

Hej,

Här kommer ett Me too-upprop från RSMH och RFHL som ni gärna får sprida till folk ni känner som kan vara intresserade av att lämna vittnesmål. OBS! detta är inte offentligt än och bör INTE spridas till exempelvis media. Förbundskansliet meddelar när det är dags att publicera det offentligt och då vi går ut med full kraft tillsammans.

Tack för hjälpen!

Mvh, Anna Langseth på RSMH:s förbundskansli

## Vill du berätta anonymt om sexuella övergrepp?

**Kvinnor och hbtq-personer med psykisk ohälsa utsätts oftare än andra för våld och sexuella övergrepp. Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH, och RFHL gör nu ett gemensamt Me too-upprop under hashtaggen #psykakut. Syftet är att våldet uppmärksammas så att fler förövare åker fast och bra behandlingar för offren tas fram. Uppropet är till för alla personer med psykisk ohälsa som har varit utsatta för sexuella övergrepp.**

Att ha blivit utsatt för sexuella övergrepp kan orsaka psykisk ohälsa. Därtill är det större risk att bli sexuellt utnyttjad för den som redan har psykisk ohälsa. En orsak är att förövare utnyttjar att personen befinner sig i en utsatt position. Det förekommer även att människor har blivit utsatta för övergrepp på exempelvis institutioner såsom psykiatri och HVB-hem. Det är vanligt att våra berättelser om övergrepp inte tas på allvar på grund av fördomar mot personer med psykisk ohälsa, vilket leder till att förövare går fria och att vi inte får rätt vård när de psykiska symtomen förvärras efter övergreppen.

I och med kampanjen Me too välkomnar vi nu alla personer med psykisk ohälsa som har utsatts för sexuella övergrepp, ofredanden eller trakasserier att lämna sina vittnesmål eller skriva under uppropet anonymt. Även folk som inte är medlemmar i RSMH eller RFHL är välkomna, liksom icke-binära och män som har utsatts. Övergreppen kan ha inträffat varsomhelst och behöver inte vara direkt kopplade till RSMH eller RFHL.

För att ringa in att det handlar om psykisk ohälsa och att det är bråttom att förändra har vi valt hashtaggen #psykakut

### Anonyma vittnesmål

Alla vittnesmål blir anonyma, om du inte uppger att du vill ha ditt riktiga namn med. Eventuella namn på förövare eller platser anonymiseras också. Du får gärna uppge könsidentitet. Har du varit utsatt men orkar inte berätta vad du varit med om kan du stödja uppropet genom att istället skriva under med ditt namn. Tala om i fall du vill ha ditt riktiga namn med, annars blir du anonym.

### Redigering av text kan förekomma

Texterna kan behöva redigeras för läsbarhetens skull. Är din text väldigt lång kan det bli så att vissa delar plockas ut, men då står det längst ned att texten är ett utklipp från ett längre vittnesmål. Vänligen tala om ifall du vill du veta hur texten blir efter redigering, och lämna även mejl eller telefonnummer så att du kan få återkoppling. Kontaktuppgifter kan också vara bra att lämna ifall något behövs förtydligas i texten. Kontaktuppgifter kommer att hållas hemliga och raderas efter att insamlingen är klar.

VÄND →

## Här publiceras texten

Texterna kommer att publiceras på RSMH:s och RFHL:s hemsida under fliken Nyheter i mitten eller slutet på februari. Ett urval och/eller vissa utdrag av texterna kommer också att publiceras i Revansch nr 1-2018. Delar kan eventuellt också spridas på twitter, facebook och RSMHbloggen.

## Sprid gärna uppropet, men inte offentligt

NU är det insamling av vittnesmål. Sprid internt/inom er lokalförening och i era vänkretsar för att fler ska få berätta om sina upplevelser. OBS! Vi går inte ut med detta offentligt än. Förbundskansliet meddelar när det är dags att publicera det offentligt. SENARE sker själva lanseringen då vi går ut med full kraft tillsammans.

## Hit skickar du ditt vittnesmål

Via mejl:

[metoo@rsmh.se](mailto:metoo@rsmh.se)

Per post:

Psykakut

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH

Instrumentvägen 10

126 53 Hägersten

Skicka helst in ditt vittnesmål **senast 28 februari 2018!**

## Stöd

Ifall du upplever att #metoo och #psykakut river upp på ett sätt att du mår sämre psykiskt, rekommenderas att ringa exempelvis kvinnofridslinjen på 020-50 50 50, Nationella Hjälpelinjen 1177 eller BRIS.

Här finns en bra sammanställning över kvinnojourer, jourer för män och icke-binära:

<http://fatta.nu/jourer/>

Inom vissa av RSMH:s och RFHL:s lokalföreningar finns kvinnogrupper. Lokalföreningarna kan ofta också bistå med kamratstöd. Kontakta eventuellt din lokalförening eller ditt distrikt för mer information, eller någon i föreningen du har förtroende för.

Kontakta förslagsvis även någon annan i din närhet som kan fungera som stöd exempelvis anhörig, din psykoterapeut, psykiater, stödperson eller anhörig.