



VARJE DAG MOT SMÄRTA

**Reumatiker
förbundet**

Bassängträning under helgläger med arbetsgruppen Mitt-i-livet

Tillsammans går det lättare

Som medlem i Reumatikerförbundet blir du del av en gemenskap där du får stöd av andra som vet hur det är att leva med en reumatisk sjukdom. Andra som du kan känna igen dig i, lära dig av och utvecklas tillsammans med.

Och genom att vara med bidrar du till att vi blir fler och starkare och därmed kan påverka mer för att förverkliga vår vision: ett bra liv för alla reumatiker och lösningen på reumatismens gåta.



Ett aktivt föreningsliv

Våra föreningar ordnar mängder av aktiviteter som främjar hälsan, till exempel träning i varmvattenbassäng, stavgångspromenader, dans och yoga.

Föreningarna ordnar också utflykter, föreläsningar, studiecirklar och mycket mer för både kropp och själ. Du väljer själv hur mycket du vill engagera dig, men din förening finns alltid där för dig!

Kontakta din lokala förening!

Även om du får ut mycket av ditt medlemskap i form av förmåner, rabatter och en av Sveriges bästa medlemstidningar så är det i din lokala förening som den största medlemsnyttan finns.

Här träffar du andra som vet hur det är och kan dela med sig personligen av sina erfarenheter och goda råd. Här kan du vara med och träna, dansa, gå på kurs och föredrag och skaffa nya vänner.

Du hittar alla föreningar på vår hemsida: reumatiker.se!



Kunskap som lyfter

Ju mer du vet om din sjukdom desto större möjlighet har du att förbättra ditt dagliga liv med den. En stor del av Reumatikerförbundets arbete handlar om att förse dig med kunskap som stärker motivationen och ger dig kraft!

På vår hemsida hittar du träningstips, råd för att få bästa möjliga vård och råd för att bevaka dina rättigheter som patient.

Där finns också kurser och webbföreläsningar om motivation och hälsa och mycket mer. Du får dessutom ett digitalt medlemsbrev varje månad med aktuella nyheter från förbundet.

Unika medlemsförmåner

Tack vare olika samarbeten kan du som medlem få bra rabatter på flera produkter och tjänster, från hotellbesök till träningskläder. Genom vårt samarbete med Reumashop så får du rabatt på produkter speciellt framtagna för reumatiker.

I medlemsavgiften ingår även en prenumeration på Reumatikervärlden, vår medlemstidning som ges ut 6 gånger om året och är fylld med reportage om de senaste forskningsresultaten och framsteg inom vård och behandling.



Vi påverkar samhället

Reumatikerförbundet påverkar politiker och andra beslutsfattare på alla nivåer i samhället. Genom att lyfta fakta, förklara konsekvenser och föra fram våra medlemmars erfarenheter driver vi frågor som gör skillnad för människor som lever med reumatiska sjukdomar.

- **Jämlik rehabilitering**

Det ska vara lika möjligt oavsett var du bor att få den rehabilitering du behöver.

- **Inkluderande arbetsliv**

Det behövs ett mer flexibelt socialförsäkringssystem. Arbetsgivaren måste veta att det finns ett skyddsnät när någon är sjukskriven och den sjuke måste veta att den kan klara sig vid sjukdomsskov.

- **Forskning i samverkan**

Vi verkar för att det satsas mer på klinisk forskning med tydlig patientnytta, för att ny kunskap och nya behandlingsmetoder snabbare ska komma människor till godo. Att reumatisk sjukdom drabbar fler kvinnor än män borde också synas i forskningen.

- **Hälso- och sjukvård för hela människan**

Vi verkar för att vården ska vara mer jämlik och personcentrerad och bygga på ett partnerskap där patienten och närstående är delaktiga i vårdprocessen. De patienter som behöver det ska erbjudas en koordinator, som samordnar all vård som patienten behöver.

Vi stödjer forskningen

Reumatikerförbundet stödjer forskning om reumatiska sjukdomar, artros och långvarig generaliserad smärta på flera olika sätt.

Vi finansierar forskning som syftar till att förebygga, minska sjukligheten, samt förbättra livskvaliteten för personer som lever med reumatisk sjukdom.

Tack vare vårt insamlingsarbete är vi en av Sveriges största enskilda bidragsgivare till reumatologisk forskning.

Vi samarbetar med forskare för att säkerställa att patienternas erfarenheter tas till vara i forskningen. En viktig del av detta arbete sker genom våra forskningspartners, personer som själva lever med reumatisk sjukdom och förser forskarna med ett patientperspektiv. Vi är länken mellan forskare, patienter och allmänhet.

Genom att sprida kunskap om aktuell forskning bidrar vi till att öka förståelsen för reumatiska sjukdomar och stärka intresset för den forskning som pågår.



Forskare på Centrum för Reumatologi i Stockholm



AI-genererad bild använd i annonser för att sprida kunskap om problemet.

Bättre förpackningar med Easy to Use

I snart 20 år har vi jobbat med att lösa problemet med svåröppnade förpackningar som är ett stort problem för alla med nedsatt handstyrka.

Förutom debattartiklar och undersökningar erbjuder vi också företag hjälp att göra rätt från början genom att låta människor med nedsatt handfunktion avgöra om förpackningar är lätta att öppna eller inte.

Våra tester och certifiering kallar vi Easy to use. Förpackningar och produkter som klarar testerna får märkas med vår Easy to use symbol om företagen väljer det.

Riksföreningar, grupper och distrikt

Förutom medlemskap i en lokal förening så kan du även bli medlem i en förening som riktar sig till dig med intresse för en speciell diagnos, såsom SLE, systemisk skleros och myosit.

För alla under 30 finns dessutom Unga Reumatiker och för de som befinner sig mitt i livet finns nätverket Mitt-i-livet.

Vissa distrikt, Stockholm, Gotland och Göteborg, bedriver föreningsverksamhet med bland annat träningsgrupper och föreläsningar.



Stavgång med reumatikerföreningen Stockholm

Har du frågor om reumatiska sjukdomar? Ring Reuma Direkt!

Reumatikerförbundet har en egen frågelinje som du kan ringa till. Du får utan kostnad prata direkt med kompetent och engagerad vårdpersonal.

Frågelinjen bemannas av erfaren sjukvårdspersonal som har tystnadsplikt.



Om Reumatikerförbundet

Vi är Sveriges största patientorganisation med cirka 40 000 medlemmar i aktiva föreningar runt hela landet. Tillsammans samlar och sprider vi kunskap, driver viktiga frågor för reumatiker, stöttar och inspirerar våra medlemmar och andra reumatiker och stödjer reumatologisk forskning.

Vill du också se ett bra liv för alla för alla reumatiker och lösningen på reumatismens gåta bli verklighet? Bli då medlem idag! Det kostar bara 21 kr i månaden eller 250 kr per år, beroende på hur du betalar.

Kontakta oss för att bli medlem!

Hemsida: reumatiker.se

E-post: info@reumatiker.se

Telefon: 08 505 805 00

