

Reumatikerföreningen Bergslagen

MEDLEMSBLAD NR 1 • 2026 vår termin

ORDFÖRÄNDEN HAR ORDET

*”Vintern rasat ut bland våra fjällar,
drivans blommor smälta ned och dö.
Himlen ler i vårens ljusa kvällar,
solen kysser liv i skog och sjö.”*
— Herman Säterberg, 1838

Vintern har verkligen gjort entré med stormsteg. Jag trodde ärligt talat inte att vi skulle få någon riktig snö i år – men där fick jag fel. Samtidigt går vi nu mot ljusare tider, och med det också mot en ny vårtermin fylld av möjligheter.

Personligen har jag ett intensivt halvår framför mig. Jag studerar ytterligare en termin vid Karlstads universitet med målet att bli behörig yrkeslärare. Det är ett tufft men givande arbete, och parallellt ser jag fram emot ännu ett verksamhetsår tillsammans med er.

Vi i styrelsen ser fram emot en vår fylld av gemenskap, rörelse och meningsfulla möten. Vi är glada över att kunna fortsätta med flera uppskattade aktiviteter såsom varm bassängträning, paraffinbehandling och bokcirkel. Samtidigt vill vi gärna utveckla vår verksamhet vidare och undersöker därför intresset för nya aktiviteter under året.

Vår förening finns till för er medlemmar, och era idéer och önskemål är viktiga för oss. Hör gärna av er till styrelsen med tankar, förslag eller önskemål kring aktiviteter och träffar.

Vi vill också passa på att nämna att vi gärna välkomnar fler som vill engagera sig i föreningens styrelse eller arbete. Det finns många sätt att bidra på, stort som smått, och man behöver inte ha tidigare erfarenhet – intresse och vilja räcker långt. Är du nyfiken eller vill veta mer, hör gärna av dig till oss i styrelsen.

VÄRMT VÄLKOMNA TILL EN NY TERMIN TILLSAMMANS MED

REUMATIKERFÖRENINGEN BERGSLAGEN.

STYRELSEN



info R mera

Vårterminen 2026 – aktiviteter, årsmöte och gemenskap

I detta medlemsblad hittar du information om:

- Medlemsaktiviteter våren 2026
- Årsmöte 2026
- Medlemsträffar och föreläsningar
- Intresseanmälningar till nya aktiviteter

info R mera

Information från styrelsen

Spara detta, eftersom vårens program finns med.

- Besök gärna vår hemsida <https://bergslagen.reumatiker.se/> som uppdateras regelbundet.
- Kom ihåg skicka in om ni vill ha handlingar och medlemsinfo via mejl för att hålla ner kostnaderna och få informationen snabbare. Mejla till margareta.olsson@reumatiker.se
- Ditt medlemskort finns på hemsidan, logga in med bankid. Om du inte kan hämta det där, ring **Medlemsregistret 08-505 80 500**
- **Medlemsavgifter: Stödmedlem = familjemedlem 100 kr/år
Medlem = 250 kr/ år
OBS! Dessa ska vara betalda innan aktiviteterna påbörjas.**
- **Valberedning: VAKANT** vi behöver hjälp med ett viktigt arbete, styrelsen efterlyser personer med goda kontakter som kan tänka sig att få ihop en bra mångfaldig styrelse för Reumatikerna Bergslagen. Till årsmötet så har 4 valt att avstå sin plats för fortsatt arbete i styrelse vilket gör att vi behöver blir flera. Vill du och känner att detta är något som är av intresse så hör av dig till Ordförande Annika Ruisaho mobil: 0730-31 24 87

Kom ihåg att arbetet görs med glädje för att träffa varandra inom reumatikerna och göra roliga saker tillsammans. Utbildning för styrelsen kommer ske torsdagen den 23 april kl. 11:00 - 16:00

- **BANKGIRO Reumatikerna Bergslagen 359-2045 (för inbetalning av aktiviteter)**
 - **SWISH reumatikerföreningen Bergslagen 123 591 77 29 (viktigt att skriva namn plus aktivitet)**
-

info R mera

MEDLEMSAKTIVITETER – VÅREN 2026

Varm bassängträning – Lindesberg

Bassängträningen fortsätter under våren.

Start:

- Tisdag 13 januari kl. 17:00–17:45
- Onsdag 14 januari kl. 16:00–16:45
- Fredag 16 januari kl. 17:15–18:00

Plats: Lindesberg Lasarett

Kostnad: 200 kr/ termin (viktigt att komma ihåg, inge bad innan betalning skett, annars gäller ingen försäkring!)

Sommarbad

Kostnad: 100 kr per person
(Mer information kommer)



Handträning med paraffin

Kostnad: Klippkort = 10 gånger 300 kr, kortet är inte tidsbegränsade och inte personliga.

Nora: Start tisdag 20 januari

Tid: kl. 14:00

Plats: DHR lokalen

info R mera

Lindesberg: Start tisdag 13 januari

Tid: kl.10:00-12:00

Plats: ABF:s lokaler tills vidare



Bokcirkel

Nora: Start onsdag 14 januari

Tid: kl. 13:30

Plats: Slottspigorna



Intresseanmälan – nya aktiviteter

Vi undersöker intresset för följande aktiviteter eller om ni vill ha andra aktiviteter

- Stickcafé
- Pilates
- Medicinsk yoga

Skicka gärna in din intresseanmälan till styrelsen.

info R mera

MEDLEMSTRÄFF

INBJUDAN TILL ÅRSMÖTE 2026

Dag: Lördag den 21 februari 2026

Tid: Kl. 14:00

Plats: Tullbacken, Nora

Alla medlemmar hälsas varmt välkomna till Reumatikerföreningen Bergslagens årsmöte.

Vi behandlar sedvanliga årsmötesärenden.

Vi bjuder på fika.

Årsmöteshandlingar kommer finnas på plats för anmälda deltagare.

Anmälan till Margareta Olsson senast den 10 februari

Telefon: 070-567 81 15 10 eller margareta.olsson@rumatiker.se.

Anmäl om du har någon allergi.



Vi besöker Hammarby bygdegård under våren.

Vi får åter igen träffa Mikael Jonsson som kommer och berättar om hur det var att arbeta på KUMLAFÄNGELSET.

Det var många som missade förra gången han var hos oss. De som var med var mycket nöjda. Därför gör vi en repris.

När: Tisdag den 21 april klockan 14:00

Var: Hammarby bygdegård

Aktiviteten är kostnadsfri

Föreningen bjuder på fika så för vår planering vill vi att du anmäler dig **senast den 14 april till Anna Öquist 070 391 21 88.**

info R mera



Medlemsträffar i Nora träffas vi på Slottspigorna den 1: onsdagen i månaden,

första träffen blir då 4:e februari kl. 14:00

Alla medlemmar är så välkomna!

Vid önskemål utav medlemsträff annan ort inom Reumatikerna Bergslagen hör av er till

Annika Ruisaho mobil: 0730 31 24 87



Linde dagen

Onsdagen 27 maj kl. 14:00-20:00

Medlemsvärvning Linde dagen, Lindesberg

SOMMARTRÄFF FÖR MEDLEMMAR (NYA & GAMLA)

Lördagen den 30 maj kl. 12:00-17:00

Plats återkommer om det se hemsidan

Ta med så många ni känner gärna familjen etc och se vilka vi är och vad vi gör på olika platser.

info R mera



Stötta vår Reumatikerförening

- **Mängder av vinstchanser varje vecka på Bingolotto eller Sverigelotten**
- **Vi är med i Joyna - ett nytt lotteri - joyna du med!**
- **Lotter hem direkt i brevlådan, utan kostnad eller välj digital lott**
- **Allt överskott går till Reumatikerföreningen Bergslagen
Åldersgräns 18 år. stodlinjen.se**

Vår lottbutik på Folkspel =

<https://www.folkspel.se/foreningsbutik/?s=8dfb4642-0e23-ef11-844e-005056809ebc>

info R mera



Joyna du med!

**Miljonchans varje vecka samtidigt som du stöttar Reumatikerförningen
Bergslagen**

<https://www.folkspel.se/foreningsbutik/?s=8dfb4642-0e23-ef11-844e-005056809ebc>

info R mera

KONTAKT OCH INFORMATION

Mer information om aktiviteter, anmälningar och föreningens arbete hittar du på
vår hemsida:

www.bergslagen.reumatiker.se