

REUMATIKERBLADET

Tidningen utgiven av Reumatikerföreningen Karlstad

Nr 1 2021

Innehåll:

Promenader

Grillning

Paraffinbad

Våruset

Rehabbadet

Stadsvandring

Årsmöte

Digital Cirkel Smärta

Artrosinformatörer

Tipspromenad

Gulli Olsson-Solbergafond

Digital kurs Anhörigstöd



Vår vision är ett bra liv för alla reumatiker och lösningen på reumatismens gåta

Ordförande har ordet

Vi har hållit i och vi har hållit ut, nu skall vi hålla ihop!

Vi har fått nytt hopp och kan börja planera höstens verksamheter. Vi försöker starta upp med de vanliga aktiviteterna och planera för nya träffar. Självklart skall vi anpassa oss efter rekommendationer och restriktioner men vi börjar se över hur vi skall umgås och må bra tillsammans igen.

Det har varit år med utmaningar vi inte kunde föreställa oss efter årsmöte 2020. I skrivande stund så planerar vi uppstart av badverksamheten och andra aktiviteter efter sommaren. Det vi nu satsar på är utomhusaktiviteter som promenader, grillning, stadsvandring och tipspromenader.

I samarbete med RTP Karlstad kommer vi att erbjuda kurser digitalt och även studiecirkel inom tema smärta och anhörigstöd. För denna verksamhet har vi erhållit kommunalt bidrag.

Låt oss bli en livaktig förening igen!

Årsmötes rapport

Vid årsmötet deltog 38 medlemmar via poströstning.

Årsmötet hade kallats i stadgeenlig tid och ordning.

Årsmötet föregicks genom poströstning och godkände att 7 ledamöter skulle ingå i styrelsen.

Styrelsens sammansättning efter konstituerande styrelsemöte:

Ordförande	Vidar Sandell omval 1 år
Vice ordförande	Birgitta Alenius kvarstår 1 år
Kassör	Pia Elfstedt nyval 2 år
Sekreterare	Margaretha Kindfur nyval 2 år
Övriga ledamöter	Kari Didriksen kvarstår 1 år Barbro Hansson omval 1 år Camilla Holmgren nyval 2 år
Revisorer	Tordis Torseth nyval 1 år Vibeke Torseth nyval 1 år
Valberedning	Helena Setterberg nyval 2 år

Vårruset 2021

Nu kommer våren närmare och närmare och då förstås även Vårruset. I år blir det lite annorlunda och Covid-19 säkert. Vecka 20 den 17 – 23 maj kommer Vårruset till stan.

Vi går, springer eller joggar. Du väljer själv.

Ring Reumatikerföreningen Karlstad och anmäl ditt intresse senast måndagen den 10 maj.

Kontakta Pia Elfstedt på telefon: 070-6513716 vid frågor.

Det blir två lag av 6 deltagare per grupp. Först till kvarn gäller.

Promenader i Mariebergsskogen

Torsdagar kl.11.00 går vi en promenad i anpassad hastighet. Några går direkt till en av 3 paviljonger som finns i området och andra går en kortare runda. Man kan även gå en längre runda före eller efter fikastunden ta med egen fika.

På grund av rådande pandemi har café och kiosk varit stängda men förhoppningsvis öppnar de igen. Vid kall väderlek tar ni med något varmt att sitta på.

Vi avslutar våra promenader inför sommaren den 17 juni och startar upp igen torsdag den 5 augusti kl.11.00

Vid frågor kan ni ringa Pia Elfstedt på telefon: 0706513716.

Grillning och tipspromenad i Mariebergsskogen

Vi träffas vid två tillfällen i Mariebergsskogen för tipspromenad och grillning.

Första tillfället blir torsdagen den 20 maj kl.13.00 och andra tillfället 17 juni kl.13.00

Anmälan till kansliet måndagen inför varje tillfälle.



Stadsvandringar

Välkommen att delta på stadsvandring vid två tillfällen nu i vår.

Bli känd med Karlstads historia med statyer och växter.

Vid första träffen samlas vi vid Nils Ferlin statyn på Stora Torget den 27 april kl.13.00.

Vi går en promenad och information om statyerna som vad som finns i närområdet av intresse.

Andra träffen samlas vi vid ingången till Stadsträdgården den 18 maj kl.13.00.

Vandringen där kommer att handla om växter och statyer.

Vandringarna kommer att pågå ca 1 timme. Var och en tar med sig fika.

Kurser och utbildning

Föreningen samverkar med personskadeförbundet RTP i Karlstad i ett projekt. Vi erbjuder dig att delta i en cirkel i Smärta och en i Anhörigstöd. Träffarna sker via Zoom som är ett digitalt verktyg för kommunikation. Ta kontakt med kansliet måndagar eller ring ordförande Vidar Sandell för mer information om projektet.

Gulli Olsson Solbergafond

Gulli Olsson Solbergafonds ändamål är att ge bidrag till medlemmars rehabilitering inklusive hjälpmedel. Ansökan till Gulli Olsson Solbergafond skall vara inlämnad senast 1 mars 2022.

Du som sökte 2019 eller tidigare har möjlighet att söka igen. Du måste varit medlem i Reumatikerföreningen Karlstad i minst 3 år. Ansökningsblanketter finns på Reumatikerföreningens kansli.

I år beviljades 3 ansökningar.

Badavgifter våren 2020

På grund av Covid-19 stängde CSK badet och ni fick bara delta i vattengymnastiken några få gånger. Vi hade hoppats att avgiften skulle bli ersättning för höstbadet, men det blev inte som ni vet möjligt att genomföra.

Vi kommer att betala tillbaka 320 kr och behöver ert bankkontonummer. Hör av er om uppgiften senast 31 maj per telefon, brev eller via e-post.

Tyvärr har vi ingen möjlighet att betala på annat sätt!

Rehabbadet 2021

Som medlem i någon av Karlstads handikappföreningar har du möjlighet att delta i det s.k Rehabbadet som vår förening administrerar. Vi hoppas kunde starta upp med badet till hösten. Vi samverkar med HSO Karlstad för att förbättra tillgängligheten vid Sundstabadet.

Må bra dag hösten 2021

Hand & Fotgympa och Paraffinbadet startar onsdagen den 25 augusti kl.13.00 i Mällrothsalen på Södra Kyrkogatan 11 vid kansliet. Gör anmälan via kansliet måndagen den 23 augusti. Vi får bli max 7 personer inklusive ledare. Avgift är 50 kr och betalas kontant eller med Swish.



Södra kyrkogatan 11

Meddela ny epost till registeransvarig i föreningen

Meddela snarast ändring i namn, adress, telefon, mobiltelefon och/eller e-postadress.

På e-post: karlstad@reumatiker.se eller på telefon: 054-217474 mellan klockan 10.00 – 12.30 måndagar.

Kansliet öppettider:

Just nu finns ingen möjlighet för personliga besök på kansliet.

Kontakten kan ske på telefon: 054-217474 måndagar mellan klockan 10.00-12.30 eller e-post: karlstad@reumatiker.se

Eller kontakta ordförande Vidar Sandell telefon: 072-9960687

Reumatikerföreningen Karlstad

Ansvarig utgivare:

Styrelsen

Reumatikerföreningen

Org. nr: 87 32 00-8845

Adress

Södra Kyrkogatan 11

652 24 Karlstad

Telefon

054-21 74 74

Telefontider

Måndagar 10.00 – 12.30

Öppettider

Ingen under pandemin.

Hemsida

www.karlstad.reumatiker.se

E-post

karlstad@reumatiker.se

Postgironummer

83 12 18-3

Swish

1235244744

I samarbete med ABF

Alla deltagaravgifter betalas in på pg 83 12 18-3

Före aktiviteten.

Avgiften är bindande.