



Rosemarie Rudenvall, Galleri OCH, vill förebygga psykisk ohälsa. Foto: Privat

Mådde dåligt och ville ta sitt liv - ska hjälpa andra att vilja leva

Publicerad: 22 november 2024

Författare: Camilla Lagerman

Hos Galleri OCH i Frövi börjar julen ta plats, och till helgen anordnar man en stämningsfull julmarknad. Även om julen för många är glädjens högtid, är det också en tuff tid för de som mår dåligt. Under tiden fram till jul låter man därför lottintäkterna från deras julkalender gå oavkortat till organisationen Suicide Zero, något som också har en personlig betydelse för Rosemarie Rudenvall. - Under den här pigga, glada och spralliga fasaden kan det finnas något annat också, säger hon.

Varje år tar omkring 1500 människor sitt liv, bara i Sverige, det är ungefär fyra om dagen. Rosemarie Rudenvall på Galleri OCH i Frövi har därför startat en insamling inför julen, som är en period då många känner sig ensamma och mår dåligt.

- Just kring jul är allt så upphottat, och jag är en själv en sådan som älskar julen trots att det har varit väldigt jobbiga jular ibland. Det är så stora förväntningar, man pratar om julklappar och om man ska träffa släkt och familj, det kan vara missbruk inblandat, många mår jättedåligt och blir väldigt ensamma med sina känslor, berättar hon.

Inför julen kommer galleriet ha en julkalender, där priser från olika konsthantverkare gömmer sig bakom varje lucka. Pengarna från lotterna går sedan oavkortat till organisationen Suicide Zero, där Rosemarie har startat en insamling. Dessutom har man byggt upp en julkuliss i galleriet där alla uppstoppade djur fått ta plats, bland annat en fullstor hjort.

- Den har nu blivit en ren, skrattar Rosemarie och fortsätter:

- Då kan vi fotografera och printa ut ett julkort mot en peng, och även de intäkterna går till insamlingen. Runt jul brukar vi vara mer givmilda så jag hoppas på att många vill stödja Suicide Zero, ge våra barn den hjälp de har rätt till, och i tid, säger Rosemarie.



Emma Björk, Gräsanden Gösta & kompisen Louise Eriksson. Foto: Galleri OCH

Anledningen till att hon vill engagera sig och samla in pengar till just Suicide Zero är djupt personlig för Rosemarie, något hon nu delar med sig av.

- Min pappa försökte ta sitt liv när jag var i tonåren, men tack och lov så lyckades han inte. Men jag har själv mått väldigt dåligt i perioder, innan jag i vuxen ålder fick mina

diagnoser, och jag har själv försökt ta mitt liv, berättar hon.

Idag mår hon bra, och nu vill hon bryta tabun kring psykisk ohälsa.

– Efter jag fick diagnoserna bipolär 2 och ADHD, och fick den hjälpen jag behövde, så idag mår jag bra. Några tankar på döden finns inte mer, idag vet jag att livet kan vända, tack vare att jag vågade be om hjälp, men vägen dit var lång. Jag vågar prata om mina erfarenheter, och vågar fråga andra om hur de mår. Jag träffar ibland barn och unga som kommer in på stationen och galleriet, jag brukar fråga lite om skolan om och vad de ska göra i helgen, enkelt prat, som kan betyda mycket. Fritidsgårdar som har öppet varje dag vore en dröm, behovet är stort, förklarar hon.

Förutom att Rosemarie är medlem i organisationen, har hon även anmält sig som volontär, där hon bland annat kommer sälja armband till förmån för Suicide Zero.

– Det är svårt att prata om, men oerhört viktigt. Ser man någon på sin arbetsplats eller i skolan som är ensam eller utanför, prata med personen. Vi måste helt enkelt vara mer schyssta mot varandra, avslutar hon.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/madde-daligt-och-ville-ta-sitt-liv-ska-hjalpa-andra-att-vilja-leva/>