



Gott Nytt År 2026

Vi hoppas att ni alla har haft en fin och avkopplande jul och nyårshelg.

Nu ser vi fram emot ett nytt år med många aktiviteter och fina möten med er. 2025 har varit ett mycket aktivt och händelserikt år för föreningen.

Vi har bland annat under 2025 fortsatt kämpa för och fortsätter kämpa 2026 för att Region Värmland ska inse att det ska finnas rehabiliteringsbassänger för värmlänningarna som är i behov av det.

Vi har haft rehabiliteringsbad på Sundsta badhus 3 tillfällen i veckan under våren och hösten.

Vi har deltagit i Våruset, Grillat i Mariebergsskogen, haft parafinbad med hand och fotgympa, Råkfrossa, Spa-dag på Selma spa, Föreläsning om Artros och Hjärntrötthet, tränat på träningstorget på CSK, cirkel om hjärntrötthet, julfest.

Under 2026 kommer vi att fokusera på frågor om rehabilitering och habilitering samt att stärka samverkan med andra föreningar.

Hoppas vi ses på årsmötet den 19 febr. Kom och gör din röst hörd. Har ni några idéer eller frågor hör av er till oss.

Tack för alla fina möten och samtal under det gångna året. Var rädda om er.

Med Vänlig Hälsning ordförande Vidar Sandell

Kallelse till årsmöte 2026

Årsmötet är daterat till 18 februari 2026.

Plats: Villmer Funktionsrätt Karlstads lokaler. Norra Kyrkogatan 4 Karlstad tid: kl. 18.00

Önskar du delta på årsmötet, ring föreningen på 054-217474 senast onsdag 11 februari 2026.

Årsmöteshandlingarna kommer vara tillgängliga på kansliet från 9 februari i Norra kyrkogata 4

Motioner ska vara oss till handa senast den 29 januari.

Viktigt att just DU är med och röstar för föreningens framtid

Vi bjuder på fika.

Välkommen att delta i årsmötet

Styrelsen



[kallelse årsmöte 2026.pdf](#)



[reumatikerförbundet stadgar 2025.pdf](#)



Rehabiliteringsbad på Sundstabadet Våren 2026.

Samverkan mellan Reumatikerföreningen Karlstad och Bröstcancerföreningen Värmland samt Funktionsrätt Värmland/Karlstads föreningar. V.3 till V.13 (10 veckor) Sportlovet V.9 stängt för oss.

onsdag 14/1 - 25/3 tid: 14.15 - 15.15

torsdag 15/1 - 26/3 tid: 20.15 - 21.15

fredag 16/1 - 27/3 tid: 14.45 - 15.45

Anmälan BÖRJAR den 7 och 8 januari

kl.11.00 - 13.00

(endast telefon gäller)

Telefon: 054 – 217474

Egen kostnad: Tio kort på badhuset för inträde.
Avgift till Reumatikerföreningen för terminen är 400 kr.

Betalas efter anmälan.

Plusgiro: 83 12 18 – 3 eller

Swish: 123 5244 744

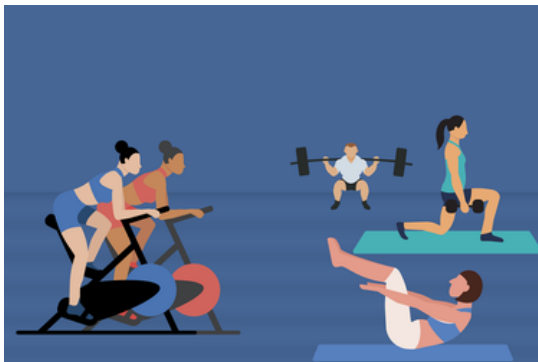
Bindande anmälan!

Bad i Deje

Våra medlemmar har i mån av plats möjlighet att delta i Bröstcancerföreningens rehabbad i Deje som startar den 20 januari. anmälan till Marie på tel. 073-9896639

Träningsorget CSK

Vi erbjuder 10 gånger träning på träningsorget på CSK tisdagar mellan kl.17.00-18:00. Start den 13 januari. Viktigt att du har ett eget träningsprogram som du kan följa. Vecka 9 sporlovet ingen träning **Anmälan 7 januari kl.11.00 till 13.00 på telefon 0703843061** till



Karin Berggren. Egenkostnad 300 kr. Betalas vid anmälan. Ledare: Karin Berggren.

Välkommen till Må Bra Dagar Våren

Vi startar upp onsdag den 26-01-14. Tid.13.15 – 15.00 plats Norra Kyrkogatan 4. Vi möts varje vecka för Paraffinbad, hand och fotgympa. Vatten och frukt serveras vid varje tillfälle till en kostnad av 40 kr.

Ingen må bra dag vecka 9 (sportlovet)

Sista tillfället för terminen är 20 maj, Betalas via Plusgirot: 83 12 18 – 3 eller-Swish: 123 5244 744

Välkomen



Medlemsaktiviteter



Ljusterapi i kustmiljö.

Kusten på Hammarö erbjuder 12 platser med ljusterapi på måndag den 26 januari kl.11.30 till 12.30 till en kostnad av 100 kr. per person. Ni betalar på plats. Anmälan till kansliet senast 21 januari mellan kl.11:00 -13:00 tlf 054 - 217474.

Vi träffas på plats tidigast kl.11.15 Besöksadress: Sikvägen 1, 663 40 Hammarö

[Länk till Kusten på Hammarö](#)



Lunchtrav våren 2026

Välkommen att anmäla dig!

Datum för lunchtraven

*tisdag 3 mars sista anmälan den 18 februar

*måndag 13 april sista anmälan den 8 april.

Vi träffas kl.11.30 uppe på restaurangen. Loppen startar 12.20

Fri entré, Fri drive in vid restaurangen och gratis program.

Kostnad: Självkostnad

Anmäl er till kansliet onsdagar kl. 11.00-13.00 tlf: 054-217474.

Margareth Hildén är ledare för träffarna.

Välkomna!

VÅR
RUSET

Våruset 27 maj 2026

Föreningen deltar med en grupp på 5 i våruset den 27 maj i Karlstad. Vi önskar tjeierna lycka till som våra ambassadörer i lopet.

Gör dig redo för en härlig kväll i rörelsens tecken!

Vi utlovar en riktigt trevlig kväll med härlig stämning, fin gemenskap och rörelseglädje. Anmälan den 21 januari till Kansliet tlf: 054-217474

[Våruset mer info](#)

Info

Gulli Olsson Solbergafonden

Gulli Olsson Solbergafonds ändamål är att ge bidrag till medlemmars rehabilitering och till hjälpmedel. Ansökan till Gulli Olsson Solbergafond skall vara inlämnad senast 1 mars 2026.

Du som sökte 2024 eller tidigare har möjlighet att söka igen. Du måste ha varit medlem i Reumatikerföreningen Karlstad i minst 1 år.

Ansökningsblanketter finns på Reumatikerföreningens kansli eller på hemsidan

[Gulli Olsson Solbergafonden](#)

Kommande aktiviteter i april/maj

- Cirkler om Hjärntrötthet
- Caféträff under planering för april
- Friskvårdsdag för seniorer på Skutberget 19 maj
- Grillning i Mariebergsskogen våravslutning maj

Viktig information:

1. Kom doftfria till våra arrangemang många är allergiska.
2. Anmälan är bindande till våra arrangemang.
3. Betalning sker via Plusgirot eller via Swish.

Plusgirot.nr: 83 12 18 - 3

Swish.nr: 123 5244 744

Kansliet öppet varje onsdag kl.11.00 - 14.00 Telefontid: 11-13:00



Stötta vår Reumatikerförening

- Mängder av vinstchanser varje vecka!
- Lotter hem direkt i brevlådan, utan kostnad eller välj digital lott
- Allt överskott går till Reumatikerföreningen Karlstad
- Du kan även gå med i Joyna - ett nytt spel

Åldersgräns 18 år. stodlinjen.se

[Vår butik på Folkspel](#)

Reumatikerföreningen

Karlstad

Norra Kyrkogatan 4
652 24 Karlstad

Webbplats: karlstad.reumatiker.se

Telefon: 054-217474

E-post: karlstad@reumatiker.se



[Avregistrera](#) | [Så behandlar vi personuppgifter](#)