna som hölls i Säter i slutet av augusti 2025. Tipspromenad, föredrag, jubileumslunch och trevligt mingel samlade många gamla och nya förmågor. Tal hölls av kommunen och distriktets eldsjälar, och händelsen uppmärksammades även i lokaltidningarna.

Och så ettåringarna!

Under 2025 bildades det sammanlagt fyra nya lokalföreningar inom RSMH.

RSMH Vällingby
Aldrig Ensam

RSMH Staffanstorp

RSMH Hultsfred

RSMH Hägersten-Älvsjö
Bra-Å-Ha

På träffpunkten Kompassen i Vällingby centrum drev RSMH en tillfällig sommarverksamhet i fjol. Några av besökarna ville fortsätta engagera sig. Efter samtal, möten och aktiviteter tillsammans bestämde man sig för att bilda RSMH Vällingby.

Prioriterade mål under året

Det finns många sätt att engagera sig i RSMH.

Under året har vi också skapat fler möjligheter att delta digitalt genom öppna möten och forum där medlemmar kan samtala, utbyta erfarenheter och bidra till organisationens utveckling. Tillsammans skapar vi en rörelse där människor både kan få stöd och själva vara en del av lösningen.

RSMH har en stärkt och breddad finansiering och en plan för budget i balans till 2026

Efter de omfattande satsningar som genomfördes 2024 på varumärke, insamling och ökad synlighet har 2025 varit ett år för utvärdering och omställning. Insamlingsarbetet nådde inte den nivå vi hade förväntat oss, men viktiga strukturer är på plats.

Under året har fokus legat på att stärka kännedomen om RSMH, öka närvaron i föreningarna och utveckla organisationens finansiering. Arbetet med att bredda finansieringen har fortsatt genom bidragsansökningar och genom att undersöka nya möjliga finansieringskällor.

Målet är att skapa långsiktigt hållbara ekonomiska förutsättningar för organisationen och att nå en budget i balans till 2026.

Organisation

2025 har varit ett intensivt år för RSMH. Under våren uppstod en förtroendekris i förbundsstyrelsen, vilket ledde till en extrakongress i juni där en ny styrelse valdes. Det har varit en period som prövat oss, men också visat att våra demokratiska processer fungerar när de behövs som mest.

Samtidigt har verksamheten fortsatt runt om i landet. Våra lokalföreningar har hållit mötesplatser öppna, gett kamratstöd och skapat gemenskap för människor som behöver det. Rörelsen har burit, även i en tid av förändring.

Under året har vi stärkt stödet till föreningarna genom funktionsutbildningar och fler öppna digitala möten. Det har ökat delaktigheten och skapat bättre samarbete inom organisationen.

MÅL **RSMH FÖRVALTAR VÄL DE DYNAMISKA OCH DEMOKRATISKA PROCESSERNA I EN MEDLEMSSTYRD ORGANISATION**

Ledningsstrukturen sågs över och kanslichefens mandat att ansvara för personal och arbetsmiljö förtydligades.

Under året togs också nya rutiner fram för att stärka en god organisationskultur. På kansliet infördes riktlinjer och mallar för att förebygga och hantera kränkande särbehandling, och workshops genomfördes med ledning och personal. Rutiner för efterlevnad av organisationens etiska riktlinjer har också tagits fram.

För att underlätta det demokratiska arbetet i hela rörelsen publicerades stödmaterial och mallar inför lokalföreningarnas årsmöten på RSMH:s webbplats. Arbetet fortsätter under 2026 med utbildning och stöd till föreningar och distrikt i hur organisationens demokratiska processer fungerar i praktiken.

Ny styrelse och ledningsöversyn

2025 har varit ett år av förändring i förbundets ledning. Under våren uppstod en förtroendekris som ledde till en extrakongress i juni, där en ny förbundsstyrelse valdes i enlighet med stadgarna. Hösten har präglats av stabilisering och fokus på organisationens fortsatta utveckling.

Den nya styrelsen har initierat ett arbete med att forma en grupp för organisation och stadgar, med uppdrag att se över strukturer och stärka förbundets långsiktiga hållbarhet. Arbetet fortsätter under 2026.

Kansli och organisation

I början av året sattes målet att minska underskottet och nå en budget i balans till 2026. Under året har kansliet genomfört en omorganisation för att minska personalkostnader samt flyttat till mer kostnadseffektiva lokaler centralt på Södermalm.

Samtidigt har stödet till föreningar och distrikt, liksom samordningen av utbildningar och nationella insatser, fortsatt.

Projektfinansiering 2025

Under 2025 har RSMH finansierat sin verksamhet genom en kombination av organisationsbidrag, statsbidrag och projektmedel från statliga myndigheter och stiftelser.

RSMH:s största finansieringskällor under året:

Organisationsbidrag till funktionshindersorganisationer, Socialstyrelsen

RSMH:s grundfinansiering utgörs av organisationsbidraget till funktionshindersorganisationer från Socialstyrelsen. För verksamhetsåret 2025 beviljades RSMH 4 890 744 kronor. Detta är organisationens enda basbidrag och utgör en central förutsättning för den löpande verksamheten.

Statsbidrag för arbete mot ofrivillig ensamhet, Socialstyrelsen

RSMH beviljades 2,89 miljoner kronor för insatser mot ofrivillig ensamhet. Medlen möjliggjorde ett stort antal lågtröskelaktiviteter i lokalföreningar över hela landet, utökat uppsökande arbete för att nå fler i målgruppen och en stor nationell kampanj då vi bjöd in till Sveriges största fika mot ensamhet.

Projekt PO Unga, Allmänna arvsfonden

I november avslutade RSMH ett treårigt projekt med finansiering från Allmänna arvsfonden med syfte att pröva och utveckla möjligheten att bredda användningen av personligt ombud till målgruppen unga i åldern 12 till 17 år med psykisk ohälsa. Under projektets tredje år uppgick finansieringen till cirka 4,9 miljoner kronor.

Statsbidrag för arbete inom psykisk hälsa och suicidprevention, Folkhälsomyndigheten

RSMH beviljades 600 000 kronor för förebyggande arbete inom psykisk ohälsa och suicidprevention. Medlen användes för att stärka föreningarnas digitala kompetens och vidareutveckla utbildning och metodstöd för att hantera svåra samtal.

Projektmedel, Kronprinsessan Margaretas minnesfond

RSMH beviljades 400 000 kronor för projektet Hållbarhet i svåra samtal. I projektet fördjupade och vidareutvecklade vi kamratstödet i lokalföreningarna genom en ny e-utbildning.