

### RSMH:s första digitala förbundsråd

Under tre fredagar i augusti och september har ombud från 13 distrikt, förbundsstyrelse och valberedning mötts på den digitala plattformen Zoom för att ha det första digitala förbundsrådet i RSMH:s historia.

För att hinna med alla ämnen har deltagarna kallats till tre separata förbundsrådsmöten, där samhällsreform och organisationsutveckling diskuterats, liksom RSMH:s etiska riktlinjer och andra stadgeenliga punkter.

Förbundsrådet valde också in två ersättare till RSMH:s förbundsstyrelse. Förbundskansliet hälsar Ann-Britt Grimberg och Magdalena Birgersdotter varmt välkomna som nya ersättare.

En utvärdering i slutet av det sista förbundsrådsmötet gav vid handen att deltagarna var nöjda med formatet på förbundsrådet, även om de menade att det också finns behov av att träffas fysiskt. Vi på förbundskansliet ser möjligheter att med hjälp av Zoom förtäta kontakten med distrikten och tror att det digitala formatet ger möjligheter för RSMH att utvecklas.

---

### RSMH:s etiska riktlinjer

Under förbundsrådet fastställdes RSMH:s nya etiska riktlinjer, med en ändring som lagts fram av RSMH Dalarna. Med det här utskicket följer ett dokument med RSMH:s stadgar och de nya uppdaterade riktlinjerna.

De föreningar som inte redan antagit de nya stadgarna (fastställda av kongressen 2019) måste göra det för att de ska bli giltiga för föreningen. Förslagsvis tas detta beslut under dagordningspunkt 10 i bilaga 2. Dagordning för lokalföreningens årsmöte. Förslag till beslut: "att anta stadgar för RSMH antagna vid RSMH:s kongress i maj 2019."

Vi på förbundskansliet vill också uppmana er att verkligen diskutera de etiska riktlinjerna i lokalföreningen, vad de betyder för er på ett praktiskt plan och hur de ska kunna omsättas i praktiken.

---

### Brukarmakt och basinkomst bland RSMH:s reformförslag

Under året har RSMH tagit fram ett reformpaket som handlar om att ingen ska falla mellan stolarna. Arbetet startade i februari med förbundsstyrelsen och RSMH:s utskott för opinion och samhällspåverkan, UOS, och diskuterades senast under förbundsrådet.

Nu finns ett utkast med reformförslag under rubrikerna:

# FÖRENINGSNYTT

Nummer 9 – 2020

- Brukarmakt på riktigt
- Basinkomst och meningsfull sysselsättning
- Under samma tak
- SIP med budget och vite

Läs mer i de tre bilagor som skickas med det här numret av Föreningsnytt, och *hör gärna av er med synpunkter*. Vi behöver ha era synpunkter innan den 22 oktober, då förbundsstyrelsen beslutar om det slutgiltiga innehållet. Därefter sätter det verkliga arbetet igång med att sprida och förverkliga våra förslag.

Skicka dina synpunkter till **Elin Engström**, på [elin.engstrom@rsmh.se](mailto:elin.engstrom@rsmh.se)

---

## Anhörigprojektet söker deltagare!

RSMH vill med anhörigprojektet ge anhörigutbildningar och möjlighet till erfarenhetsutbyte utifrån brukarerfarenheter och relevant forskning. Syftet med projektet är att anhöriga både ska kunna ge ett gott stöd till sina närstående och orka med sin egen situation bättre.

Nu är arbetet i anhörigprojektet i full gång med att arbeta fram det material som ska testas som utbildningar för anhöriga under hösten. Materialet består av en utbildning som genomförs vid två tillfällen och en studiecirkel, båda med fokus på att vara anhörig till en person med psykisk ohälsa.

Utbildningen och studiecirkeln kan genomföras både digitalt och fysiskt. Vill du anordna en testutbildning eller teststudiecirkel i din förening, eller på andra sätt vara med och påverka materialet?

Skicka ett mejl till **Emil Åkerö** på [emil.akerö@rsmh.se](mailto:emil.akerö@rsmh.se) och meddela ditt intresse och vad du vill göra.

---

## Bok för arbetsgivare om psykisk hälsa

Projektet *Arbete Trots Psykisk Ohälsa* arbetar denna höst med att författa och publicera en bok. Syftet med boken är att ge arbetsgivare grundläggande kunskaper om psykisk hälsa och psykiska sjukdomar för att sen bygga vidare på hur de kan bli mer systematiska i sitt arbete med psykisk hälsa.

Målsättningen är att ge arbetsgivare bättre verktyg för att förstå och förbättra den psykosociala arbetsmiljön. Detta för att kunna anställa fler personer med psykisk ohälsa och bättre hantera när medarbetare drabbas.

**Vill ni läsa mer om projektet?** På vår hemsida hittar ni mer information:  
<https://rsmh.se/projekt/arbete-trots-psykisk-ohalsa/>

---

### Nytt studiematerial – utbildningsbok från Gemenskap ger Kamratstöd



RSMH:s projekt *Gemenskap ger Kamratstöd* har skrivit ett studiematerial som snart kommer att finnas tillgängligt att ladda ner från vår hemsida.

Materialet innehåller utbildningar med 28 olika teman. Utbildningsboken lämpar sig för utbildningar, föreläsningar, seminarier, workshops och studiecirklar. Varje utbildning avslutas med diskussionsfrågor.

De flesta temautbildningar kan användas av våra medlemmar. Några exempel är Kamratstöd och bemötande, Egenmakt, Återhämtning, Föreningsarbete och Styrelsearbete.

Har du frågor om boken? Kontakta **Isabella Canow**, på [isabella.canow@rsmh.se](mailto:isabella.canow@rsmh.se).

---

### Webbkurs i att söka bidrag från fonder och stiftelser

Habilitering & Hälsa i Region Stockholm har tagit fram webbkursen "Hur du ansöker om bidrag från fonder och stiftelser".

Kursen riktar sig till personer med funktionsnedsättning i Habilitering & Hälsas målgrupper (till exempel autism, rörelsenedsättning, adhd och intellektuell funktionsnedsättning). Även anhöriga till någon med funktionsnedsättning kan gå kursen.

Under kursen får deltagarna bland annat lära sig vanliga villkor och regler som fonder och stiftelser kan ha. Målet är att deltagarna efter avslutad kurs ska veta hur man ansöker om bidrag från fonder och stiftelser.

Du kan anmäla dig till kursen även om du inte bor i Stockholms län. Kursen är kostnadsfri.

Läs mer här: <https://www.funktionshindersguiden.se/fonder-stiftelser-och-stipendier/webbutbildning-hur-du-ansoker-om-bidrag-fran-fonder-stiftelser-och-stipendier/>

---

# FÖRENINGSNYTT

Nummer 9 – 2020

## Digital föreläsning: "Utan dig finns inget jag"

Den 29 september kl. 11:00 håller vi en livesänd föreläsning utifrån boken "Utan dig finns inget jag – en visionsbok om psykisk hälsa" som RSMH gett ut. Sändningen är ett samarbete mellan RSMH Järfälla Upplands-Bro och ABF Norra Stockholms län, och den sker på ABF Norra Stockholms läns Facebooksida.

Varmt välkommen att delta!

Om du vill skicka frågor eller kommentarer i förväg går det bra till:

Elin Engström, redaktör för boken "Utan dig finns inget jag" samt kontaktperson för RSMH Järfälla-Upplands-Bro, [elin.engstrom@rsmh.se](mailto:elin.engstrom@rsmh.se), 0738-13 12 61

eller Mikael Wernström, musikansvarig verksamhetsutvecklare ABF Norra Stockholms län, [mikael.wernstrom@abf.se](mailto:mikael.wernstrom@abf.se), 08-505 868 77

---

# FÖRENINGSNYTT

Nummer 9 – 2020

## Vad händer i RSMH lokalt?

Vad har ni på gång i era distrikt och lokalföreningar under hösten och vintern? Planerar ni gemensamma Lucia-, jul- eller nyårsfiranden? Andra saker? Skriv eller ring till Elin Engström och berätta. Elin vikarierar som chefredaktör för Revansch till slutet av februari, och vill gärna berätta i tidningen om era föreningsaktiviteter under de närmaste månaderna.

Kontakta **Elin Engström**, på 070-420 82 50 eller [elin.engstrom@rsmh.se](mailto:elin.engstrom@rsmh.se)

## VIKTIG INFORMATION

Efter folkhälsomyndighetens rekommendationer arbetar många av förbundskansliets anställda fortsatt hemifrån. Därför kan vi inte erbjuda samma service till föreningarna och distrikten som vanligt.

Vår växel är öppen mellan klockan **10:00 och 11:30**. Vi hänvisar er istället till de anställdas direktnummer, vilka ni hittar på vår hemsida, under "kontakta oss".

Föreningsnytt skickas enbart ut med mejl en tid framöver. Anmäl era mejladresser till [lena.andersson@rsmh.se](mailto:lena.andersson@rsmh.se)

OBS! Frågor om föreningarna mejlas till vår nya mejladress: [foreningssupport@rsmh.se](mailto:foreningssupport@rsmh.se)

## KONTAKTA OSS

### RIKSFÖRBUNDET FÖR SOCIAL OCH MENTAL HÄLSA

Instrumentvägen 10  
126 53 Hägersten

Tel: 08-12 00 80 40  
E-post: [rsmh@rsmh.se](mailto:rsmh@rsmh.se)  
Postgiro: 40 62 92 -3

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