

# REUMATIKERBLADET

Tidningen utgiven av Reumatikerförningen Karlstad

Nr 2 2022

## Innehåll:

Årsmöte 2023  
Paraffinbad  
Medlemsträffar  
Rehabbadet  
Spa dag  
Sångcirkel

Lunch trav  
Hand & Fotgympa  
Advents fest  
Gulli Olsson-Solbergafond  
Lions bar  
Reumatikerdagen



**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!*

Hoppas alla har haft en fin sommar.

Här kommer lite av hur våren har varit och vad vi planerar inför hösten.

Under våren så har haft olika aktiviteter, som Må Bra Dagar, Våruset, Frosts och Julins Backyard Barbecue. Det har varit trevligt att träffa våra medlemmar.

Vi är glada för att rehab badet kom igång, med bad på Sundsta under våren. Nu i höst blir det även Rehab bad på CSK.

Reumatikerdistriktet Värmland firar sitt 50 års jubileum den 1 oktober och vi är stolta över att vårt distrikt har drivit våra frågor genom alla år.

Vi kommer att anordna en Adventsfest i december.

Må bra dagarna startar upp igen i september.

För er som tycker om att sjunga, blir det en sång cirkel under hösten.

Hör gärna av dig om du tycker att en speciell aktivitet eller studiecirkel kan vara intressant. Vi behöver vara fler för att utveckla vår förening, träffas för att kunna diskutera vård och omsorg, tillsammans ventilera frågor och utbyta erfarenhet. Vi vill verkligen vara en vital förening och erbjuda såväl aktuell information som intressanta aktiviteter.

*Låt oss bli en livaktig förening igen!*

## Kallelse till Årsmöte 18 Februari 2023

Tid och plats återkommer vi med i reumatikerbladet nr.1.

Förslag på personer till valberedning

Skicka in motioner eller förslag till aktiviteter till föreningen.

## Gulli Olsson Solbergafond

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 2023.

Du som sökte 2020 eller tidigare har möjlighet att söka igen. Du måste ha varit medlem i Reumatikerföreningen Karlstad i minst 3 år. Ansökningsblanketter finns på Reumatikerföreningens kansli.

## Spa-dag Dömle Herrgård i oktober 2022.

Vi anordnar en SPA-dag på Dömle Herrgård den 20 Oktober. Vi börjar med lunch kl.11:30 och därefter så går vi till Spa avdelningen, där får vi vara fram till kl.15:00. Vi har bokat 20 platser och kostnaden är 200kr för medlem. Anmälan senast den 5 oktober till kansliet på telefon 054-21 74 74. Välkomna!

## Rehabbadet hösten 2022

OBS:

Alla tider är preliminära och kan komma justeras.

### **SUNDSTA badhus**

V.37 till V.49, 12 veckor

Höstlov V.44 = stängt för oss

**Tisdagar** från 13/9 - 6/12 Tid: 14.15 - 15.15

**Onsdagar** från 14/9 - 7/12 Tid: 18.00 - 18.45

### **CSK Rehabbadet**

V.38 till V.49

**Måndagar** från 19/9 - 5/12

Tid: 17.00 - 18.00 Tid: 18.00 - 19.00 Tid: 19.00 - 20.00

Kostnad för 1 termin är 300 kr.

Betalas efter anmälan, som endast sker via telefon. Bankgiro eller Swish.

**Anmälan BÖRJAR** (endast telefon gäller)

Telenr: 054 - 217474

Sundsta V.33:

Måndag 15/8 kl.10.00 - 14.00

CSK V.33:

Tisdag 16/8 kl. 10.00 - 14.00

Efter dessa datum, gäller vår nya telefontid som är:

Onsdagar kl.12.00 - 14.30

Vänligen!!

Respektera våra tider så badansvariga orkar fortsätta driva baden vidare!

## Må bra dag hösten 2022

Hand & Fotgympa och Paraffinbad startar onsdagen den 7 september kl.13.00 i Mällrothsalen på Södra Kyrkogatan 11.

Gör din anmälan via kansliet på telefontiden onsdagar mellan kl.12.00 -14.30.

Vi får bli max 15 personer inklusive ledare.

Avgift är 20 kr per tillfälle och skall betalas kontant eller med Swish. Dryck eller frukt kommer att finnas.

## Lions bar

Vi träffas på Lions Bar torsdagar den 29 september, 27 oktober och 24 november, kl.17:00.

Vi äter och dricker till självkostnadspris.

Ingen föransmälning behövs.

Välkomna!

## Lunch trav

Färjestads travet kör 2 lunch trav efter sommarledigheten.

Måndagen 5 september och tisdagen 22 november.

Anmälan till kansliet en vecka innan varje tillfälle

Entrén och restaurangen öppnar klockan 11.00. Det är fri entré, program och drive in.

Buffén börjar klockan 11.00 Travet startar 12.20

Välkomna!

## Medlemsträff

Vi bjuder in till ett medlemsmöte lördag den 24 september kl.14.00 med fika och

lotterier. Vi informerar om aktuella frågor i föreningen och information från

Reumatikerförbundet. Tar gärna emot frågeställningar från er medlemmar.

Plats: ABF Värmland Gräsdalen Karlstad.

Anmälan senast 14 september till kansliet på telefon 054-21 74 74.

## Adventsfest

Föreningen kommer att anordna en Adventsfest lördagen den 3 december kl.14.00 på ABF Värmland Gräsdalen. Vi kommer att ha underhållning och lotteri. Det serveras mat med dryck och kaffe,

Avgift för medlem 200kr

Anmäl specialkost om allergier

Sista anmälningsdag onsdag den 16 november till kansliet på telefon 054-21 74 74

Varmt välkomna!

## Reumatikerdagen 12 oktober 2022

Vi vill finnas ute på stan och informera om föreningen och Reumatikerförbundet. Den internationella reumatikerdagen uppmärksammas de olika reumatiska diagnoserna och forskningen. Vi hoppas någon av er medlemmar kan hjälpa oss under dagen. Ta kontakt med oss under kanslitiden, onsdagar från kl.12.00 till 14.30.

## Sångcirkel

Vi sjunger tillsammans.

Till dig som tycker om att sjunga och vill träffa likasinnade, erbjuder vi en studiecirkel, där vi sjunger tillsammans i en liten grupp. Vi fokuserar på sångglädje blandat med sångteknik och vi kommer även att gå igenom hur man kan sjunga till färdiga sångbakgrunder.

Vi träffas 3 gånger på ABF Värmland mellan 17:30 – 20:00.

Anmälan sker till: [helena.jonasson@abf.se](mailto:helena.jonasson@abf.se)

Datum: 8/9, 15/9, 22/9

Ledare: Lennart Hilden

## Badledarutbildning



Vi hoppas starta upp en badledar utbildning tillsammans med HSO-Karlstad och ABF i löpet av Hösten. Vi är i stort behov av nya badledare till våra rehabiliteringsbad. Vi uppmanar er medlemmar att hjälpa oss att hitta kandidater som kunde tänka sig bli ledare för vattengympan. Det blir en heldags utbildning och vi lägger den till en lördag. Vi återkommer med tid och plats när vi vet mera.

Ta kontakt med vårt kansli på onsdagar på telefontiden kl.12.00 - 14.30.

## 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](mailto:karlstad@reumatiker.se) eller på telefon: 054-217474



**Kansliets öppettider:** Just nu finns ingen möjlighet för personliga besök på kansliet. Du kan boka ett besök via telefon eller e-post vid behov. Kontakten kan ske på telefon: 054-217474 onsdagar mellan klockan 12.00-14.30 eller e-post:

[karlstad@reumatiker.se](mailto:karlstad@reumatiker.se)

Deltagaravgifter betalas in på pg 83 12 18-3 eller via Swish 1235244744 före aktiviteten.

**Reumatikerförbundet**

Org.nr 87 32 00-8845

**Adress**

Södra Kyrkogatan 11

652 24 Karlstad

**Telefon**

054 - 21 74 74

**Hemsida**

[www.reumatikerforbundet.se](http://www.reumatikerforbundet.se)

**E-post**

[karlstad@reumatiker.se](mailto:karlstad@reumatiker.se)

**Plusgiro**

83 12 18-3

**Swish**

1235244744

Vi samarbetar med ABF och HSO-Karlstad och Reumatikerdistriktet Värmland