

Reumatiker förbundet

Östergötland



Reumatikerdistriktet Östergötland

Medlemstidning Reumatikerdistriktet Nr: 2 - 2021

Program våren 2022



Reumatikerföreningen
Norrköping



Reumatikerföreningen
Linköping



Reumatikerföreningen
Mjölby-Skänninge



Reumatikerföreningen
Motala-Vadstena



Reumatikerföreningen
Finspång



Reumatikerföreningen
Valdemarsvik

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

Facebook: @rdostergotland

Adress: Västra vägen 32
582 28 Linköping

Telefon: 013-12 68 55

E-post: 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 - 2021

Ansvarig utgivare: Karin Eriksson

Utgivning & manusstopp

Nr 1 - 2022

Manusstopp: 23 april

Utgivning: 3 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. Tänk på att medlemsavgiften betalas till Reumatikerförbundet och inte till din förening.

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.

Styrelse

Ordförande: Karin Eriksson 070-306 10 10 karin.reriksson89@gmail.com

Vice ordf.: Maigun Hjalmarson 070-938 10 54 maigun.h@bredband.net

Kassör: Lars Cöster 070-287 60 77 inger.nyenger@telia.com

Sekreterare: Britt-Marie Waller 070-334 06 33 b.m.waller@telia.com

Ledamöter: Anna Andersson 073-059 08 67 msannaandersson@gmail.com

Cecilia Friberg 070-270 50 48 cissie.friberg@hotmail.com

Anethe Karlsson 070-635 82 61 anethe_leo@yahoo.se

Ersättare: Leif Linder 070-609 96 86 leif.linder@telia.com

Valberedning: Vakant

Revisorer: Thor-Björn Prütz 070-677 06 01 t-b.prutz@boremail.com

Katarina Jakobsson 070-521 46 97 katarina.jakobsson@live.se

Ordförande har ordet...

Hej alla medlemmar! Vi är när detta skrivs 1973 medlemmar i distriktet. Det är en minskning sedan nyår med 159 st. Mycket kan troligtvis skyllas på pandemin. Många tycker att de inte får något för pengarna, när mycket varit vilande. Föreläsningar, träning i varmvattenbassäng, gymnastikgrupper o.s.v. Men nu känns det som att livet återvänder och allt återgår till det normala, om än sakta och försiktigt. Vi får försöka vända medlemstappet till en positiv ökning. Våra föreläsningar kommer att kunna följas digitalt, för de som har den möjligheten.

I denna tidning kan du läsa om distriktets rehabiliteringsresa till Haapsalu i Estland och politikerutfrågningen som var mycket intressant. Vi fick höra hur politikerna tänker med sjukvården framöver. Forskardagen var också intressant, att få veta hur forskarna arbetar och med vilket tålamod, det är fascinerande. I tidningen Forskarrapport 2020 (den kom tillsammans med Reumatikervärlden) kan man läsa om en del forskare. Även att Reumatikerförbundet är näst efter staten den största enskilda givaren. Det finns också en lista på vilka forskare som beviljats bidrag.



Ordförande Karin Eriksson

Distriktet planerar artrosföreläsningar och en rehabiliteringsresa 2022. Mer om detta finns att läsa i denna tidning.

Jag vill också passa på att önska er en God jul och ett Gott nytt år!

Karin Eriksson

Valberedning

En vädjan!

Distriktet behöver valberedning! En eller flera personer som kan samla in och göra ett förslag på förtroendevalda till nästa period. Det behövs ersättare till styrelsen, ombud till förbundets stämma och ersättare till dem.

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
Avgiften betalas till: bankgiro 5458-1236.



Aktiviteter

“Om pandemin fortfarande pågår, måste du vara vaccinerad för att få delta på möten och resor”.

Artrosföreläsningar

Temakväll artros den 5 maj, kl.18.00 - 21.00.

Plats: Vagnhallen, Fontänen, Linköping.

Ortoped Peter Rockborn, fysioterapeut Torkil Engström och artrosinformatör Maigun Hjalmarson medverkar.

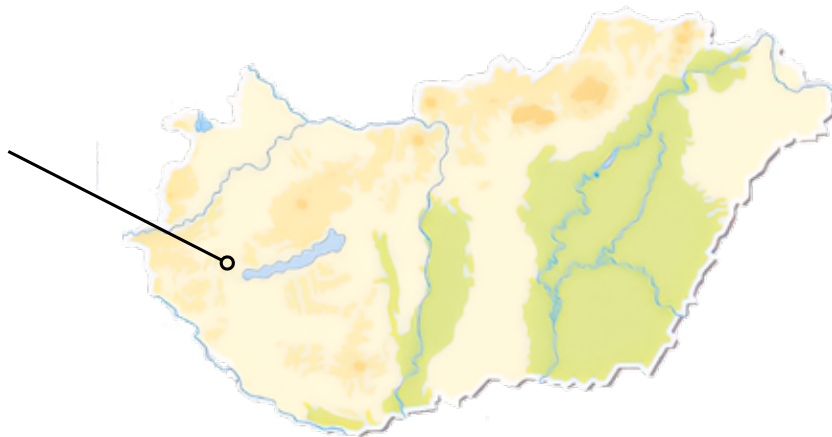
Detta kommer att vara en öppen föreläsning, som annonseras i dagstidningarna. Frukt och dryck serveras. Ingen anmälan krävs, gratis inträde.

Temakväll artros den 19 maj, kl.18.00 - 21.00. Plats: Thapperska, Norrköping.

Ortoped Peter Rockborn, fysioterapeut Torkil Engström och artrosinformatör Maigun Hjalmarson medverkar.

Detta är ett samarbete mellan Reumatikerföreningen Norrköping och distriktet. Kostnad 40 kr. Kaffe/the och smörgås serveras. Anmälan senast 11 maj, Glöm ej uppge eventuella allergier! Telefon 013-12 68 55 Bankgiro: 5458-1236.

HEVIZ



Rehabiliteringsresa till Heviz i Ungern 15/8 - 29/8

Vi reser med buss från Linköping, Norrköping till Skavsta.

Flyg till Wien med Wizz Air 15 augusti kl. 14.50–16.55. Buss till hotellet i Heviz. Vi bor på hotell BM HEALTH COMPLEX. Retur 29 augusti 12.05–14.15. Inkvartering i dubbel- och enkelrum (tillägg ca 1.700 kr) med dusch/wc på rummet. Halvpension. Läkareundersökning(ar) och 24 behandlingar ingår. 16.850 kr baserat på 15-18 personer, dubbelrum. Alla kan söka, men företräde ges till dem som inte deltagit i någon av distriktets resor de senaste tre kalenderåren. Du måste kunna bära ditt bagage själv.

Uttagning sker med hjälp av reumatolog, som bedömer efter läkarintyget som ej får vara äldre än ett år.

Du kan söka olika fonder, men inte från Reumatikerförbundet 2022. Fondbidrag från Reumatikerdistriktet beviljas vart tredje kalenderår. Distriktsstyrelsen söker regionbidrag, som fördelas till de som blir antagna. Anmälan med läkarintyg skickas till distriktets kansli senast 31 mars 2022. Blankett för anmälan, fondansökning och läkarintyg, finns på hemsidan eller distriktets kansli tfn: 013-12 68 55. Intresseanmälan och frågor: Maigun Hjalmarson 070-938 10 54, Karin Eriksson 070-306 10 10.

Rapporter

Resa till Haapsalu Estland 29/8–14/9 2021

Coronarestriktionerna lättade lite och äntligen blev resan av. Munskydd, covidpass och 2 vaccinationer krävdes, men det var det värt. Hotellet med spa-anläggningen, Fra Mare, ligger vackert vid Östersjön. Gångavstånd in till centrum och de vackra gamla trähusen. En stor medeltida borg med vallgrav fanns även att beskåda. Alla deltagare fick träffa en läkare (dock den snabbaste läkarundersökning jag varit med om) som ordinerade 32 behandlingar till var och en. Det fanns bl a massage, örtbad, lerinpackningar, paraffinpackningar, vattengympa m m. Så skönt att börja få igång kroppen igen. Det gick även att beställa olika skönhetsbehandlingar såsom hårklippning, pedikyr, manikyr m m.

Det fick vi självklart betala ur egen ficka. Hotellet var fint och prydligt. Fina rum, mycket bra mat tre ggr/dag. Saknade dock kaffet efter lunch. Vår grupp samlades i hotellfoajén på kvällarna som tyvärr var det enda samlingsställe för oss att umgås. Det var första gången Reumatikerdistriktet anordnade en resa till detta resmål. Jag hoppas att fler får möjlighet att åka hit framöver. Karin Eriksson och Maigun Hjalmarson gjorde ett mycket bra jobb som fixat denna resa. Det var ju även ett nytt resmål för dem. Jag vill framföra ett stort tack för att jag getts möjlighet att följa med på denna resa, samt tacka för det ekonomiska stödet jag erhållit.

Annicka Dahlström

Politikerutfrågning

Den 9 oktober hade Reumatikerdistriktet en utfrågning av regionens politiker i Fontänen i Linköping. Samtliga politiska partier var inbjudna. Närvarande var: Torbjörn Holmkvist (S), Catharina Engström (MP), Marie Morell (M), Lena Käcker Johansson (KD), Kerstin Sjöberg (C). Agneta Lindqvist var moderator.

Dagen inleddes med att diskutera behovet av **rehabilitering**. Lars Cöster redogjorde för en undersökning gjord av Reumatikerförbundet som visade att många medlemmar vill ha mer rehabilitering än de får. Informationen om rätten till rehabilitering upplevs också som dålig. Vi fick reda på att mer pengar är avsatta till rehabilitering nu efter pandemin.

Det finns ett behov vid egen träning av stöttning och hjälp efter tiden hos fysioterapeuten. Detta sker till viss del i föreningarnas grupper med vattenträning. Tyvärr är bassängerna stängda p.g.a pandemin men beräknas öppna efter nyår. När det gäller föreningarnas möjligheter att få låna bassängerna har det stött på patrull, då det kan uppfattas som konkurrens mot de privata ägarna. Reumatikerdistriktet kommer att tillsammans med Funktionsrätt Östergötland försöka hitta en lösning på detta. **Digitala lösningar** kommer också att

användas mer inom vården. Det kan ge mer fysisk plats för de som behöver det. Frågan kom också upp om föreningar kan hjälpa medlemmar som inte har kunskap eller möjlighet att använda sig av digitala lösningar. Medlemmar upplever ibland **bristande kunskap** om reumatiska sjukdomar hos specialläkare i allmänmedicin på vårdcentralen. De kan inte ha djup kunskap inom alla specialiteter, utan ibland är patienten specialisten i den egna sjukdomen och behöver bli lyssnad på. Rätt till **medicinsk fotvård** vid reumatiska sjukdomar diskuterades. Det ser olika ut inom regionen. Det finns ett gammalt beslut om vår rätt till medicinsk fotvård som politikerna lovade forska mer i.

Vad ska det offentliga stå för? Frågor som nu ska ses över i hela landet. Vad är sjukvård, egenvård, friskvård, eget ansvar? Måste klargöras så det är hållbart över tid då det är många som behöver fysisk aktivitet. **Personcentrerad vård** finns nu med i alla beställningar till verksamheterna. Det innebär stora förflyttningar från sjukhusvård till primärvården. Det är en stor resa innan vi når dit. En kultur som behöver förändras.

Vården behöver ställa frågan: Vad är viktigt för dig? Detta då det varierar mellan individer.

Britt Skårstedt

Höstmöte forskardag den 23 oktober.

Tema: Reumatoid artrit och SLE.

Medverkande forskare se nedan.
Moderator var Lars Cöster.

Ingrid Thyberg: Forskning relaterad till TIRA (RA)

Sjukdomsmodifierade läkemedel ger stor förbättring. Kvinnor med RA har mest svårigheter med smärta och problem i vardagen. Psykiska hälsan är däremot bra jämfört med ett genomsnitt av befolkningen. Trots nya läkemedel behövs rehabilitering.

Alf Kastbom: Tidig RA

Om man kan hitta RA, som är en autoimmun sjukdom, innan den brutit ut, är det möjligt att påbörja behandling. RA kan behandlas, men inte botas. Gener från födseln påverkar utvecklingen som sker gradvis. Det bildas antikroppar i blodet. Undersökning av leder med ultraljud görs för att se inflammation. Man vet för litet än så länge, men det finns teorier och data om vad som utvecklar och påverkar RA.

Börjar RA i tarmen? Fettsyror, som bildas när kostfibrer bryts ner, minskar innan inflammation uppstår. Kan fiberrik kost förebygga? Innan symtom uppstår bör det bli lättare att avgöra vilka som får sjukdomen.

Klara Martinsson: Slemhinnornas betydelse för RA

Undersöker munhålebakteriernas betydelse för RA. Samband mellan RA och tandlossning (parodontit) testas genom att mäta antikroppar med olika analysmetoder. Kanske kan grundlig rengöring hos tandläkare vara en metod som påverkar RA.

Lina Wirestam: Serotonin vid reumatiska sjukdomar

Serotonin reglerar sömn och humör. Det bildas i tarmen och hjärnan och påverkar immunförsvaret. Påverkar serotonin utvecklingen av SLE och RA? Inget visar att det har någon betydelse för utvecklingen av dessa sjukdomar.

Christoffer Sjöwall: Systemisk Lupus Erytematosus (SLE)

SLE drabbar flest kvinnor. Det finns 300 personer med SLE i Östergötland. KLURING är register över SLE i Nordöstra Götaland. En jämförelse av patientrapporterade mått vid nyetablerad SLE och RA.

Muna Saleh: Forskar om SLE och graviditet

Eftersom insjuknande i SLE är vanligast i åldrarna 15-45 behövs kunskaper om risker för graviditetskomplikationer. Bl. a. är riskerna större för diabetes, högt blodtryck, låga trombocyter och för tidig födsel hos kvinnor med SLE. Även ökad risk för missfall och påverkan på njuror har noterats.

Jesper Karlsson: CRP vid SLE

CRP antikroppar är specifika för SLE. Låga nivåer av CRP har samband med sjukdomen.

Tomas Walhelm: Bortezomib vid svår SLE

Ett läkemedel, Bortezomib, som tidigare använts mot lymfom, används idag mot SLE. Det ges som en injektion. Biverkningar, bl.a. öroninflammation och lunginflammation förekommer.

Cecilia Friberg



Hemsida: norrkoping.reumatiker.se

Facebook och Instagram: @reumatikerforeningennorrkoping

Adress: Gamla Övägen 23, 603 79 Norrköping

Telefon: 011-10 24 40

E-post: kansli@reumatikernorrkoping.se
info@reumatikernorrkoping.se

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: Sara Wessman	073-425 94 41	sara@pexsa.se
Kassör: Åsa Jansson	070-220 71 11	asa@bjornebo.se
Ledamöter: Stefan Gölin	070-394 83 21	stefangolin61@gmail.com
Lotta Svensson	070-678 10 27	lottakman@gmail.com
Indira Mesic		indirarina@hotmail.com
Ersättare: Anne-Marie Nilsson	073-346 62 57	vivaga@icloud.com
Revisor: Siw Johansson	070-958 96 42	siw@finspong.com
Per Sundmar		
Valberedning: Eva-Britt Burkhard	073-508 97 66	evabritt.hallner@gmail.com
Hannele Hellman	073-027 03 06	hannele1953@gmail.com

Friskvård

I skrivande stund har vi ingen information om vår bassängträning inför våren. Alla som är inskrivna i bassängträning på Vrinnevi och Lindövägen ska ha fått ett brev hem med flera frågor som vi behöver

svar på för att kunna vara beredda när/om de öppnar upp på Vrinnevi. Har du inte lämnat in dina svar är det hög tid att göra det nu.

Friskvården pågår normalt vecka 4-19 och 35-49. Anmälan till friskvård sker via kansliet.

Thapperska: Styrketräning måndag/torsdag, gymnastik tisdag och sittgymnastik onsdag

Policy: Man kan bara gå på ett pass/vecka i vatten-träningen. Deltagare betalar för platsen och inte antal gånger man går, ingen återbetalning. Avgiften skall vara betald innan terminen startar. Vid utebliven ankomst (utan att ha meddelat badledaren) och/eller obetald avgift tilldelas platsen annan person i kön.

Information

OBS! Medlemskap

Meddela kansliet om dina kontaktuppgifter har ändrats. För att delta i eller stå på väntelista till någon av våra friskvårdsaktiviteter måste du vara

medlem. Har du inget medlemskap stryks du från våra listor, är du osäker kontakta föreningens kansli. Sprid gärna denna information. Tack på förhand.



För mer information hänvisar vi till föreningens kansli, hemsida, sociala medier och föreningens månadsannons, sista helgfria lördagen varje månad.

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.

Inbetalningar

Våra egna aktiviteter betalas in på föreningens bankgiro 5284-1061. Uppge namn och aktivitet i meddelandefältet vid betalning via internet och inbetalningskort.

Anmälningar

Alla anmälningar sker till föreningens kansli, uppge: namn, telefonnummer, aktivitet samt om behöver specialkost vid våra sammankomster. Först till kvarn gäller

Kurser/studier

Se månadsannonser och hemsida, först till kvarn gäller. Minst antal deltagare är fem betalande. Kursverksamheten sker bland annat i samarbete med ABF.

Annonsering

Sker under Föreningsnytt i NT och Folkbladet sista helgfria lördagen i varje månad.

Rabatter

Är du medlem i reumatikerföreningen Norrköping finns följande:

ABC Hälsokost, Vilbergen ger 5 % rabatt.

Avgifter

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

Glasögonmagasinet, 20% rabatt på ett par kompletta glasögon och 15% rabatt på kontaktlinser. Ögonhälsoundersökning för 500kr (ord: 895kr), undersökningen tar ca. en timme och innehåller:

1. Synundersökning
2. Mätning av ögats tryck
3. Synfältsmätning
4. Ögonbottenfotografering med analys av ögonläkare vid avvikelser och behov
5. Tårffilmsanalys och rådgivning (för eventuell behandling mot torra ögon).

E-post

Anmäl din aktuella e-postadress till kansliet.

Försäljning på Kansliet

Vetevantar, Sverigelotter, Bingolottos julkalender m.m.



Aktiviteter

Anmälan en vecka innan aktiviteten till kansliet och anmälan är bindande efter sista anmälningdagen, se anmälningar. Kostnad för möten är 40 kr/medlem och 60 kr/icke medlem om inget annat står angivet.

Träff för nya medlemmar

27 januari torsdag kl. 17.30
Thapperska, kostnadsfritt.

Kallelse till föreningens årsmöte

17 februari torsdag kl. 18.00-20.00,
Thapperska.

Fri entré inklusive förtäring.

15/1 sista dag att lämna in motioner, sker skriftligt.
10/2 handlingarna finns tillgängliga på kansliet och hemsidan.

Medlemsmöte

24 mars torsdag kl. 17.30-20.00,
Thapperska

Föreläsning

19 maj torsdag, Thapperska,
Artrosföreläsning, anordnas av reumatikerdistriktet Östergötland.

Se Reumatikerdistriktets information om föreläsningen sid. 4.

Sommaravslutning/fest

16 juni torsdag kl. 17.30-20.30, Thapperska

Resa

Behandlingsresa till Igalo Mediterian Health Center, Montenegro

Vi planerar för 2 alternativt 3 veckor i slutet av augusti 2022.

Icke bindande anmälan kan göras redan nu. Bindande anmälan och vidare information kommer senare, se hemsidan eller kontakta Åsa Jansson 070-220 71 11 asa@bjornebo.se



Hemsida: <https://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

Gåvokonto: Istället för blommor vid t.ex. uppvaktning

Bankgiro: Clearing nummer 9020 Kontonummer 617 54 36

Bankgiro: 241-2294

Org.nr. 82 20 01-6748

Styrelse

Ordförande:	Anette Blick	073-649 55 19	anette.blick@gmail.com
Vice ordför.:	Anneli Tindå	073-961 15 93	himmel.hav@hotmail.com
Sekreterare:	Åsa Bergner	073-348 13 47	asa.bergner9@gmail.com
Ledamöter:	Annette Mohlin Gunilla Lövgren	073-154 03 59	anemoh@linkoping.se lovgrengunilla@gmail.com
Internrevisor:	Patrik Flisbäck		patrik@flisback.se

Cirklar

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: 27 januari
Sluttid: 16 juni



Aktiviteter

Medlemsmöte - Ej fastställt tema

17 januari kl.18.00–20.00

Vagnhallen, Fontänen.

Kostnad 20kr för kaffe/te och smörgås (betalas på plats).

Årsmöte

22 februari kl.18.00–20.00

Vagnhallen, Fontänen

Någon personlig kallelse utskickas inte till årsmötet utan denna information gäller som kallelse.

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast 15 januari enligt stadgarna.

Föreningen bjuder på kaffe/te och landgång. Sista anmälan 15 februari

Medlemsmöte - Ej fastställt tema

22 mars kl.18.00–20.00

Vagnhallen, Fontänen.

Kostnad 20kr för kaffe/te och smörgås (betalas på plats).

Medlemsmöte

21 april kl.18.00–20.00

Vagnhallen, Fontänen.

Zumba med Juha Takkinen

Kostnad 20kr för kaffe/te och smörgås (betalas på plats).

Vårfest - medlemsmöte

16 maj kl.18.00–20.00

Vagnhallen, Fontänen.

Musikunderhållning med Mikael Leonardsson. Vi kommer servera potatissallad och rostbiff, lättöl/mineralvatten.

Kostnad 150kr.

Bindande anmälan senast 9 maj, vilket betyder att du måste betala även om du uteblir.

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

Anmälan sker till kansliet 013-13 21 75 eller e-post reumatikerforeningen@fontanen.org senast en vecka innan aktiviteten.

Betalning till bankgiro 241-2294 och betalning sker i samband med er anmälan om inget annat anges.

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 vid behov).
 Swish: 123 520 90 44
 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
 valbered:
 Kassör: Michael Bentzer 070-661 31 22 michaelbentzer@gmail.com
 Register: Maritha Hagsten 073-675 67 92 moses0454@hotmail.com
 Ledamöter: Gunilla Ågren 076-074 96 96 millasiri08@gmail.com
 Yvonne Svensson 073-030 72 69 svenssonyvonne49@gmail.com
 Jan Pettersson 072-579 81 18
 Revisorer: Pia Haller 072-716 70 72
 Helene Karlsson 070-994 96 86

Aktiviteter

Anmäl alltid födoämnesallergi! Ingen stark parfym på våra möten. Om pandemin pågår gäller vaccinkrav även i vår för att delta på möten och resor! Vaccinkort medtages.

Årsmöte

12 februari kl 12.30
Brödragården, Sjögatan 12, Motala.
 Sedvanliga årsmötesförhandlingar. Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari. Föreningen bjuder på lunch. Anmälan senast den 4 februari till Gunilla Ågren, 076-074 96 96.

Medlemsmöte

24 mars kl 18.00
59:an, Nedre Kaptensgatan 7, Motala.
 "I min pappas arkiv". Margaretha Wilhelmsson berättar och visar bilder på Motalaprofiler från förr. Enslingen på Fjuk, Berit Spong, Kalle Kron m.fl. Kaffe och smörgås, kostnad 50:-. Anmälan senast den 18 mars till Yvonne Svensson 073-030 72 69.

Bussresa med revy

Louis de Geer Konsert och kongress, Norrköping. 14 april. Revyn **Gott & Blandat** med Per Fritzell och Jan Rippe från Galenskaparna. bussresan och subventionerar priset. Begränsat antal biljetter. Kostnad: 630:- (ord pris 830:-). Avresa från 59:an, Nedre Kaptensgatan 7, Motala, I priset ingår showsupé med laxcocktail och baconlindad kyckling med rostad potatis före revyn. tid meddelas senare. Anmälan görs senast den 28 januari till Britt-Marie Waller, 0141-21 89 43. Kaffe och kondisbit i pausen. Föreningen bjuder på. Betalas i förskott efter bindande anmälan.

Föreningen planerar också ett **medlemsmöte i maj** och en **bussresa 1 juni**, Mer information om vårens program kommer i vårt eget programblad efter årsmötet i februari.

Friskvård och cirklar

Rehab Väst på Lasarettet i Motala har meddelat att bassängen är stängd t.o.m. nyår. Våra cirklar i handarbete, promenadgrupp och bingspel, fortsätter som vanligt under våren.

Hemsida: <https://ms.reumatiker.se>
 Facebook: @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: Badansvarig och badledare
 Britt-Marie Andersson 070-625 01 44
 Vice ordf.: Leif Linder 070-609 96 86
 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
 Valberedning: Styrelsen
 Revisor: Jan-Erik Lidstedt och Sture Linder

Friskvård

Träning i varmvattenbassäng på Lundbybadet i Mjölby. Vi har tre badgrupper som är på måndagar och onsdagar.

Aktiviteter

Årsmöte den 12 februari kl.13:00 med buffémat på Skänninge restaurang
 Reumatikerföreningen Mjölby-Skänninge bjuder in alla våra medlemmar till årsmöte. Mötet är helt gratis för alla våra medlemmar. Anmäl er senast den 6 februari till Leif Andersson på 073-981 41 18 eller Marianne Andersson 073-310 11 56 och uppge eventuella allergier.

Medlemsmöte den 8 maj kl.14:00 med guidning vid Tåkern

Reumatikerföreningen Mjölby-Skänninge bjuder in alla våra medlemmar till guidning vid Tåkern med korvgrillning. Anmälan till Leif Andersson 073-981 41 18 eller Britt-Marie Andersson 070-625 01 44 senast den 1 maj. Vi kommer samåka från Skänninge och Mjölby. Mer information kommer i annonseringen i Östgötatidningen, hemsidan och på vår Facebook sida.

Övrig information

Annonsering om medlemsträffar kommer att göras i Östgötatidningen under Föreningsnytt, hemsidan och på vår Facebooksida ca 14 dagar före medlemsträffen. Reservation för förändringar i programmet.

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

Adress: Högamonvägen 6, 612 73 Ljusfallshammar (ordf.)

Telefon: 070-236 85 32 (ordf.)

E-post: gun.lasse@outlook.com (ordf.)

Bankgiro: 5915-7297

Org. nr. 82 50 03-7259

Styrelsen

Ordförande: Gun Johansson 070-236 85 32 gun.lasse@outlook.com

Vice ordf.: Lars-Erik Johansson 070-525 96 02 gun.lasse@outlook.com

Kassör: Ove Olofsson 070-662 25 59 olofsson.ove@gmail.com

Ledamöter: Birgitta Strömberg 076-174 25 96
 Birgitta Strömstedt 070-236 21 53 hansstromstedt57@telia.com
 Ingela Moberg 070-843 63 07
 Maud Boström 070-078 40 51 maud.bostrom@outlook.com

Valberedning: Styrelsen

Revisorer: Gösta Johansson 070-235 95 27 gosta.johansson02@telia.com
 Eva Lindman 073-833 03 09

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

Aktiviteter

Årsmöte

19 februari kl 14.00 på Högby, Finspång.

Ingen anmälan krävs. Inget program för våren 2022 är planerat ännu.

Vi kommer annonsera i lokaltidningen och lämna information om när våra badgrupper startar igen.

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

Facebook: Reumatikerföreningen Valdemarsvik

Adress: Storgatan 7, 615 30 Valdemarsvik

E-post: rffv0509@telia.com

Bankgiro: 5699-5442

Org. nr. 825003-7366



Styrelsen

Ordförande: Monica Berg 070-553 00 99 monica-berg@telia.com

Kassör: Göran Kvist 070-513 02 72 valdemarsvik@gmail.com

Sekreterare: Per GW Petersson 070-952 55 03 pergwp@gmail.com

Ledamöter: Birgit Johnsson 073-248 73 52 birgit.m.johnsson@gmail.com
 Håkan Sahlberg 070-530 41 20 h@greblhas.se

Valberedning: Britt Sköldkvist 073-438 75 49
 Karl-Emil Ottosson 070-335 40 83

Revisorer: Håkan Sköldkvist 070-386 22 31
 Inger Ottosson 072-576 82 13

Aktiviteter

Årsmöte

Föreningens årsmöte avhålls på Storgatan 7 söndag 13 februari kl.16.00.

Smörgåstårta med dryck samt kaffe o kaka bjuder föreningen på.

Föreningens årsmöte annonseras endast här i R-Östergötland.

Anmälan till Per GW Petersson senast 6 februari. 070-952 55 03 helst SMS

Preliminärt blir det dessa aktiviteter våren 2022, utskick kommer när allt är fastlagt.

Mars: Besök på Hembygdsföreningen Valdemarsvik.

Sent i maj: Besök hos Hembygdsföreningen Nartorp med dess gruvor.

April: Besök/visning av Hägerstad slott.

Mitten av juni: Utflykt till Kärlekens trädgård i Gryt.

Tidigt i maj: Blomprakten hos Ottossons i Näs.

Friskvård

Våra ordinarie träningsgrupper startar så snart hyresvärden blir färdig med lokalen.

Träning i varmvattenbassäng i samarbete med förening i Gusum pågår.

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

Hemsida: ostergotland.reumatiker.se

Reumatikerförbundet

Stockholm 08-505 805 00

E-post: info@reumatiker.se

Hemsida: reumatiker.se

