

# Reumatiker förbundet

Östergötland



Reumatikerdistriktet Östergötland

## Medlemstidning Reumatikerdistriktet Nr: 2 - 2020



Reumatikerföreningen  
Norrköping



Reumatikerföreningen  
Linköping



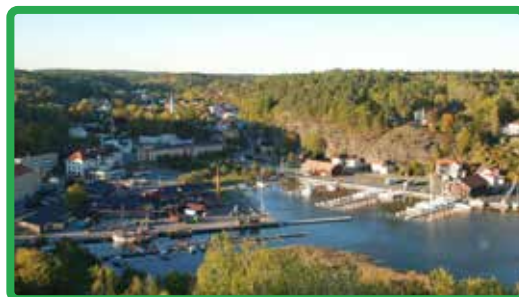
Reumatikerföreningen  
Mjölby–Skänninge



Reumatikerföreningen  
Motala–Vadstena



Reumatikerföreningen  
Finspång



Reumatikerföreningen  
Valdemarsvik

Hemsida: [ostergotland.reumatiker.se](http://ostergotland.reumatiker.se)

Facebook: @rdostergotland

Adress: Västra vägen 32  
582 28 Linköping

Telefon: 013-12 68 55

E-post: [reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org](mailto:reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org)

Kanslist: Annica Danielsson

Kansli: Öppettider Mån-fre kl 8.30-12.30

Bankgiro: 5458-1236

Org nr: 822001-6110

R-Östergötland nr 2 - 2020  
Ansvarig utgivare: Karin Eriksson

Utgivning & manusstopp  
Nr 1 - 2021  
Manusstopp: 24 april  
Utgivning: 4 juni

## Gemensam information för distrikt och föreningar

För bara 21 kr i månaden eller 250 kr per år stödjer du vår viktiga verksamhet och får själv ta del av samtliga medlemsförmåner. Du väljer själv hur du vill betala medlemsavgiften, årsvis med inbetalningskort eller månadsvis via autogiro.

### Föreläsningar och medlemsmöten:

Alla är välkomna att gå på någon annan föreningsaktivitet till samma pris som icke medlem. Vill man bli medlem i fler föreningar betalar man 98 kr per förening och har då samma rättigheter som den föreningens medlemmar. Reumatikerdistriktet samverkar med föreningarna på vissa föreläsningar.

## Ordförande har ordet...

Hej alla medlemmar i Reumatikerdistriktet Östergötland.

Nu är vi mitt inne i den mörka årstiden, men ljusare tider kommer!

Gällande Covid 19, hoppas man ju också på ljusare tider. Under tiden får vi göra det bästa möjliga av situationen. Distriktet och föreningarna har några aktiviteter på gång under våren. Hoppas att det kommer att kunna genomföras!

Reumarådet behöver förstärkning. Reumarådet är en grupp som nu består av, Sara Hjalmarsson, Conny Ekengren och Karin Eriksson, vi träffar professionen på Reumatologen men jämna mellanrum. Före ett sådant möte träffas vi och går igenom vad vi vill diskutera. Exempel på frågor vi haft är bemanningen, arbetsbelastningen, ekonomi och frågor från medlemmar av allmänt intresse.

Skulle du vilja vara med hör av dig direkt till mig. I nuvarande läge sker kontakterna via Skype.

Var rädda om er!  
Karin Eriksson



Ordförande Karin Eriksson

## Styrelse

Ordförande: Karin Eriksson 070-306 10 10 [karin.reriksson89@gmail.com](mailto:karin.reriksson89@gmail.com)

Vice ordf.: Maigun Hjalmarson 070-938 10 54 [maigun.h@bredband.net](mailto:maigun.h@bredband.net)

Adj. Kassör: Lars Cöster 070-287 60 77 [inger.nyenger@telia.com](mailto:inger.nyenger@telia.com)

Sekreterare: Britt-Marie Waller 070-334 06 33 [b.m.waller@telia.com](mailto:b.m.waller@telia.com)

Ledamöter: Anna Andersson 070-059 08 67 [msannaandersson@gmail.com](mailto:msannaandersson@gmail.com)  
Agneta Vallin 070-673 21 52 [agneta.vallin@gmail.com](mailto:agneta.vallin@gmail.com)  
Catharina Edelberg 070-697 66 22 [cattis960104@gmail.com](mailto:cattis960104@gmail.com)

Ersättare: Cecilia Friberg 070-270 50 48 [cissie.friberg@hotmail.com](mailto:cissie.friberg@hotmail.com)

Valberedning: Eva-Britt Burkhard 073-508 97 66 [evabritt.hallner@gmail.com](mailto:evabritt.hallner@gmail.com)

Revisorer: Thor-Björn Prütz 070-677 06 01 [t-b.prutz@boremail.com](mailto:t-b.prutz@boremail.com)  
Katarina Jakobsson 070-521 46 97 [katarina.jakobsson@live.se](mailto:katarina.jakobsson@live.se)

## Valberedningen

Nu är hösten här med sina vackra färger då jag skriver detta. Det börjar bli dags för er alla att börja fundera på årsmöte 2021 och nomineringar till styrelseuppdrag. Jag tar tacksamt emot förslag som ni har till detta. Tillfråga gärna den ni vill nominera eller kom med förslag så kontakter jag den ni tycker skulle passa. Det är stort ansvar att

sitta i en styrelse och man bör betänka vad som ingår i uppgiften man blir tilldelad. Ser fram emot många förslag från er därute i föreningarna.

Eva-Britt Burkhard,  
Valberedare  
Mejladress: [evabritt.hallner@gmail.com](mailto:evabritt.hallner@gmail.com)

## Aktiviteter

## Må Bra dagar Högby

21–22 april

## Högby SPA-anläggning

utanför Borensberg. Vi börjar med lunch kl.12.00 den 21 april och slutar med lunch kl. 13.00 den 22 april. Information från kostrådgivare och prova på Feldenkrais, en metod där man lär sig använda kroppen på ett skonsamt sätt och lätt yoga.

Vi kommer även att ha tillgång till varmvattenbas-sånger och pooler, med och utan bubbel.

Företrädare för medlemmar som inte varit med tidigare.

De som varit med tidigare i mån om plats.

Anmälan senast den 29 mars. Kostnad 500 kr, Enkelrumstillägg 400 kr.

Glöm ej anmäla ev specialkost.

## Artroskväll

20 april kl 18.00–21.30

## Vagnhallen Fontänen Linköping

Orsaker, behandling, kan man förebygga protes-operationer med tidig upptäckt och träning?

Ortoped Peter Rockborn  
Fysioterapeut Torkel Engström

Artrosskola Maigun Hjalmarsson

Kostnad 40 kr för medlem, 50 kr icke medlem.

Anmälan senast 6 april.

Buss kommer eventuellt att ordnas till mötet, meddelas vid anmälan.

Glöm ej uppge ev allergi.

Telefon 013-12 68 55

[reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org](mailto:reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org)

Bankgiro: 5458-1236

## Politikerutfrågning

Den 8 maj, kl.10.30 – 15.00 planeras en utfrågning av politiker i Region Östergötland.

Plats: Vagnhallen, Fontänen i Linköping.

Program

- 10.30 Avprickning o kaffe/the.
- 11.00–12.00 Går vi igenom frågor till politikerna som du tycker är viktiga.

## Några förslag på frågor

- > Att, korta ner väntetider för återbesök.
- > Att, man blir erbjuden friskvård i form av styrketräning i stället för bassängträning.

Skriv egna frågor och skicka till reumatikerdistriktet, senast 24 april 2021

- Du kan också ta med frågor till mötet.
- 12.00–13.00 Lunch
- 13.00–15.00 Politiker på plats och utfrågningen kan börja.

Anmälan senast 12 mars till

[reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org](mailto:reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org)

Tel 013-12 68 55. Glöm ej ange ev. allergi.

Deltagaravgift 100 betalas till bg 5458-1236.

Det går också bra att vara med på del av dagen kostnad 50 kr.

Buss kommer eventuellt att ordnas, meddelas vid anmälan.

Välkomna till en spännande dag önskar:

Lars Cöster, Britt Skårstedt,  
Agneta Vallin och Karin Eriksson.

## Rehabiliteringsresa 2021

Rehabiliteringsresa till Haapsalu Estland  
28/8–13/9 2021.

Vi reser med buss från Linköping, Norrköping till Stockholm och vidare med båt till Tallinn, där buss hämtar oss till Haapsalu.

Vi bor på Laine Spa Hotel, som ligger 600 meter från badstranden och en kort promenad till från centrum.

Pris: cirka 12 000 kr. I priset ingår hela resan.

Hytt och mat på båten, helpension och enkelrum på hotellet.

Läkarbesök och 2-3 behandlingar om dagen.

Anmälan med läkarintyg (högst ett år gammalt) skickas till distriktets kansli senast den 31 mars.

Uttagning till resan sker av reumatolog.

Välkommen med din anmälan.  
Maigun Hjalmarsson och Karin Eriksson



## Gällande anmälan till distriktets aktiviteter.

Anmälan görs till kansliet. Kan kanslisten inte ta samtalet, lämna ett meddelande på telefon-svararen. Uppge vilken aktivitet det gäller, namn och telefonnummer samt eventuell allergi eller specialkost.

Det går också att anmäla sig via e-post: [reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org](mailto:reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org)

Avgiften betalas till: bankgiro 5458-1236.



## Fondregler

## Alla kan söka, men företräde ges till de,

som inte deltagit i någon av distriktets resor de senaste tre åren (kalenderår) och varit medlem i tre år (kalenderår). Uttagning sker av reumatolog, som bedömer efter läkarintyget, som inte får vara äldre än ett år. Du kan söka olika fonder, dels från Reumatikerförbundet och dels från Reumatikerdistriktet (beviljas vart tredje år, kalenderår).

OBS Fondansökan till Reumatikerförbundet skall

vara inne senast 15 januari 2021. Distriktsstyrelsen söker regionbidrag, som fördelas till de som blir antagna. Anmälningsblankett, blankett för läkarintyg och blankett för fondansökan finns på distriktets kansli. Tfn: 013-12 68 55  
Sista anmälningsdag: **31 mars 2021**,  
*Intresseanmälan kan lämnas nu.*

Karin Eriksson 0703-06 10 10

Maigun Hjalmarson 0709-38 10 54

## Regler för fondansökan 2021

## Riktlinjer för erhållande av fondbidrag från Reumatikerdistriktet Östergötland.

- Du ska ha varit medlem i någon reumatikerförening inom Reumatikerdistriktet Östergötland i minst tre år.
- Resans längd måste vara minst två veckor och innehålla minst 12 individuella behandlingar per vecka samt någon form av grupp-gymnastik eller bassängräning. Reser man på egen hand, måste man kunna redovisa vilka behandlingar och antal, innan bidrag betalas ut.
- Läkarintyg enligt Reumatikerdistriktets formulär, som är högst ett år gammalt, ska finnas med vid ansökan. Intyget ska styrka att Du har en reumatisk sjukdom och att behovet av bidrag till rehabilitering är medicinskt (blankett finns på vår hemsida eller på kansliet).
- Fondmedel betalas ut först när kopia av resebekräftelse sänts in.
- Fondmedel betalas inte ut i efterskott, d.v.s. bidrag beviljas ej efter det att resan gjorts.
- Fondmedel beviljade till ett resmål får inte bytas ut mot annat resmål om inte verkställande utskottet givit medgivande därtill.
- Har Du fått fondmedel, så måste det gå minst tre kalenderår till nästa gång Du kan beviljas nya medel.
- Ansökan om fondmedel måste vara *inlämnad senast 31 mars* och resan genomförd senast 31 mars nästkommande år.
- Efter behandlingsresans slut lämnas en kort skriftlig redogörelse till verkställande utskottet om resans innehåll för spridning av information om olika behandlingsformer och olika resmål. Dessutom lämnas uppgifter på erhållna/beviljade bidrag samt kostnaden för resan enligt researrangören.
- Distriktets verkställande utskott handlägger och beslutar om fondmedel. Ansökningarna behandlas konfidentiellt.

## Barnreumatikerfonden

Barnreumatikerfonden startades 1984 av Reumatikerdistriktet i Östergötland med dåvarande ordförande Bertil Blomberg. Bidrag ur fonden kan sökas av barn och ungdomar som är medlemmar i Reumatikerföreningar i Östergötland, för hjälp till rehabilitering, sjukgymnastik, bassängebud, lägervistelse, utlandsvård och annan verksamhet där bidrag ej kan utgå från annat håll.

Skriftlig ansökan på speciell blankett tillsammans med läkarintyg skickas till: Reumatikerdistriktet i Östergötland, Västra Vägen 32, 582 28 Linköping

Förutsättningar för att kunna beviljas bidrag är:

- Att du är högst 18 år gammal.
- Att du varit medlem i någon Reumatikerförening i Östergötland/Unga Reumatiker i minst ett år.
- Att du med läkarintyg kan styrka att du har en diagnostiserad reumatisk sjukdom. Läkarintyget får inte vara mer än ett år gammalt.
- Det måste gå två kalenderår efter att du beviljats bidrag innan du kan söka bidrag.

*Sista anmälan 31 mars 2021!*

## För kännedom till våra medlemmar!

## Götabibliotekens utbud i urval

Götabiblioteken är ett samarbete mellan Regionbibliotek Östergötland, de tretton Östgöta kommunerna och Tranås kommun. Med ett konto hos Götabiblioteken får du tillgång till över 1,5 miljoner böcker, ljudböcker, talböcker, e-medier, filmer, spel, tidningar och därtill flera databaser.

Med en enda gemensam katalog får alla mer av allt. Bara att reservera och hämta på ditt bibliotek! Du kan också låna, ladda ner och lyssna direkt på Götawebben. [www.gotabiblioteken.se](http://www.gotabiblioteken.se)

Så här i coronatider kan det vara bra att veta att det går alldeles utmärkt att ta del av många av bibliotekets tjänster utan att lämna hemmet. Bibliotekens e-tjänster är dessutom öppna dygnet runt.

**E-medier, databaser**  
(mer information på hemsidan)

- e-böcker och e-ljudböcker
- e-film
- e-tidskrifter
- Databaser

## Planering för hösten 2021

## Må Bra dagar Högby Spa.

## Temakväll:

Nya läkemedel mot reumatiska sjukdomar  
**23 september kl.18.00–21.30 Vagnhallen Linköping.**

## Höstmöte

**23 oktober kl.10.00–15.30 Vagnhallen Linköping (ev. busstransport).**



## Boken kommer

Tycker du om att läsa, men har svårt att ta dig till biblioteket? Då kommer boken hem till dig via bibliotekets service "Boken kommer". Flera av Götabiblioteken har denna service, dessutom utan kostnad. Personal från biblioteket kommer hem till dig med de böcker du vill låna.

Du som har någon funktionsnedsättning som gör att du har svårt att läsa tryckt text kan låna talböcker. Kontakta ditt bibliotek om du vill veta mer.

## Lars Cöster

**Den 17 augusti, besökte ordförande och vice ordförande, Lars Cöster i hans och sambons fina trädgård på Folkungagatan.**

Han uppvaktades med förbundets silvernål, för ett omfattande arbete som ledamot i distriktets styrelse främst som reumatolog. Även kassörsuppdrag under en period.

Lars blir även hedersmedlem i Reumatikerdistriktet Östergötland.

Hans 75-årsdag uppmärksammades också.

Karin Eriksson och Maigun Hjalmarson



Maigun Hjalmarsson, Karin Eriksson och Lars Cöster

Hemsida: [norrkoping.reumatiker.se](http://norrkoping.reumatiker.se)

Facebook @reumatikerforeningennorrkoping

Instagram: @reumatikerforeningennorrkoping

Adress: Gamla Övägen 23, 603 79 Norrköping

Telefon: 011-10 24 40

E-post: [reumatikerforeningen.norrkoping@telia.com](mailto:reumatikerforeningen.norrkoping@telia.com)

Nya e-post- [kansli@reumatikernorrkoping.se](mailto:kansli@reumatikernorrkoping.se)

adresser till [info@reumatikernorrkoping.se](mailto:info@reumatikernorrkoping.se)

föreningen:

Kansli: Jenny Eliasson, besök sker efter överenskommelse, även kvällstid.

Swish: 123 107 79 73

Bankgiro: 5284-1061

Org. nr. 82 50 01-4498



## Styrelse

Ordförande: Vakant

Kassör: Åsa Jansson 070-220 71 11 [asa@bjornebo.se](mailto:asa@bjornebo.se)

Ledamöter: Anna Andersson 073-059 08 67 [msannaandersson@gmail.com](mailto:msannaandersson@gmail.com)

Stefan Gölin 070-394 83 21 [stefangolin61@gmail.com](mailto:stefangolin61@gmail.com)

Lotta Svensson 070-678 10 27 [lottakman@gmail.com](mailto:lottakman@gmail.com)

Ersättare: Anne-Marie Nilsson 073-346 62 57 [vivaga@icloud.com](mailto:vivaga@icloud.com)

Indira Mesic [indirarina@hotmail.com](mailto:indirarina@hotmail.com)

Vakant

Revisor: Siw Johansson 070-958 96 42 [siw@finspong.com](mailto:siw@finspong.com)

Per Sundmar

Valberedning: Eva-Britt Burkhard 073-508 97 66 [evabritt.hallner@gmail.com](mailto:evabritt.hallner@gmail.com)

Jag tar tacksamt emot förslag och nomineringar till styrelseuppdrag inför årsmötet 2021.

Tillfråga gärna den ni vill nominera eller kom med förslag så kontaktar jag den ni tycker skulle passa.

## Information

**Under rådande omständigheter kan innehållet i föreningens planering komma att ändras, vi hoppas att det finns förståelse för detta. För mer information hänvisar vi till föreningens kansli, hemsida och sociala medier.**

**Allergi:** På Thapperska råder det *totalt nötförbud*. Det innebär att alla nötter, jordnötter, mandlar och liknade är förbjudet att ta med sig eller äta här. Använd *inte* parfym eller andra starka dofter. Meddela alltid om du behöver specialkost vid våra sammankomster.

**Anmälningar:** Alla anmälningar sker till föreningens kansli, uppge: namn, telefonnummer, aktivitet samt om du har några allergier. Först till kvarn gäller.

**Annonsering:** Sker under Föreningsnytt i NT och Folkbladet sista lördagen i månaden.

**Avgifter:** Vi har två avgifter till våra aktiviteter, en för medlem och en för gäst.

**E-post:** Anmäl din aktuella e-postadress till kansliet.

**Försäljning på Kansliet:** Vetevantar, Sverigelotter, Bingolottos julkalender m.m.

**Inbetalningar:** Våra egna aktiviteter betalas in på föreningens bankgiro 5284-1061.

Uppge namn och aktivitet i meddelandefältet vid betalning via internet och inbetalningskort.

**Rabatter:** se hemsidan

**Studier/kurser:** Sker via månadsannonser och hemsida, först till kvarn gäller.

Minst antal deltagare är fem betalande. Kursverksamheten sker bland annat i samarbete med ABF.

## Friskvård

**Under rådande omständigheter kan innehållet i föreningens planering komma att ändras, vi hoppas att det finns förståelse för detta. För mer information hänvisar vi till föreningens kansli, hemsida och sociala medier.**

Friskvården pågår vecka 4-19 och 35-49.

Anmälan till friskvård sker via kansliet.

**Policy** Man betalar för platsen och inte antal gånger man går, ingen återbetalning.

Föreningen har differentierade priser,

Ingen aktivitet på röda dagar.

På grund av Corona pandemin gäller följande:

Föreningens tider i varmvattenbassäng i dagsläget osäkra inför vårterminen.

Inga nya inskrivningar eller byten sker under rådande omständigheter.

Man har möjlighet att pausa utan kostnad, meddela kansliet.

**Träning i varmvattenbassäng, Lindövägen, 640 kronor** (ordinarie pris)

**Träning i varmvattenbassäng, Vrinnevi, 480 kronor** (ordinarie pris)

**Friskvårdsaktiviteter på Thapperska i samarbete med NEURO Förbundet Norrköping**

Styrketräning 400 kronor (ordinarie pris)

Anpassad 400 kronor (ordinarie pris)

rörelseträning

Sittgymnastik 400 kronor (ordinarie pris)

**Följande anmäls till NEURO Förbundet Norrköping**

E-post: [norrkoping@neuro.se](mailto:norrkoping@neuro.se) eller telefon: 011-16 99 97

Medicinsk Yoga 730 kronor måndag kl. 15.00-16.00, 15 gånger

## Aktiviteter

**Under rådande omständigheter kan innehållet i föreningens planering komma att ändras, vi hoppas att det finns förståelse för detta. För mer information hänvisar vi till föreningens kansli, hemsida och sociala medier.**

Aktiviteter, anmälan en vecka innan aktiviteten till kansliet.

## Årsmöte

**16 februari, kl. 17.00-20.00.**

Anmälan & fri entré. Handlingar fr.o.m. 9/2.

Medlemsmöten se föreningen månadsannons och på vår hemsida.

**Behandlingsresa (14 dagar) till Igalo, Montenegro 2021**  
Vi planerar för en behandlingsresa sensommaren 2021.



**Följande anmäls till NEURO Förbundet Norrköping**

E-post: [norrkoping@neuro.se](mailto:norrkoping@neuro.se) eller

telefon: 011-16 99 97

**Caféträff torsdagar kl. 14.00-16.00.**

kostnad 15 kr/gång, Anmälan tisdag samma vecka.

Hemsida: [linkoping.reumatiker.se](http://linkoping.reumatiker.se)

Postadress: Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Besöksadress: Föreningshuset Fontänen, Huvudentrén A2

Telefon: 013-13 21 75

E-post: [reumatikerforeningen@fontanen.org](mailto:reumatikerforeningen@fontanen.org)

Kansli: Måndag-torsdag kl. 08.00-12.00

Kanslist: Marianne Arnell

Gåvokonto: Istället för blommor vid t.ex. uppvaktning

Clearing nummer 9020 Kontonummer 617 54 36

Bankgiro: 241-2294

Org.nr. 82 20 01-6748

## Styrelse

Ordförande:	Anette Blick	073-649 55 19	<a href="mailto:anette.blick@gmail.com">anette.blick@gmail.com</a>
Vice ordför.:	Anneli Tindå	073-961 15 93	<a href="mailto:himmel.hav@hotmail.com">himmel.hav@hotmail.com</a>
Sekreterare:	Margareta Johansson	070-563 49 06	<a href="mailto:p_ronen@hotmail.com">p_ronen@hotmail.com</a>
Ledamöter:	Åsa Bergner	073-348 13 47	<a href="mailto:asa.bergner9@gmail.com">asa.bergner9@gmail.com</a>
	Annette Mohlin Johansson	073-154 03 59	<a href="mailto:anemoh@linkoping.se">anemoh@linkoping.se</a>
Internrevisor:	Patrik Flisbäck		<a href="mailto:patrik@flisback.se">patrik@flisback.se</a>

## Cirklar

### Hobbyhantverk Måndagar

Vi arbetar med att måla, sy, brodera, sticka m.m.

Vi lär och inspireras av varandra!

Klockan: 13.00-16.00

Lokal: Fontänen, Jonssons rum 108

Ledare: Margareta Johansson

Anmälan: 013-13 21 75

Starttid: 8 februari

Sluttid: 26 april

### Gymnastik med avslappning & diskussionsgrupp Torsdagar

Vi har gymnastik med avslutande avslappning.

Efteråt sätter vi oss ner, dricker kaffe och pratar om något spännande ämne.

Klockan: 11.00-13.00

Lokal: Fontänen, gymnastiksalen och Feilitzens rum 209

Ledare: Maj-Lis Andersson

Anmälan: 013-13 21 75

Starttid: 7 januari

Sluttid: 3 juni

## Friskvård

### Träning i varmvattenbassäng.

Föreningen har 9 st. grupper som tränar på US 45 min/vecka, med våra egna ledare. Kostnaden är 350 kr/termin. För intresse och anmälan, kontakta kansliet 013-13 21 75,

e-post: [reumatikerforeningen@fontanen.org](mailto:reumatikerforeningen@fontanen.org).

Om plats ej finns gäller kölista.

## TACK

Tack för gratulationerna jag fick på min födelsedag!

Ann Engelbrektsson



## Medlemsavgift för 2021 betalas när avin kommer!

### Aktiviteter

#### Medlemsmöte

25 januari kl.18.00-20.00

Vagnhallen/Fontänen

Elin Haraldsson pratar om fibroyoga.

Lotterier. Medlemmar gratis, icke medlem 40kr.

#### Årsmöte

15 februari

kl.18.00-20.00 Vagnhallen/Fontänen

Medlemmar gratis, icke medlem 40kr.

#### Medlemsmöte Tema hörsel

23 mars kl.18.00-20.00

Vagnhallen/Fontänen.

Patric Bladh, heminstruktör i hörsel i hemmen och på äldreboende instruerar och visar hur hörselhjälpmiddel används och installeras.

Lotterier. Medlemmar gratis, icke medlem 40kr.

#### Vår fest med underhållning av Frazzes Band

28 april

Vi kommer servera potatissallad, rostbiff/kalkon, grönsaker, smör och bröd.

Kostnad medlem 100kr, icke medlem 150kr.

Lotterier. Anmälan är bindande, vilket betyder att du måste betala även om du uteblir.

#### Visingsö-Gränna

7 maj

Kl. 07.30 Avresa från

Fjärrbussterminalen i Linköping.

Vi åker till Gränna hamn och tar med oss bussen till Visingsö. Fm-kaffe på Öbergs Kafé. Vi har också tid att titta runt på gårdens "museum". Lunch på restaurang Solbacka.

Tillbaka till Gränna där vi avslutar dagen med att dricka kaffe med brödkorg på Hallska gården.

Ca 18.30 tillbaka i Linköping.

Pris för medlem 350kr, icke medlem 640kr i mån av plats.

Anmälan är bindande, vilket betyder att du måste betala även om du uteblir.

#### ANMÄLDA MÅSTE AVANMÄLA OM NI INTE KAN KOMMA DÅ VI HAR KÖLISTA

Anmälan sker till kansliet 013-13 21 75 eller e-post: [reumatikerforeningen@fontanen.org](mailto:reumatikerforeningen@fontanen.org) senast

en vecka innan aktiviteten.

Betalning till bankgiro 241-2294 och betalning sker i samband med er anmälan

OBS! GLÖM EJ MEDDELA EV. ALLERGIER

Hemsida: <https://mv.reumatiker.se>  
 Facebook: @reumatikerforeningenmotalavadstena  
 E-post: reumatikerf.m-v@telia.com  
 Adress: Skolgatan 9, 591 30 Motala  
 Telefon: 0141-21 73 65 (obemannat, kontakta styrelsen v b).  
 Swish: 1 2 3 5 2 0 9 0 4 4  
 Bankgiro: 5564-5279  
 Org. nr. 82 40 00-8766



### Styrelsen

Ordförande: Britt-Marie Waller 0141-21 89 43 • 070-334 06 33 b.m.waller@telia.com  
 Vice ordf.: Håkan Fransson 070-433 00 44 hakan.fransson@skobes.se  
 Kassör: Michael Bentzer 070-661 31 22 michaelbentzer@gmail.com  
 Sekreterare: Vakant  
 Medlemsregister: Maritha Hagsten 073-675 67 92 moses0454@hotmail.com  
 Ledamöter: Gunilla Ågren 076-074 96 96  
 Jan Pettersson 072-579 81 18  
 Yvonne Svensson 073-030 72 69 • 0141-21 99 36  
 Revisorer: Pia Haller 072-716 70 72  
 Helene Karlsson 070-994 96 86

### Aktiviteter

#### Kallelse till årsmöte 2021

**Årsmöte lördagen den 20 februari kl 12.30 i Brödragården, Sjögatan 12, Motala.**

*Någon personlig kallelse utskickas inte till årsmötet, utan denna information gäller som kallelse.* Information kommer också att finnas på föreningens hemsida och facebookside. Årsmöteshandlingar finns för avhämtning på vårt kansli, en vecka före årsmötet efter kontakt med ordföranden. Föreningen bjuder på lunch. Deltagarantalet kan påverkas av Folkhälsomyndighetens direktiv. Vi tar

emot anmälningar efter nyår och senast den 11 februari, kontakta Gunilla Ågren 076-074 96 96 eller Britt-Marie Waller 0141-21 89 43. Anmäl födoämnesallergi. *Tänk på att medlemsavgiften för 2021 ska vara betald innan du kan anmäla dig till vårt årsmöte.*

Vi hoppas kunna presentera ett vårprogram och skicka ut vårt programblad efter årsmötet som vanligt. Detta är dock helt beroende på pandemi-läget under våren.

#### Träningen i varmvattenbassäng

fick avslutas efter 9 gånger i våras, startade igen i början av oktober med reducerat antal deltagare, men efter 4 badtillfällen meddelade Rehab Väst på Lasarettet i Motala, att man stängde bassängen fr o m vecka 45 t o m 31 december. Om det blir några badgrupper i vår vet vi inte i nuläget.

#### Föreningens promenadgrupp

har fortsatt under våren 2020 och startade även upp i september detta år, dock utan samvaro i föreningslokalen. Tisdagar kl 10.00, samling vid föreningslokalen på Skolgatan 9. Kontakta ledaren för gruppen för mer information om vårens gruppstart och anmälan: Siv Pettersson, 070-946 42 23.

Hemsida: <https://ms.reumatiker.se>  
 Facebook: [www.facebook.com/Reumatikerforeningenmjolbyskanninge](http://www.facebook.com/Reumatikerforeningenmjolbyskanninge)  
 Adress: Folkungagatan 30B, 595 33 Mjölby  
 Telefon: 070-625 01 44  
 E-post: reumatiker.mjolbyskanninge@gmail.com  
 Bankgiro: 5787-9793  
 Org. nr. 82 30 00-7448



### Styrelsen

Ordförande: Vakant  
 Vice ordf.: Badansvarig och badledare  
 Britt-Marie Andersson 070-625 01 44  
 Kassör: Leif Andersson 073-984 41 18  
 Ledamöter: Register, hemsida och sekreterare  
 Andreas Johansson 070-313 52 22 curmansvagen@gmail.com  
 Badledare  
 Annelie Hultner 070-638 46 49  
 Badledare  
 Marianne Andersson 073-310 11 56  
 Ersättare: Leif Linder 070-609 96 86  
 Valberedning Britt-Marie Andersson  
 och kontaktombud:  
 Revisorer Jan-Erik Lidstedt och Sture Linder

### Friskvård

**Varmvattensgymnastik på Lundbybadet i Mjölby.** Vi har tre badgrupper som är på måndagar och onsdagar.

### Covid-19

**Varmvattensgymnastiken är inställt** och medlemmöten inför vinter och vårens aktiviteter är inställda tills vidare p.g.a. det rådande läget. För uppdaterad information gå in på vår hemsida eller på vår Facebookside.

### Aktiviteter

#### Årsmöte Lördag 13 febr kl.14.00

Vi planerar att ha årsmöte på Skänninge Restaurang där vi bjuder alla medlemmar på smörgåstårta, dricka, kaffe och kaka. Anmäl er senast söndagen den 7/2 till Leif Andersson, 073-981 41 18 eller till Marianne Andersson 073-310 11 56. Uppge även eventuella allergier.

### Övrig information

Annonsering om medlemsträffar kommer att göras i Östgötatidningen under Föreningsnytt, hemsidan och på vår Facebookside ca 14 dagar före medlemsträffen. Reservation för förändringar i programmet. Föreningen skänker också en tanke till vår ordförande Sally Remmert som hastigt lämnade oss i somras. Vila i frid!

Hemsida: [www.reumatiker.se/finspang](http://www.reumatiker.se/finspang)

Adress: Högamonvägen 6, 610 10 Ljusfallshammar (ordförande)

Telefon: 070-236 85 32 (ordförande)

E-post: [gun.lasse@outlook.com](mailto:gun.lasse@outlook.com) (ordförande)

Bankgiro: 5915-7297

Org. nr. 82 50 03-7259

### Styrelsen

Ordförande: Gun Johansson 070-236 85 32 [gun.lasse@outlook.com](mailto:gun.lasse@outlook.com)

Vice ordf. : Lars-Erik Johansson 070-525 96 02 [gun.lasse@outlook.com](mailto:gun.lasse@outlook.com)

Kassör: Ove Olofsson 070-662 25 59 [olofsson.ove@gmail.com](mailto:olofsson.ove@gmail.com)

Ledamöter: Birgitta Strömberg 076-174 25 96

Birgitta Strömstedt 070-236 21 53 [hansstromstedt57@telia.com](mailto:hansstromstedt57@telia.com)

Ingela Moberg 070-843 63 07

Maud Boström 070-078 40 51 [maud.bostrom@outlook.com](mailto:maud.bostrom@outlook.com)

Valberedning: Styrelsen

Revisorer: Gösta Johansson 070-235 95 27 [gosta.johansson02@telia.com](mailto:gosta.johansson02@telia.com)

Birgitta Arfvedsson 0122-196 28

Ers. revisorer: Eva-Britt Gustavsson 073-717 04 86

### Aktiviteter våren 2021

#### Årsmöte

Lördag 20 februari kl.14.00

Plats: Per Hörbergs väg 4. Finspång.

Ingen anmälan krävs.

#### Friskvård

Vi hoppas att vår badgrupp i varmvattenbassäng ska kunna återupptas under våren.

P.g.a. pandemin kan vi inte säga när detta blir.

Information om badet lämnas via telefon och annonsering i dagstidningar.

Hemsida: <https://valdemarsvik.reumatiker.se>

Facebook: Reumatikerföreningen Valdemarsvik

Adress: Storgatan 7, 615 30 Valdemarsvik

E-post: [rffv0509@telia.com](mailto:rffv0509@telia.com)

Bankgiro: 5699-5442

Org. nr. 825003-7366



### Styrelsen

Ordförande: Jane Wallmark 070-853 77 62 [janewallmark@gmail.com](mailto:janewallmark@gmail.com)

Kassör: Göran Kvist 070-513 02 72 [valdemarsvik@gmail.com](mailto:valdemarsvik@gmail.com)

Ledamöter: Per GW Petersson 070-952 55 03 [pergwp@gmail.com](mailto:pergwp@gmail.com)

Monica Berg 070-553 00 99 [monica-berg@telia.com](mailto:monica-berg@telia.com)

Birgit Johnsson 073-248 73 52 [birgit.m.johnsson@gmail.com](mailto:birgit.m.johnsson@gmail.com)

Valberedning: Britt Sköldkvist 073-082 37 34

Karl-Emil Ottosson 073-335 40 83

Revisorer: Håkan Sköldkvist 070-386 22 31

Inger Ottosson 073-335 40 83

### Aktiviteter

#### Årsmöte

21 februari kl.16.00

Föreningens årsmöte avhålls i vår lokal

Smörgåstårter med dryck samt kaffe o kaka bjuder föreningen på.

Anmälan till Per GW Petersson senast 14 februari.

Aktiviteter under våren 2021 är inte fastställda

Vi återkommer med ett utskick – info så snart FHM tillåter.

### Friskvård

**Våra ordinarie träningsgrupper startar så snart FHM ger klartecken.**

Egna lättgympa/yoga-grupper i vår lokal med

3 deltagare/grupp finns möjlighet att starta.

Kontakta Monica Berg för bokning av tid.

**Inställt tills vidare är:**

Träning i varmvattenbassäng i samarbete med förening i Gusum.

Vattengympagrupp, måndagar kl. 13.00–14.00 meddela intresse till ledaren Jane Wallmark, begränsat antal platser



# Reumatiker förbundet

## Östergötland

**Din medlemstidning från  
Reumatikerdistriktet Östergötland**

Ansvarig utgivare:

**Reumatikerdistriktet Östergötland**

Västra vägen 32, 582 28 Linköping  
013 - 12 68 55

E-post: [reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org](mailto:reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org)

Hemsida: [ostergotland.reumatiker.se](http://ostergotland.reumatiker.se)

**Reumatikerförbundet**

Stockholm 08-505 805 00

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

Hemsida: [reumatiker.se](http://reumatiker.se)

