

Reumatiker förbundet

Östergötland



Reumatikerdistriktet Östergötland

Medlemstidning Reumatikerdistriktet Nr: 1 - 2022

Höstens program 2022



Reumatikerföreningen
Norrköping



Reumatikerföreningen
Linköping



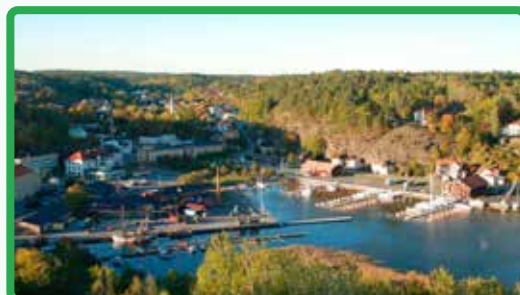
Reumatikerföreningen
Mjölby-Skänninge



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 1 - 2021

Ansvarig utgivare: Karin Eriksson

Redaktör: Britt-Marie Waller

Utgivning & manusstopp

Nr 2 – 2022

Manusstopp: 30 okt

Utgivning: 9 dec

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: 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 070-287 60 77 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

Ordförande har ordet...

Hej alla medlemmar i Reumatikerdistriktet Östergötland!

Nu har vi den vackraste årstiden framför oss (i mitt tycke, vet att det finns de som gillar andra årstider bättre). Men de flesta av oss mår bättre under den varma årstiden och har det lite lättare då! Spelar just "Den blomstertid nu kommer" på radion, examenslåt för de flesta av oss.

Det börjar hända saker inte bara i naturen utan också gällande aktiviteter av olika sorter. Distriktet arbetar mot regionen, föreningarna mot kommunerna och förbundet mot riksdagspolitikerna. Distriktets intressepolitiska grupp, har nu träffat regionpolitiker för uppföljning av höstens politikerutfrågning. Läs mera om detta i denna tidning.

En tidning från Mediaplanet, "Skelett- och Ledhälsa", som kom inför internationella barnreumatikerdagen. Rekommenderas också, den kan rekvireras från cajsa.holm@mediaplanet.com. Många bra artiklar om forskning och nya behandlingsalternativ.



Ordförande Karin Eriksson

Det går att söka medel från Barnreumatikerfonden, till träning och hjälpmedel för barn med reumatisk sjukdom.

Var rädda om er!

Karin Eriksson

Gällande anmälan till distriktets aktiviteter.

Anmälan görs till kansliet. Kan kanslisten inte ta samtalet, lämna ett meddelande på telefonsvararen. 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

Må Bra dagar Högby

4-5 oktober

Högby Spa mellan Motala och Borensberg

Vi börjar med lunch kl.12.00 den 4:e och slutar med lunch kl.13.00 den 5:e. 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 varmvattenbassänger 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 4 september. Kostnad 500 kr, Enkelrumstillägg 400 kr. Glöm ej anmäla ev specialkost. Anmälan till 013-12 68 55 eller reumatikerdistriktetostergotland@fontanen.org

Höstmöte

Tema reumatiska sjukdomar

1 oktober kl. 09.30-15.30 Vagnhallen, Linköping.

Program
09.30 Samling avprickning kaffe/te och smörgås.
10.00 Föreläsning.
12.00 -13.00 Lunch.
13.00 Föreläsning.
13.45 Frågestund.
14.00 Underhållning.
15.00 Kaffe/te och kaka, utvärdering.
15.30 Avslutning.

Anmälan senast den 15 september till reumatikerdistriktetostergotland@fontanen.org eller 013-12 68 55. Glöm ej att anmäla ev allergi. Kostnad 150 kr, betalas till bg 5458-1236. Det går att vara med en del av dagen för 50 kr. Man kan också delta digitalt, inloggningsuppgifter erhålles efter anmälan. Välkomna till en spännande och lärorik dag!

För mer information läs på vår hemsida eller kontakta kansliet under hösten



Uppföljning av politikerträffen 9 oktober 2021

Under mars månad träffade vi, intressepolitiska gruppen, representanter för Socialdemokraterna: Torbjörn Holmqvist och Jenny Melander, Moderaterna: Fredrik Sjöstrand, Liberalerna: Monika Broman, Miljöpartiet: Catarina Engström och Centerpartiet: Kerstin Sjöberg och Christian Widlund. Vi träffade varje parti för sig. Vi tog upp frågor som träning i varmvattenbassäng, fotvård och utbildning av läkare.

Träning i varmvattenbassäng

Här upplever vi att politikerna har lyssnat på vår oro och snabbt arbetat fram ett förslag på lösning. Detta görs för att det ska bli rättvist mellan föreningarna och regionen har fått kritik för illojal konkurrens. Beslut ska tas i april. Det kommer då att bli ett föreningsbidrag på en miljon kr som kommer att fördelas inom patientorganisationerna. Samtal förs nu mellan politiker och Funktionsrätt Östergötland om fördelning. Pengarna ska kunna användas till alla former av träning. Bassängerna som finns nu inom regionen kommer att hyras ut till föreningarna. Men vi kan också använda pengarna till att hyra av privata företag.

Fotvård

Samtliga partier var överens om att det finns ett stort behov av medicinsk fotvård men det är stor brist på utbildad personal. Medlemmar har blivit nekade medicinsk fotvård då de inte är diabetiker. Detta är fel, störst behov ska gälla. Tyvärr kommer inte resurserna att räcka till alla som behöver, men vi arbetar vidare med frågan och upplever att vi har politikerna bakom oss. Observera att detta gäller den som har stora problem med fötterna, att problem i händerna gör att det är svårt att själv sköta fotvården, räcker inte som anledning.

Utbildning

Vi har framfört önskemål om ökad praktik på Reumatologen för läkare under utbildning, då medlemmar upplever att det ofta saknas kunskap om reumatiska sjukdomar på vårdcentralerna. Bristen på läkare gör att Reumatologkliniken har svårigheter att ta emot tillräckligt många. Vi framförde också önskemål om att införa reumatologutbildade konsulter som kan komma ut till vårdcentralerna för att utbilda. Detta fanns tidigare men drogs in då specialistläkarna inte räckte till. Det planeras en träff mellan utbildningsansvariga och Reumatologkliniken. Distriktet kommer också att ta upp frågan i ett planerat möte med kliniken.

Klimatvård

Vi lyfte frågan igen om behovet av klimatvård och tryckte extra på våra medlemmars behov av rehabilitering. Politikerna fick också ta del av den forskning som nu kommit.

Lästips

Överlista smärtan av Carin Hjulström och Karsten Ahlbäck.

Intressepolitiska gruppen

Fråga från intressepolitiska gruppen.

Medlemmar som har fått diagnosen fibromyalgi, hur blir ni behandlade och får ni någon rehabilitering? Svaren blir sedan underlag för möte med blivande primärvårdschefen Johan Norlin till hösten. Svara till reumatikerdistriktet.ostergotland@fontanen.org eller tel 013-12 68 55.

Hemsida: norrkoping.reumatiker.se

Facebook och Instagram: [@reumatikerforeningennorrkoping](https://www.facebook.com/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: Vakant		
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

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

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.

Medlem i annan reumatikerförening betalar 100 kr extra/termin, alternativt kan man bli medlem i ytterligare en förening och betalar då 98 kr extra/år. För mer information kontakta kansliet.

Vrinnevi: bassängträning: måndag, fredag och söndag

Thapperska: styrketräning, gymnastik, sittgymnastik, cirkelträning m.m.

Policy: Man kan bara gå på ett pass/vecka i vattenträningen.

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.

OBS! I skrivande stund har vi ingen korrekt information om höstens bassängtider, men hoppas att vi får behålla de vi har haft under vårterminen. Vi har heller ingen korrekt information om friskvården som bedrivs på Thapperska. Vid frågor kontakta kansliet.

Information

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.

Programinformation

Sommarens- och höstens program är under planering, se information nedan.



För mer information hänvisar vi till föreningens kansli, hemsida, sociala medier och föreningens månadsannonser, 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* parfymer eller andra starka dofter.

Anmälningar

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

Annonsering

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

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.

Kurser/studier

Se månadsannonser och hemsida, först till kvarn gäller.

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

Rabatter

Är du medlem i Reumatikerföreningen Norrköping finns följande:

ABC Hälsokost, Vilbergen ger 5 % rabatt.

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 eventuell behandling mot torra ögon).

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.

Sommaravslutning/fest

16 juni torsdag kl. 17.30–20.30
Thapperska

100 kr/medlem och 150 kr/gäst
Anmälan senast den 9 juni

Träff för nya medlemmar

16 augusti torsdag kl. 17.00
Thapperska

Kostnadsfritt
Anmälan senast den 9 augusti

Kansliet håller semesterstängt

Under veckorna 26–30

Fika med kanslisten

Torsdagar, udda veckor kl. 13.30–15.30
Thapperska

20 kr, börjar vecka 37, 15 september.
Anmälan till kansliet tisdagen i samma vecka, meddela även om du har behov av specialkost.



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

Facebook: @reumatikerforeningenmjolbyskanninge

Adress: Folkungagatan 30 b, 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

Badledare
Annelie Hultner 070-638 46 49

Badledare
Marianne Andersson 073-310 11 56

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.

Reumatikerförbundets guldnål

Två guldnålar från Reumatikerförbundet har delades ut till Leif Andersson och Marianne Andersson som varit aktiva i vår styrelse i 20 år. Ett stort tack för ert stora engagemang i vår förening!



Övrig information

Annonsering om höstens 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://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:	Anneli Tindå	073-961 15 93	himmel.hav@hotmail.com
Vice ordför.:	Anette Blick	073-649 55 19	anette.blick@gmail.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

Kom och träna styrka, kondition och balans på Fontänen

I samarbete med Linköpings Parasport.
Träna i grupp på din nivå och efter
egna förutsättningar.

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



Aktiviteter

Tranås med besök på Gammelbyn Hultet, Nääs Bryggeri och Brostorps Ostkaka

31 augusti

08:30 Avresa från Fjärrbussterminalen i Linköping.

Vi åker söderut och dricker kaffe med smörgås i Gammelbyn Hultet innan guidning av en resa tillbaka i tiden. Lunch serveras på Norraby krog innan vi fortsätter till Nääs Bryggeri och Gårdsbutik. Efter en presentation av bryggeriet blir det ölprovning med fyra sorters öl.

Sista besöket går till Brostorps Gård för att smaka på den goda ostkakan med kaffe.

Tillbaka i Linköping ca 19:00

Pris för medlem 400kr och icke medlem 690kr i mån av plats.

Bussresa, förmiddagskaffe med smörgås, guidning Hultet, lunch, ölprovning, ostkaka med kaffe.

Sista anmälan 22 augusti till kansliet 013-13 21 75
Anmälan är bindande, vilket betyder att du måste betala även om du uteblir.

OBS! GLÖM EJ MEDDELA EV: ALLERGIER.

Medlemsmöte Oscar Starräng från Hammarlyck Rehab

12 oktober kl.18.00–20.00

Vagnhallen/Fontänen

Informerar om olika hjälpmedel för en enklare vardag.

Anmälan senast 4 oktober till kansliet

Medlemmar 20kr, icke medlem 40kr.

Vi serverar kaffe/te och smörgås.

OBS! GLÖM EJ MEDDELA EV: ALLERGIER.

Julfest

7 december kl.18.00–20.00

Vagnhallen/Fontänen

Underhållning av Frazzes Band.

Vi kommer servera jultallrik, lättöl/mineralvatten, glögg och pepparkaka.

Lotterier. Pris för medlem 200kr

Bindande anmälan senast 26 november, vilket betyder att du måste betala även om du uteblir.

OBS! GLÖM EJ MEDDELA EV: ALLERGIER.

**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

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

Hemsida: <https://mv.reumatiker.se>
 Facebook: @reumatikerforeningenmotalavadstena
 E-post: reumatikerf.m-v@telia.com
 Adress: Skolgatan 9, 591 30 Motala
 Telefon: Tidigare telefonnummer har upphört. Kontakta styrelsen v.b.
 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. 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
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	

Fonder

För att kunna söka fondmedel för rehabiliteringsresor på minst två veckor måste man ha varit medlem i tre år i Reumatikerförbundet och ha en reumatisk diagnos. Vår förening har två fonder, Nanny Sjögren-Petterssons och Berit Bloms fond.

Ansökningshandlingar och statuter för dessa kan rekvireras från fondstyrelsen, kontakta kassör Michael Bentzer i första hand.

Cirklar

Tisdagar: Promenadgrupp kl 10.00–12.00
 SivPettersson, 070-946 42 23

Onsdagar: Handarbetsgrupp kl 10.00–12.00
 Siv Petersson, 070-946 42 23

Föreningen bjuder på kaffe och kaka vid cirklarna, deltagande gratis.

Träning i varmvattenbassäng

I nuläget (april) är beskedet från Rehab Väst på LiM att bassängen ska vara stängd under vårterminen och öppna till hösten. Vi får avvakta pandemins utveckling under sommaren.

Aktiviteter

Möten och resor

Anmäl alltid födoämnesallergi! Ingen stark parfym. Om pandemin pågår gäller att du är vaccinerad för att delta på möten och resor! Föreningen tar emot Swish och kontanter.
 Bussresa 1 juni till Söderköping med omnejd – genomförd.

Upptaktsmöte

27 augusti kl 13.00

Vättersol i Varamon (Vindarnas väg 1)

Musikquiz med Jalle Swanö. Frågesport med musik från 50-talet och senare. Lotterier.

Vi serverar en kall lunchtallrik, lättöl, mineralvatten, kaffe och kaka. Kostnad 100:-.
 Anmälan till Gunilla Ågren på telefon 076-074 96 96 senast den 18 augusti.
 Anmäl födoämnesallergi.

Modevisning av Senior shop

13 oktober kl 18.00

Café 59:an (Nedre Kaptensg. 7)

Katrin Merzbach från Vadstena besöker oss. Föreningens egna mannekänger visar senaste höstmodet.

Kaffe, smörgås och kaka, inträde 50:-.
 Anmälan till Maritha Hagsten på telefon 073-675 67 92 senast den 5 oktober.
 Anmäl födoämnesallergi.

Adventsresa med julbord i Olshammar

1:a advent, 27 november

Avresa med buss från Café 59:an kl 12.00. Kostnad 300:-. Ett kort stopp på hemvägen på Stjernsunds slottsbutik.
 Anmälan till Michael Bentzer 070-661 31 22, efter den 1 oktober och senast den 17 november.



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

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

Telefon: 070-236 85 32 (ordf.)

E-post: gun.lasse@live.se (ordf.)

Bankgiro: 5915-7297

Org. nr. 82 50 03-7259

Styrelsen

Ordförande: Gun Johansson 070-236 85 32 gun.lasse@live.se

Vice ordf. : Lars-Erik Johansson 070-525 96 02 gun.lasse@live.se

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

Ledamöter: Birgitta Strömberg 076-174 25 96
 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

Träning i varmvattenbassäng på Medley, Finspång, För anmälan och information, måndagar kl 17.30. Lediga platser finns till hösten. 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: 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

Friskvård

Våra ordinarie träningsgrupper har äntligen startat i våra nygamla lokaler. Träning i varmvattenbassäng i samarbete med förening i Gusum pågår.

Det finns plats för fler grupper, kontakta Monica Berg.

Aktiviteter

Utflykt

28 juni

Besöker vi Kärlekens trädgård i Gryt, därefter gemensam lunch på Fyrudden.

(Aktiviteten inställes vid ruskväder).

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

Slutet augusti

Besök på Skärgårdsmuseét i S:Anna.

September

Tipspromenad med lunch i Kårtorp.

Oktober

Teaterbesök enligt Valdemarsviks teaterförenings program.

R-Östergötland

November

Medlemsmöte på Bakfickan.

December

Julbord.

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

