

RSMH Mittpunkten Malmö  
Idungsgatan 75 / vid Lantmannagatan 47  
214 46 MALMÖ Tfn: 040-23 70 54

E-post: [info@rsmh-malmo.se](mailto:info@rsmh-malmo.se)

Internet: <http://www.rsmh-malmo.se>

**\*Öppettider = när skånska flaggan är uppe!**

**Måndagar – Fredagar kl. 09.00 – c:a 16.00**

**OBS! \* Kvinnogrupp, måndagar kl. 17 – kl. 19.**

**Lördagar – Söndagar oftast öppet 11 - 15\***

**\*helger/kvällar har vi också öppet , t.ex. vid**

**MFF + MIF/RedHawks, Sverigematcher /**

**Filmvisning, etc. m.m. RING INNAN!**

**Smörgås/fika får vi fixa själv, för 10 kr - 15 kr.**

**Lunch, från 35 - 40 kr, vardagar kl. 12 + 12.45,**

**+ helger 12.15 el. 14.30 + avhämtning!**

**OBS! anmälan innan, och kom i god tid, tack.**

### **Hitta till oss**

Ta buss nr **32** till hållplats Sofielund =

Lantmannagatan 47, eller buss **1, 35, 141**

hållplats Sofielund = i hörnan Lantmannagatan /

Lönngatan. Då är du endast c:a 50 – 100 meter

från RSMH Malmö Mittpunkten.

Mitt emot bensinmacken **st1** och bakom

**FOODHEm.Nu** . Nära till Garaget / Arena 305.

# TRÄFFPUNKT

## Hjärtligt välkomna

RSMH Mittpunkten Malmö



**VI TAR MER ÄN GÄRNA EMOT STUDIEBESÖK**  
**och samarbete 040-23 70 54, [info@rsmh-malmo.se](mailto:info@rsmh-malmo.se)**

Vi finns i Södra Sofielund / vid Seved,  
mitt emot Augustenborg / vid Lönngatan  
= Lantmannagatan 47 / **Idungsgatan 75**  
= Gamla Posten / f.d. Apoteket Hägern / f.d.  
Friluftsvägar. ( **Nära Garaget / Arena 305** )  
**Buss 1+32+35+141 = Hållplats Sofielund.**  
**Ger dig möjlighet att växa.**

Vi delar med oss av våra erfarenheter och kunskap. Vi hjälper till på många olika sätt!

- **Kamratstöd + hjälp till självhjälp**

Vi är en kamratstödande förening som kan erbjuda gemenskap och ökat självförtroende med möjligheter till återhämtning.

- **Studiecirklar och kurser**

Du har möjlighet till studiecirklar om IT/Data, Gitarr, Dans, Kultur, Söka fonder/bidrag m.m.

- **Aktiviteter efter årstiderna**

Besöka marknader, korta och längre utflykter. Funkisbadet, dagsresor, läger m.m.

- **Vi hjälper varandra med allt möjligt!**

- **Närvara på aktiviteter i vår lokal:**

Datorer, Sport/Filmer på TV, Fia, Bingo, Kortspel, Domino, Biljard m.m.

- **Utflykter och läger m.m.** Bangolf, Boule m.m.

- **Marknadsbesök, Studiebesök m.m.**

**OBS! \* När den skånska flaggan är uppe och vi svarar i telefonen har vi öppet!**

<b>Café Mittpunkten</b>	
<b>PRISLISTA, exempel:</b>	
För alla våra medlemmar och engångsbesök, gäller:	
FÖRBESTÄLLD* LUNCH	40 kr
FÖRBETALDA 5 ST LUNCHER	175 kr
FRUKT	2 kr
LÄSK/VATTEN, 33cl	5 kr
KAFFE, per kopp	5 kr
TE, per kopp	5 kr
KAKA / FIKABRÖD, per styck	5 kr
VARM KORV med bröd, från	5 kr
BILLYS PIZZABIT, 170 gram	10 kr
VARM MACKA, per styck	10 kr
SMÖRGÅSAR, 2st för	10 kr
GLASS, pinne eller vanilj ur 2L.	5 - 10 kr
GORBYS PIROG, 130 gram	10 kr
*Lunchen måste förbeställas senast kl. 13.00 dagen innan!	

RSMH kan vara ett stöd för dig själv och andra.

**Riksförbundet för social och mental hälsa** vill att människor som mår psykiskt dåligt skall mötas med förståelse och respekt och ges goda förutsättningar att komma tillbaka till ett gott liv.

Jourtelefon: 0735-639070.

RSMH Mittpunkten Malmö har funnits sedan 1978. Kom och besök oss och delta i vår gemenskap.

**Bli medlem** du också, genom att sätta in 100 kr på vårt bankgiro 421-7295, **eller betala kontant eller via Swish: 123 062 71 74, via Zettle by PayPal = bankkort på plats.** Glöm inte att skriva ditt namn, adress och telefonnummer!

**OBS! \* Män(sk)liga(n) har öppet vid sport.**

**I ditt medlemskap ingår: Subventionerad frukost, lunch, aktiviteter m.m.** Månads-Infomöten, varje månad! Mer information får du, när du besöker oss. Vi finns på Facebook: **idungsgatan 75 / lantmannagatan 47.**

**ÖPPET HUS med fotboll/ishockey med fika: te/ kaffe, ägg & sillamacka, kaka etc.**