

Reumatiker förbundet

Östergötland

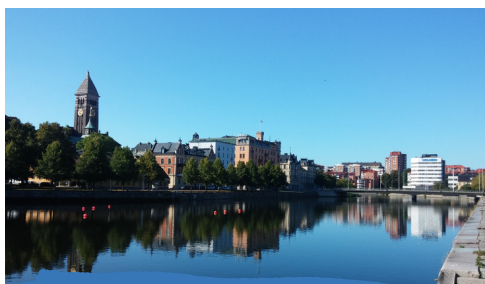


Reumatikerdistriktet Östergötland

Medlemstidning Reumatikerdistriktet

Höstens program

**Nr 1
2023**



Reumatikerföreningen Norrköping



Reumatikerföreningen Linköping



Reumatikerföreningen Mjölby-Skänninge



Reumatikerföreningen Motala-Vadstena



Reumatikerföreningen Finspång



Reumatikerföreningen Valdemarsvik

Reumatikerdistriktet Östergötland

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

Facebook: @rdostergotland

Adress: Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Telefon: 013-12 68 55, (men när vi ringer er står det i displayen: 070-292 02 37)

E-post: reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org

Kanslist: Annica Danielsson

Kansli: Öppettider mån-fre 8.30-12.30

Bankgiro: 5458-1236

Org nr: 822001-6110

R-Östergötland nr 1-2023

Ansvarig utgivare: Karin Eriksson

Redaktör: Britt-Marie Waller

Utgivning & manusstopp

Nr 2 2023

Manusstopp: 5 november

Utgivning: 15 december

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. Medlemsavgiften kan betalas via autogiro eller med inbetalningskort. Tänk på att medlemsavgiften ska betalas till Reumatikerförbundet och inte till din förening. Meddela gärna ändrad mailadress.

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 blir då fullvärdig medlem.

Reumatikerdistriktet samverkar med föreningarna på vissa föreläsningar.

Deltagare vid olika aktiviteter är försäkrade genom Reumatikerförbundet, gäller även resor till och från aktivitet. Fotografering kan förekomma vid aktiviteter, meddela gärna om du inte vill vara med på bild. Tänk på att inte använda parfym då många är doftöverkänsliga.

Styrelse

Ordförande: Karin Eriksson 070-306 10 10 karin.eriksson89@gmail.com

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

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

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

Ledamöter: Lars Cöster 070-334 06 33 lars.coster@telia.com

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

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

Ersättare: Vakant

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

Ordföranden har ordet

Hej alla medlemmar, nya som gamla, det är roligt att se att det tillkommer några nya medlemmar. De som avgår gör det oftast av åldersskäl eller flyttning från orten. Ni vet väl att man kan vara medlem i lokalföreningen fast man ej bor på orten eller ha dubbelt medlemskap. Jag hoppas också att ni vet att Reumatikerförbundet är en landsomfattande organisation, som alla landets föreningar och distrikt hör till!

I denna tidning kan du läsa om vad som sker i de olika föreningarna i vårt distrikt. Om du undrar över något, ta kontakt med den som står som ansvarig i respektive förening.

Distriktet försöker ha hybridmöten, vilket betyder att några kan vara med digitalt och några fysiskt. Vi behöver ta ut en mindre avgift även för de som är med digitalt, vid dessa tillfällen behövs en tekniker.



Nu går vi mot årets bästa tid (även om det för några är jobbigt med pollenallergier). Vi behöver vara ute i friska luften och få sol på oss i så mycket det går! Ta vara på ljusa kvällar (innan myggen kommer).

En fin sommar önskar jag er alla!

Karin Eriksson



Valberedning

Distriktet har fortfarande ingen valberedning. Det är ett viktigt uppdrag som verkligen behövs. Står högst på önskestegen!

Är du intresserad kontakta kansliet!

Reumatikerförbundet har ett flertal rabatter för dig som är medlem, mer information finns på förbundets hemsida: <https://reumatiker.se/formaner/>

Aktiviteter

Må Bra dagar Högby

3-4 oktober

Högby SPA-anläggning utanför Borensberg. Vi börjar med lunch kl.12.00 den 3 oktober och slutar med lunch kl.13.00 den 4 oktober.

Information från kostrådgivare och prova på Feldenkrais (en metod där man lär sig använda kroppen på ett skonsamt sätt) och lättyoga.

Att leva med artros.

Rapport från Reumatikerförbundet.

Vi kommer även att ha tillgång till varmvattenbassänger och pooler, med och utan bubbel.

Företräde för medlemmar som inte varit med tidigare.

De som varit med tidigare, i mån av plats.

Anmälan senast den 8 september.

Kostnad 500 kr,

Enkelrumstillägg 400 kr.

Glöm ej anmäla ev specialkost.

Välkomna med anmälan till 013-12 68 55 eller reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org

Maigun Hjalmarsson och Karin Eriksson

Aktiviteter

Höstmöte/Forskardag

Plats: Vagnhallen, Fontänen,
Västra Vägen 32, Linköping.
Den 14 oktober,
kl. 09.30 - 15.00 planeras en forskardag.

Program

- 09.30 Avprickning o kaffe/the, smörgås
- 10.00 Inledning ordf. Karin Eriksson.
- 10.10 - 11.10 Docent Alf Kastbom, reumatoid artrit (RA).
- 11.10 - 11.15 Bensträckare.
- 11.15 - 12.15 Prof. arbetsterapeut Mathilda Björk, arbetssituationen vid RA.
- 12.15 - 13.05 Lunch.
- 13.05 - 14.05 Med dr. Jan Cedergren, ankyloserande spondylit.
- 14.05 - 14.10 Bensträckare.
- 14.10 - 14.50 Ann-Sofie Nord spelar och sjunger Benny Anderssons musik.
- 14.50 - 15.00 Utvärdering, kaffe/ te kaka.
- Eventuellt kommer vi att kunna dricka kaffe/te under underhållningen.

Anmälan senast 20 september till:

- reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org
- Tel 013-12 68 55, glöm ej ange ev allergi.
- Deltagaravgift 100 kr betalas till bg 5458-1236.

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

Det finns möjlighet att vara med via länk mot en liten
kostnad.

Länkadress meddelas strax före mötet.



Välkomna till en spännande dag önskar:
Styrelsen Reumatikerdistriktet Östergötland.

Rapporter

Föreläsning om långvarig smärta, fibromyalgi.

Den 27 februari, samlades 18 personer på plats och 16 personer digitalt.

Föreläsare som deltog digitalt var Stefan Bergman, smärtiläkare som forskar om smärta och arbetar på Spenshult i Halland. Han visade bilder och berättade om smärta och det fungerade riktigt bra även digitalt. Det var en mycket bra föreläsning, där föreläsaren talade lättförståeligt så att alla kunde förstå.

Deltog gjorde också Gisela Wallin, dietist, som arbetar några timmar i veckan på Reumatologkliniken i Linköping. Hon föreläste och visade bilder om kostens betydelse för vårt välbefinnande.

Karin Eriksson berättade om sitt liv med smärta/fibromyalgi.

Det var också inlagt en paus med frukt och dricka.

Detta var ett öppet möte utan anmälan, vilket genererade några nya medlemmar.
Enligt utvärderingen verkade det ha varit en bra kväll.
Karin Eriksson.



Föreningsutbildning/samrådsmöte

Den 18 april träffades föreningarnas styrelser och distriktsstyrelsen på Himmelsby Spa och Konferens.

Under förmiddagen fick vi lära oss mer om hur man arbetar i en styrelse och vad man behöver tänka på under styrelseåret. Karin Sandin Dahlgren från ABF ledde oss exemplariskt i den processen.

Efter en god lunch samlades vi för samrådsmöte.

Under det passet togs det upp aktuella saker från föreningarna, distriktet och även förbundet.

Det nya regionbidraget till lokalhyra för friskvårdsaktiviteter diskuterades och behovet av en utbildning för badledare.

En rejäl kakbuffé väntade oss och därefter var det dags att klä om och gå till bassängerna.



En lyckad dag hoppas jag att alla deltagarna tyckte!

Karin Eriksson

Reumatikerföreningen Mjölby-Skänninge

Org. nr. 82 30 00-7448

Hemsida: www.ms.reumatiker.se

Facebook: @reumatikerforeningenmjolbyskanninge

Bankgiro: 5787-9793

Adress: Folkungagatan 30b 595 33 Mjölby

Telefon: 070-625 01 44

E-post: reumatiker.mjolbyskanninge@gmail.com



Styrelsen

Ordförande, badansvarig och badledare: Britt-Marie Andersson 070-625 01 44

Vice ordförande: Leif Linder 070-609 96 86

Kassör: Leif Andersson 073-984 41 18

Ledamöter:

Register, hemsida och sekreterare Andreas Johansson 070-313 52 22

Badledare: Annelie Hultner 070-638 46 49

Badledare: Marianne Andersson 073-310 11 56

Ersättare: Yvonne Knutsdotter Lindvall 076-170 71 49

Valberedning: Styrelsen

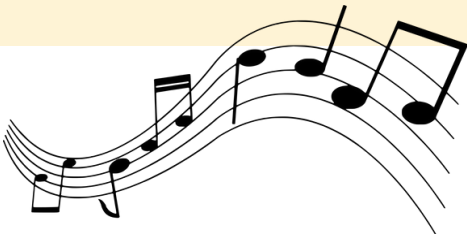
Revisorer: Jan-Erik Lidstedt och Sture Linder

Friskvård

Träning i varmvattenbassäng på Lundbybadet i Mjölby. Vi har tre badgrupper som är på måndagar och onsdagar. Platser finns kvar för den som vill bassängträna med oss!



Aktiviteter



Upplev en avkopplande eftermiddag med musikunderhållning i PRO-lokalen Mjölby den 15 oktober kl 14:00

Sätt dig till rätta och njut av musiken när vi välkomnar dig till en eftermiddag med underhållning! Ingen anmälan behövs - vi vill att alla våra medlemmar ska kunna delta och uppleva denna konsert tillsammans. Vi bjuder på kaffe och kaka och mötet är gratis för våra medlemmar! Mer information kommer i höst om vilken musikunderhållning det blir.

50-årsjubileum för Reumatikerföreningen Mjölby - Skänninge på Skänninge restaurang den 19 november kl 14:00

Den 19 november 2023 är en speciell dag för Reumatikerföreningen Mjölby - Skänninge - det är vårt 50-årsjubileum!

Vi är så tacksamma för alla de människor som har stöttat oss under dessa år och som har hjälpt oss att skapa en gemenskap där vi kan dela erfarenheter och stödja varandra i våra utmaningar.

Vi vill därför bjuda in dig att fira med oss genom att delta i vår jubileumshögtid som kommer att innehålla underhållning, mat och magi!

Tillställningen kostar endast 50 kr för våra medlemmar. För icke medlemmar som vill följa med t ex respektive så meddelas betalningssumman vid anmälningstillfället. Mer information kommer annonseras ut på hemsidan, på vår Facebooksida och i Östgötatidningen.

Anmälan: Leif Andersson, 073-984 41 18 eller Marianne Andersson, 073-310 11 56

Grötfest och julklappsutlottning i PRO lokalen den 10 december kl 14:00

Julen närmar sig och vad bättre sätt att fira den än med god mat och trevligt sällskap? Reumatikerföreningen Mjölby - Skänninge bjuder in dig att delta i vår årliga grötfest där vi kommer att njuta av gröt, skinkmackor och en chans att vinna en julklapp till ett värde av max 50 kr. Ta med dig ditt favoritpaket på max 50 kr och var med i utlottningen. Anmälan behöver göras och tillställningen är helt gratis för medlemmar. Vi ser fram emot att träffa dig!



Anmälan: Leif Andersson, 073-984 41 18 eller Marianne Andersson, 073-310 11 56

Org nr: 825001-4498

Bankgiro: 5284-1061

Swish: 123 107 79 73

Adress: Gamla Övägen 23, 603 79 Norrköping

Telefon: 011-10 24 40

E-post: kansli@reumatikernorrkoping.se

Kanslist: Jenny Eliasson, besök sker efter överenskommelse, även kvällar

Hemsida: norrkoping.reumatiker.se

Facebook & Instagram: @reumatikerforeningennorrkoping



Kansliet håller semesterstängt
v. 27-30 samt 16-31 augusti.

Styrelsen

| | | |
|---------------------------------|---------------|------------------------------------|
| Ordförande: Sara Wessman | 0734-25 94 41 | ordforande@reumatikernorrkoping.se |
| Vice ordförande: Lotta Svensson | 0706-78 10 27 | lottakman@gmail.com |
| Kassör: Åsa Jansson | 0702-20 71 11 | asa@bjornebo.se |
| Ledamot: Stefan Gölin | 0703-94 83 21 | stefangolin61@gmail.com |
| Ledamot: Eva-Britt Burkhard | 0735-08 97 66 | evabritt.hallner@gmail.com |
| Ersättare: Minna Uurtonen | 0739-92 54 29 | minnauurtonen@hotmail.com |
| Ersättare: Mona Liljebblad | 0702-18 83 40 | monaliljebblad@telia.com |
| Ersättare: Vakant pga flytt | | |
| Revisor: Siw Johansson | 0709-58 96 42 | siw@finspong.com |

Per Sundmar

Valberedning: Vakant

OBS! **Medlemskap**

Meddela kansliet om dina kontaktuppgifter har ändrats.
Är du osäker på ditt medlemskap kontakta föreningens kansli.
Sprid gärna denna information. Tack på förhand.

*För mer information hänvisar vi till föreningens kansli, hemsida,
sociala medier och föreningens månadsannonser.*



Friskvård

Policy:

Deltagare betalar för platsen och inte antal gånger man går, ingen återbetalning.

Terminer:

Vecka 4-19 och 35-49.

Avgift:

Ska vara betald innan terminen startar, senast 31 juli.

Vrinnevi:

Bassängträning: måndag, fredag och söndag.
550 kr/termin.

Thapperska:

Styrketräning, gymnastik, sittgymnastik, cirkelträning
m.m. 500 kr/termin.

Information

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 parfymer eller andra starka dofter.

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

Rabatter

- ABC Hälsokost, Vilbergen ger 5 % rabatt.
- Hälsokällan Kneippen ger 20 %.
Ljunggatan 16, 603 36, Norrköping
- 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. Tårfilmsanalys och rådgivning (för ev. beh. mot torra ögon).

Aktiviteter

Anmälan en vecka innan aktiviteten till kansliet och anmälan är bindande efter sista anmälningdagen. Priser gäller medlem och gäst.

Fika med kanslisten

Torsdagar, udda veckor kl. 13.30–15.30, Thapperska, 25 kr.
Sista gången 8 juni, hösten startar i september, inget fika om det är medlemsmöte samma dag. Anmälan till kansliet tisdagen i samma vecka, meddela även om du har behov av specialkost.

Digitala föreläsningar

13 juni, kl 18.30–20.00, Thapperska.
Digital föreläsning om Livsmedel
20 juni, kl 18.00–19.30, Thapperska
Digital föreläsning om Patientkontrakt och Levande bibliotek



Sommaraktivitet – Båttur med ångbåten Moa

Båtturen utgår från Herstaberger's Marina och turen är ca 1 h, 150 kr/pers.

Anmälan till kansliet först till kvarn gäller 12 pers./tur.
Mer information kommer när de sjösatt Moa, se våra informationsställen.

Möte för nya medlemmar

10 augusti kl. 19.00, Thapperska, kostnadsfritt.
Anmälan senast den 3 augusti.

Jubileum 50 år, på Louis De Geer

Middag med konferencier och underhållning.
28 september kl. 18.00, kostnad 130 kr/550 kr.
Bindande anmälan = betalning senast 7 augusti.

Medlemsmöte – adventsträff



30 november kl. 17.30–20.00, 80 kr/100 kr.
Anmälan senast den 23 november.



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

Facebook: reumatikerforeningenlinkoping

Bankgiro: 241 – 2294

Swish: 123 519 91 12

Postadress: Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Besöksadress: Kansli på Föreningshuset Fontänen

Telefon: 013-13 21 75, 073-067 47 24

E-post: reumatikerforeningen@fontanen.org

Gåvokonto: I stället för blommor vid till exempel uppvaktning

Kontonummer 9020 - 617 54 36

Org.nr. 82 20 01-6748



Styrelsen

| | | |
|-----------------------------------|---------------|--|
| Ordförande: Anneli Tindå | 073-961 15 93 | himmel.hav@hotmail.com |
| Vice ordförande: Margitha Netzell | 070-657 97 36 | marg.netzell@hotmail.se |
| Kassör: Ann-Charlotte Torstensson | 073-043 52 93 | lotta.torstensson@hotmail.com |
| Sekreterare: Åsa Bergner | 073-348 13 47 | asa.bergner9@gmail.com |
| Ledamot: Gunilla Lövgren | 070-819 04 50 | lovgrengunilla@gmail.com |
| Ledamot: Annette Mohlin Johansson | 073-154 03 59 | mohlinannette@gmail.com |
| Ledamot: Pia Tonström | 070-627 58 79 | piatonstrom@gmail.com |
| Ledamot: Ulla Carlsén | 070-290 23 73 | carlsen.ulla@bredband.net |
| Internrevisor: Katarina Jakobsson | 070-521 46 97 | katarina.jakobsson@live.se |
| Externrevisor: Sofie Rydén | 073-803 39 93 | sofie@hasamsredovisning.se |

Friskvård



Vattengymnastik: Träning i varmvattenbassäng på Linköping Health Care. Kontakta vårt kansli om du är intresserad av att delta eller att vara badledare.



Lättgymnastik: Träna styrka, kondition och balans på Fontänen torsdagar kl. 11.00-12.00 i samarbete med Linköpings Parasportförening. Träna i grupp på din nivå och efter egna förutsättningar.

För mer information kontakta Mattias på 079-107 97 31, mattias@linkopingsparasport.se

Aktiviteter

5 september: Medlemsmöte
– föredrag om taktil massage & MediYoga

Vagnhallen/Fontänen
kl. 18.00–20.00

Eva-Lott Larsson, massageterapeut och MediYogainstruktör från företaget Life Improvement, kommer att föreläsa om taktil massage och MediYoga för välbefinnande och mindre smärta. Hon kommer också leda oss i att prova på några olika yogarörelser.

Kostnad: 20 kr – betalas på plats, Swish eller kontant (sedlar).

Anmälan: Senast 29 augusti.

Kaffe/te och smörgås ingår.

Oktober: Jubileumsfest
– föreningen fyller 50 år 2023!

Kom och fira 50 år av föreningsaktiviteter och arbete för reumatikers rätt till ett bra liv!

Mer information kommer inom kort.



8 november: Medlemsmöte
– tema fothälsa

Vagnhallen/Fontänen
kl. 18.00–20.00

Eva Johansson, fotterapeut, kommer att föreläsa om fothälsa och om hur du förebygger, behandlar och lindrar sjukdomar och problem i fötterna.

Kostnad: 20 kr – betalas på plats, Swish eller kontant (sedlar).

Anmälan: Senast 1 november.

Kaffe/te och smörgås ingår.

8 december: Julfest

Vagnhallen/Fontänen
kl. 18.00–20.00

Underhållning

Jultallrik, lättöl/mineralvatten, glögg och pepparkaka

Kostnad: 200 kr – endast för medlemmar.

Bindande anmälan och betalning: Senast 24 november.

Betalning även om du uteblir.

Anmälan sker till kansliet på 013-13 21 75, 073-067 47 24
eller reumatikerforeningen@fontanen.org

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



Obs! Glöm ej att meddela eventuella allergier.

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

Facebook: @reumatikerforeningenmotalavadstena

Adress: Skolgatan 9, 591 30 Motala

E-post: reumatikerf.m-v@telia.com

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 ordförande/valbered: Håkan Fransson | 070-433 00 44 | hakan.fransson@skobes.se |
| Kassör: Michael Bentzer | 070-661 31 22 | michaelbentzer@gmail.com |
| Register: Maritha Hagsten | 073-675 67 92 | moses0454@hotmail.com |
| Ledamot: Gunilla Ågren | 076-074 96 96 | millasiri08@gmail.com |
| Ledamot: Yvonne Svensson | 073-030 72 69 | svenssonyvonne49@gmail.com |
| Ledamot: Jan Pettersson | 072-579 81 18 | |
| Ersättare: Kristina Persson | 070-650 47 74 | kristina.v.persson@gmail.com |
| Revisorer: Pia Haller | 072-716 70 72 | |
| Helene Karlsson | 070-994 96 86 | |

Övrigt



Träning i varmvattenbassäng, LiM: måndagar och tisdagar för damer (platser finns), väntelista Gunilla Ågren 076-074 96 96.

Onsdagar för herrar, väntelista Michael Bentzer, 070-661 31 22.

Alla badgrupper på kvällstid.



Cirkelverksamhet: Tisdagar kl 10.00 - promenadgrupp.

Onsdagar kl 10.00 - handarbetsgrupp.

Gratis kaffe och kaka.

Anmälan till Siv Petersson, 070-946 42 23.

Föreningsrabatter: Engelmöbler 10% resårmatrasser och mattor. Kroppsglädje, Motala massage och hälsa, 25% på en behandling, sedan 5%. Motala Fotvårdsklinik 10 % på fotvård.

Aktiviteter

Meddela födoämnesallergi vid anmälan!

Anmälan måste alltid göras i tid till alla aktiviteter!

Upptaktsmöte på Vättersol,
Vindarnas väg 1, Motala,
lördagen den 19 augusti kl 13.00.

Anmälan senast den 13 augusti till
Gunilla Ågren, 076-074 96 96.

Tipspromenad. Musikunderhållning av Göran och Östen.
Vi serverar en kall lunchtallrik med rostbiff, skinka och potatissallad m m.
Kaffe och kaka. Kostnad för mötet 100:-.



Dygnskryssning med Viking Line
och Cinderella till Åland,
onsdagen den 27 september.



Avresa från Centralstationen kl 10.35. Kostnad för plats i dubbelhytt
med fönster, middags- och frukostbuffé och bussanslutning, 500:- per
person. Enkelhytt kostar 700:-. Föreningen har kraftigt subventionerat resan
till detta fördelaktiga pris. Begränsat antal platser, först till kvarn gäller!
Inbetalningsavi, bindande anmälan. Giltig ID-handling måste medtagas.

Anmälan till Britt-Marie Waller 070-334 06 33 eller 0141-21 89 43 senast den 15 augusti.

Medlemsmöte på Café 59:an,
Nedre Kaptensgatan 7, Motala,
torsdagen den 19 oktober kl 18.00.

Föreläsning av Ann-Sofie Johansson från Boxholm som berättar om den
östgötska dialekten och olika lokala uttryck och talesätt. Lotteri.
Kaffe och smörgås, inträde 50:-.

Anmälan görs senast den 13 oktober till Gunilla Ågren, 076-074 96 96.

Medlemsmöte på Café 59:an
torsdagen den 16 november kl 18.00.

Anmälan senast den 9 november till Yvonne Svensson, 073-675 67 92.

Vi gästas av Maria Johansson från Motala Fotvårdsklinik i Gamla Stan.
Information och försäljning av skor (bl a Embla och Scholl),
specialstrumpor och fotvårdsprodukter.
Därefter serveras smörgåstårter och kaffe. Vi avslutar mötet med att spela
bingo, 10:-/bingobricka. Kostnad för inträde, 50:-.



Adventsresa med julbord i Olshammar,
söndagen den 3 december (1:a advent).

Avresa med Vadstena Buss från Café 59:an kl 12.00.
Ett kort stopp på hemvägen i Stjärnsunds
gårdsbutik. Kostnad 350:-.

Anmälan tidigast efter
den 1 oktober och senast
den 24 november till
Maritha Hagsten,
073-675 67 92.



Medlemsmöte i Café 59:an torsdagen den
14 december kl 18.00.

Anmälan senast den 8 december till
Michael Bentzer, 070-661 31 22.

Julfest med lussekaffe och julletteri med extra fina priser. Vi vet i nuläget inte om det går att boka något luciatåg.
Mötet är helt gratis.

Reumatikerföreningen Finspång

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

Adress: Högamonvägen 6, 612 73 Ljusfallshammar (ordf)

E-post: gun.lasse@live.se

Telefon: 070-236 85 32 (ordf)

Bankgiro: 5915-7297

Org.nr. 82 50 03-7259



Styrelsen

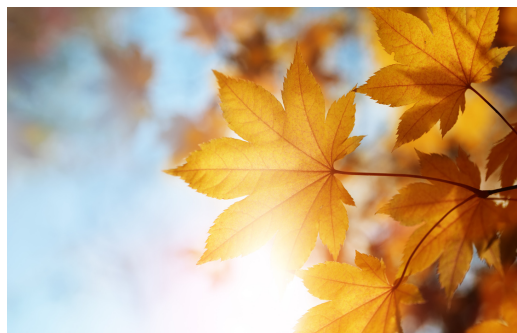
| | | |
|--------------------------------------|---------------|--|
| Ordförande: Gun Johansson | 070-236 85 32 | gun.lasse@live.se |
| Vice ordförande: Lars-Erik Johansson | 070-525 96 02 | gun.lasse@live.se |
| Kassör: Ove Olofsson | 070-662 25 59 | olofsson.ove@gmail.com |
| Ledamot: Birgitta Strömberg | 076-174 25 96 | |
| Ledamot: Ingela Moberg | 070-843 63 07 | |
| Ledamot: 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. revisor: Eva-Britt Gustavsson | 073-717 04 86 | |

Aktiviteter



Träning i varmvattenbassäng på Medley, Finspång, måndagar kl 17.00.
För anmälan och information, kontakta ordföranden.

I nuläget är inga medlemsmöten planerade.
Föreningen annonserar i lokalpressen och informerar på
föreningens hemsida om eventuella aktiviteter under hösten.



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

Facebook: Reumatikerföreningen Valdemarsvik

Adress: Storgatan 7, 615 30 Valdemarsvik

E-post: rfv0509@telia.com

Bankgiro 5699-5442

Swish: 123 443 23 32

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

Friskvård



Våra ordinarie träningsgrupper tränar enligt upplagt schema i vår egen lokal. Det finns plats för fler grupper, kontakta Monica Berg. Träning i varmvattenbassäng i samarbete med annan förening i Gusum pågår.

Aktiviteter

Eftersom vår planering av medlemsmötesdagar ej ligger i fas med manusstopp och utgivande av R-Östergötland informerar vi om våra möten via antingen E-post, SMS, brev, samt hemsidan, facebook och anslag på dörren till lokalen.

Som vanligt försöker vi lägga in ett möte i månaden även hösten 2023

Anmälan till medlemsmöte görs alltid till
Per GW Petersson SMS: 072-952 55 03 eller
E-post: pergwp@gmail.com

Avgift för möte betalas med Swish till
123 443 23 32 eller kontant vid mötet.

Reumatiker förbundet

Östergötland

Din medlemsbidning 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

