



Kära medlemmar!

Våren är på gång och mycket kommer hända inom vårt förbund på olika nivåer. Reumatikerförbundet firar sitt 80 års jubileum och de har sin förbundsstämma i maj. Det kommer att komma olika aktiviteter, inom förbundet, föreningen och via Reumatikerdistriktet Värmland. Vårt fokus i föreningen blir medlemsträffar, medlemsvärningar, studieciklar och en föreläsning under jubilumsåret. Våra friskvårdsgrupper som badet och träningen på CSK går mot sitt slut för denna terminen. Information från vårt årsmöte och reumatikerdistriktets årsmöte ligger på vår hemsida. Har ni några tankar och idéer, hör gärna av er.

Jag önskar er alla medlemmar en fantastisk vår.

Ordförande: Vidar Sandell

[Reumatikerförbundets historia 1945-2025](#)

Kommande aktiviteter från april till juni.

Må bra dagar

onsdagarkl: 13.15 – 14.30 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 16 april och 30 april.

Sista tillfället för terminen är 21 maj 2025

Cirkel Hjärntrötthet

Startdatum: 15 april Tid: 18.00 – 20.30 Plats: Norra Kyrkogatan 4, Karlstad. 6 tillfällen.

Anmälan till: Vidar Sandell 072-996 06 87. Ingen deltagaravgift

Våruset

Föreningen deltar med en grupp på vårruset den 19 maj i Karlstad. Vi önskar flickorna lycka till som våra ambassadörer i loppet.

Friskvårddag för seniorer

Är du en senior som skulle uppskatta en dag fylld av aktiviteter, underhållning och gemenskap? Eller känner du kanske någon som det skulle intressera? Skriv upp den 20 maj i kalendern!

Grillning och tipspromenad Mariebergsskogen

Varmt välkommen till grillning och tipspromenad lördag den 31 maj kl.14.00. Vi hoppas på fint väder och ta med en vän. Det blir ett fint tillfälle att mötas i en vacker omgivning i Mariebergsskogen.



STUDIECIRKEL – LEVA MED HJÄRNTRÖTTHET

Reumatikerföreningen Karlstad och ABF Värmland bjuder in till en studiecirkel om hjärntrötthet. Studiecirkeln riktar sig både till personer som lever med hjärntrötthet och till deras anhöriga. Varje träff innehåller ett tema med diskussionsfrågor anpassade för båda grupperna och en avslutande reflektion. Vi använder oss av ett studiematerial som är baserat på Lisa Nybergs bok *Leva med hjärntrötthet: Forskning · Berättelser · Tips & Strategier*

Mer information om boken och om Lisa finns på www.lisanyberg.se

Startdatum: 15 april

Tid: 18.00 – 20.30

Plats: Norra Kyrkogatan 4, Karlstad

Sammankomster: 6

Ledare: Vidar Sandell

Ingen deltagaravgift

Anmälan till: Vidar Sandell 072-996 06 87

Då det saknas tillräcklig kunskap om hjärntrötthet bidrar det till att drabbade inte alltid möts av omgivningens förståelse eller får adekvat vård. Utöver att sprida kunskap om hjärntrötthet är syftet med studiecirkeln att inspirera deltagarna till egen reflektion samt inge hopp om att det går att må bättre. Trots allt.

Lisa Nyberg

KARLSTAD

[Nyberg Litteratur & Musik](#)

[Vår samarbetspartner ABF Värmland](#)



Vårruset 19 maj

Föreningen deltar med en grupp i vårruset den 19 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.



Friskvårdsdagen för seniorer på Skutberget 20 maj.

Är du en senior som skulle uppskatta en dag fylld av aktiviteter, underhållning och gemenskap? Eller känner du kanske någon som det skulle intressera? Skriv upp den 20 maj i kalendern!

Vård- och omsorgsförvaltningen bjuder in till en inspirerande friskvårdsdag för seniorer, fylld med aktiviteter, underhållning och gemenskap. Dagen äger rum vid Skutberget och syftar till att främja hälsa och välmående bland äldre.

Reumatikerförening deltar med information under dagen.

Program och annan information kommer under april.



Grillning och tipspromenad i Mariebergsskogen

Reumatikerförbundet firar 80 år och vi firar det med grillning och tipspromenad lördag den 31 maj kl.14.00. Vi hoppas på fint väder och ta gärna med en vän. Det blir ett fint tillfälle att mötas i en vacker omgivning i Mariebergsskogen.

Anmälan senast 14 maj till vårt kansli på telefontiden kl.11.00-13.00

Varmt välkomna! (vid regn träffas vi på N:a kyrkogatan 4.)

[Hemsida Mariebergsskogen](#)

Sommartrampet

Gå med föreningens stegtävling över sommaren! Notera dina steg från 1 juni - 31 augusti. Rappoortera dina sammanlagta steg till kansliet 1:a veckan i september. Under september kårar vi årets vinnare med en trisslott.

Anmäl dig till kansliet med namn och telefon till kansliet.

Njut av sommaren med många steg, för din egen skull tillsammans med föreningen.



Rapport från årsmöte.

Årsmötet blev genomfört med hjälp av Christina Warholin som satt ordförande och Marie Nordin kanslist på Reumatikerdistriktet Värmland som sekreterare.

Det blev behandlat 3 motioner.

- Ändringar i stadgar Gulli Olsson Solbergafonden
- Angående framtida ledamöter i distriktsstyrelsen
- Motion Familj och barnverksamheten i distriktet

Vi utdelade en förtjänstnål i guld till Christina Warholin och årsmötet utsåg Christina till hedersmedlem i föreningen.

Det var ett trevlig och fint årsmöte.

 [årsmötets protokoll 2025 signerad av 4.pdf](#)

[Läs mera här](#)



Rapport från Representantskapsmöte i Reumatikerdistriktet Värmland

Det var ca 40 personer som träffades för att delta vid årsmöte till Reumatikerdistriktet Värmland. Det var 11 lokala föreningar med 33 ombud som var röst berättigade. Tommy Olsson 1.vice ordförande från förbundet satt ordförande under förhandlingarna. Karlstad föreningen har nu 4 representanter som nu sitter i distriktets styrelse. Inga-Lill Röhr fick förnyat förtronde av en majoritet i årsmötet. Det blev också skrivit ett utlåtande om högkostnadsyddet från mötet. Alla handlingar som Verksamhetsberättelse, ekonomisk berättelse från 2024 blev godkänt. Styrelsen fick ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2024.

Verksamhetsplan 2025 och budget 2025 blev godkänt. Budget blev ökat med 100 000 kr för insatser under 80 års jubilet till Reumatikerförbundet. Våra motioner om Familj och barnverksamheten. Motionen om vakberedningen blev avslått.

Helena Jonsson från ABF Värmland berättade om de förändringar som nu pågår i ABF och om den verksamhet som de kan erbjuda hjälp till. Stefan Sjöqvist ombudsman Funktionsrätt Värmland berättade om verksamheten och uppmanade föreningarna till och vara aktiva inom de kommunala funktionrättsråden.

[Repskapsmöte Värmland](#)



Lotta Håkansson Reumatikerförbundets ordförande

Reumatikerförbundet Sennaste nytt

Högbkostnadsskyddet ökas från 1 juli

Trots upprop och protester höjer regeringen taket i högbkostnadsskyddet för läkemedel. Från och med den första juli höjs taket i högbkostnadsskyddet för läkemedel: från dagens 2 900 kronor till 3 800 kronor, vilket innebär att den enskilde kommer att få betala 900 kronor mer än i dag innan frikort ges.

Det tyder på en rejäl tondövhet från regeringens sida. Alla de argument vi framfört borde fått dem att åtminstone minska höjningen men just nu känns det som om hela remisstiden var ett spel för galleriet och inte helt ärligt menat, säger Lotta Håkansson.

Det behövs mer forskning om systemsjukdomar – likaså mer samverkan och fler forskningspartners. Därför gör Reumatikerförbundet nu en riktad satsning på området – med fokus på samverkan och juniora forskare.

länk till förbundet [Fokus på systemsjukdomar](#)

Forskningsrapporter 2024/2025

Ett bra liv för alla med reumatisk sjukdom och en lösning på reumatologins gåta. Så lyder Reumatikerförbundets vision. Vi har kommit en bra bit på vägen men vi är inte i mål.

I våra forskningsrapporter berättar forskarna själva om deras forskning och vad Reumatikerförbundets stöd betyder för dem. Dom följande sidorna beskriver den forskning som fått stöd från Reumatikerförbundet dom senaste åren.

Under Alla forskningsprojekt, så kan man ta del av populärvetenskapliga sammanfattningar av alla projekt som erhållit medel från Reumatikerförbundet.

[Forskningsrapporter 2024/2025](#)



Stöd forskningen med en gåva

Vi stöder forskning som syftar till att minska sjukligheten i reumatiska sjukdomar och som ökar livskvaliteten hos personer med reumatisk sjukdom. Förbundet stöder också forskning som syftar till att förebygga reumatisk sjukdom.

Det finns olika sätt att stödja Reumatikerförbundet, läs mer via länken.

[Ge en gåva till Reumatikerförbundet](#)



Mitt i Livet

Karriär, familjeliv, träning & hälsa

Vi vet vilka utmaningar det finns när man befinner sig mitt i livet. Nätverket Mitt i livet har vi startat för alla som vill vara med!

Framöver planerar vi att ordna samtalsgrupper, webinarier, inspiration och tips.

Ta del av våra föreläsningar/samtal och kom gärna med egna förslag till kommande verksamhet.

Vi vill vara här för dig! Vad behöver du?

[Läs mer här om gruppen Mitt i Livet](#)

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](#)