



Ett nytt decennium har vidtagit – det 80:nde i vår förenings historia – med många aktiviteter på kommande. Jag hoppas att året 2020 skall bli ett gott år för oss alla personligen och för vår förening!

Höstmötet

Föreningens stadgeenliga höstmöte hölls den 21.11.2019. Ordförande Gunvor Brettschneider omvaldes för år 2020. De ordinarie styrelsemedlemmarna Katarina Beijar, Madeleine Blomqvist, Eija Bärlund-Toivonen, Ralf Pauli, Ursula Stenberg, Marie-Louise Tapper och Inger Östergård återvaldes. Av suppleanterna återvaldes Maya Saloranta, medan Ritva Saukonpää valdes till ny suppleant i stället för Rea Anner. Rea har lovat att också i fortsättningen hjälpa till med olika projekt.

På styrelsens konstituerande möte den 16.1 valdes Eija Bärlund-Toivonen till viceordförande i stället för Ralf Pauli som undanbett sig återval.

Ritva Saukonpää som fungerat som föreningens sekreterare i ett år, har meddelat att hon inte mera kan fortsätta p.g.a. sina heltidsstudier vid Helsingfors universitet. Hon kommer dock också i fortsättningen att ansvara för föreningens hemsida och medlemsregister.

Till ny sekreterare valdes Anu Korpinen som tillträder i början av februari 2020. Anu har varit verksamhetsledare i föreningen Rajaseutu yhdistys och går i pension från den anställningen i början av februari.

Ett varmt tack till avgående suppleant Rea för din insats för föreningen och ett varmt välkommen till de nya medarbetarna!

Anu Korpinen är anträffbar på föreningens mobil 050 421 2120 vardagar kl.10 - 16 eller per e-post [hsreuma\(at\)kolumbus.fi](mailto:hsreuma(at)kolumbus.fi). Du kan också skicka textmeddelande till ovannämnda tfn och be Anu ringa dig.

Höstmötet beslöt att höja medlemsavgiften med 5 euro till 20 euro. Medlemsavgiften har bibehållits oförändrad i många år men föreningen har numera svårt att få ekonomin att gå ihop. Kostnaderna har ökat, medan bidragen från staden och från olika samfund tyvärr har minskat. Inbetalningskort för medlemsavgiften bifogas. Den som inte betalat avgiften för år 2019 ombeds vänligen betala de 35 euro som finns angivna på inbetalningskortet. Medlem som inte betalat sin medlemsavgift på två år utskrivs enligt stadgarna ur föreningen.

Rehabiliteringsverksamhet under våren 2020

Vattengymnastiken i Kampens simhall i Helsingfors stads regi vidtog den 6.1 och den 7.1. Om du vill höra dig för om lediga platser, kan du kontakta idrottsinstruktör Mia Karvonen, tfn 09 3108717 eller [mia.karvonen\(at\)hel.fi](mailto:mia.karvonen(at)hel.fi)

Rehabiliteringsgymnastiken under fysioterapeut Michaela Wiléns ledning fortsätter som förut onsdagar kl. 11 - 12 i Tomas kyrkas gymnastiksal, Almvägen 6 b.

Avgiften för gymnastiken är 25 euro per termin och betalas före den 28.2 på föreningens konto: Helsingfors Svenska Reumaförening FI23 4055 5452 3118 43.

Om du är intresserad av att delta i gymnastiken kan du kontakta konditionsansvariga Marie-Louise Tapper, tfn 040 5151 861, e-post: [marielouise.tapper\(at\)gmail.com](mailto:marielouise.tapper(at)gmail.com)

Motionsdagar: Årets motionsdagar hålls på Backby gård (Kaisankoti) i Esbo onsdagen den 13.5 och tisdagen den 25.8. Anteckna dagarna redan nu i din kalender. Program, tidtabell och kostnader meddelas i nästa medlemsbrev som sänds i början av april efter vårmötet.

Medlemskvällar

Torsdagen den 20.2. kl. 18.00 samlas vi till vårens första medlemskväll på Reumaförbundet, St. Robertsgatan 20-22 A, V vån. Vi får höra vicehäradshövding Gita Klingenberg tala om "Testamente, intressebevakning och vårdvilja."

Måndagen den 16.3 kl. 18.00 kallas föreningens medlemmar till stadgeenligt vårmöte på Reumaförbundet, adress som ovan. Föredragningslistan nedan. Efter förhandlingarna talar provisor Bengt Mattila om "Reumamedicinern, bl.a. kortisonets, biverkningar".

Måndagen den 6.4 kl. 18.00 samlas vi till vårens sista medlemskväll på Reumaförbundet, adress som ovan. Nyhetsjournalisten Kari Lumikero berättar om sitt yrkesliv under rubriken "Han har i sitt arbete hunnit se allt - nästan". Kari Lumikero gjorde en lång karriär som journalist på Sveriges Radios finska redaktion i Stockholm och bevakade som MTV:s utrikeskorrespondent flera krig och naturkatastrofer i olika delar av världen.

Reumadag för Svenskfinland den 7.3.2020

Reumadag för Svenskfinland ordnas detta år lördagen den 7.3 kl. 9.30 - 16.15 på Tölö servicecentral, Tölögatan 33. Programmet bifogas.

Teaterbesök

Lördagen den 18.4 kl.14 ser vi Asko Sarkola i "Pappan" på Svenska Teaterns Amos-scen. Biljettpris: subventionerat pris för medlemmar 25 euro, för icke-medlemmar gruppriset 29 euro om vi blir minst 20 personer. Reservera biljett senast **onsdagen den 18.3** av Ursula Stenberg, tfn 040 7640 873, e-post: ursula.stenberg(at)kolumbus.fi.

Måndagen den 27.4 kl. 18 ser vi pjäsen "Vi är bara människor" på Svenska Teaterns stora scen. Biljettpris: subventionerat pris för medlemmar 30 euro, för icke-medlemmar gruppriset 33 euro om vi blir minst 20 personer. Reservera biljett till föreställningen senast **onsdagen den 25.3** av Ursula Stenberg, tfn och e-post ovan.

Biljetterna till vardera föreställningarna betalas och delas ut på teatern. **OBS!** Den som inte löser ut reserverad biljett bör själv skaffa en ersättare eller betala biljetten i efterskott!

Fibromyalgigruppen: Styrelsen ber om tips och idéer för hur gruppen skall fortsätta för att bäst motsvara intresse och behov bland medlemmarna. Om du är intresserad att stöda en fortsättning av gruppens arbete, meddela Ralf Pauli, tfn 040 5950 113, e-post: ralf.pauli(at)gmail.com.

Polymyalgigruppen samlas till möte senare under våren. Närmare uppgifter om program och tidpunkt meddelas senare.

Svenska somardagar i Närpes den 23 - 25.5.2020

De vartannat år återkommande Svenska somardagarna ordnas denna gång av Närpes Reumaförening i samarbete med Reumaförbundet. Information om program och kostnader bifogas.

Spa-resa den 4 - 11.10.2020

Föreningen ordnar som tidigare en subventionerad rehabiliterings- och rekreationsresa den 4 - 11.10 till hotell Laine i Hapsal, Estland. Under senaste styrelsemöte framkom det att en del av föreningens medlemmar är missnöjda med att resan de flesta gånger gjorts till hotell Laine och önskar att föreningen väljer ett annat resealternativ med större utbud av aktiviteter såsom teater- och konsertbesök samt motsvarande. Styrelsen beslöt därför att på nytt sända en enkät till alla medlemmar om önskemål för Spa-resan för nästa år. Enkäten sänds senare i samband med ett medlemsbrev.

Wolobujews understöd för individuell rehabilitering kan sökas för våren. Ansökan görs på särskild blankett som du får av Anu Korpinen. Ansökan skall åtföljas av läkarremiss för fysioterapi som är utskrivet högst ett år före ansökan. Sänd gärna din ansökan före nästa styrelsemöte den 20.2.

Stödpersoner: Om du vill fråga eller diskutera något i anslutning till din sjukdom kan du ta kontakt med någon av våra stödpersoner: Katarina Beijar, tfn 050 5603 771, Eija Bärlund-Toivonen, tfn 040 0949 332 eller Inger Östergård, tfn 050 555 7780.

Övrigt

Tidskrifterna Reuma, Luuvalo och SOS ingår i medlemsförmånerna. Meddela Anu Korpinen om någon av tidskrifterna uteblivit eller sänts till fel adress. Som medlem i föreningen får du 20 % rabatt på alla produkter på EA hälsobutik i Forum, Tuppens torg.

Du får service på svenska och rabatt upp till 30 % på inköp av glasögon hos City Optic, Nylandsgatan 2. Reumaförbundets verkställande direktör Maria Ekroth har övergått till en annan tjänst. Till hennes efterträdare har valts Anu Uhtio, som tillträder sin tjänst den 1.2.

Med vänlig hälsning och önskan om god fortsättning på det nya året!

Gunvor Brettschneider

Ordförande

tfn 050 5846 005; e-post: gunvor.brett(at)gmail.com

Föredragningslista för Helsingfors Svenska Reumaförenings stadgeenliga vårmöte den 16.3.2020 kl 18, St. Robertsgatan 20-22 A, V vån., Helsingfors

1. Mötet öppnas
2. Konstaterande av mötets lagenlighet och beslutförhet
3. Val av ordförande, sekreterare, rösträknare och andra mötesfunktionärer
4. Fastställande av mötets arbetsordning
5. Beslut om stadgeändring i enlighet med Reumaförbundets i Finland modellstadgar
6. Behandling av föreningens verksamhetsberättelse för år 2019
7. Handläggning av föreningens bokslut och revisionsberättelse för år 2019 samt beviljande av ansvarsfrihet för styrelsen och övriga ansvarsskyldiga
8. Val av representanter till Reumaförbundets i Finland stadgeenliga eller extra representantmöte
9. Beslut om ärenden som förelagts mötet i stadgeenlig ordning med iakttagande av bestämmelserna i 24 § i föreningslagen
10. Mötet avslutas

Svenska sommarkvarter i Närpes den 23 - 24.5.2020**BILAGA**

Som tidigare meddelats ordnas de vartannat år återkommande Svenska Sommarkvarter i Närpes denna gång. Närpes Reumaförening är, i samråd med Reumaförbundet, arrangör för dagarna.

Dagarna hålls på Hotel Red & Green i Närpes. Programmet omfattar föreläsningar, en guidad tur i Närpes med omgivning samt festmiddag med underhållning på Sea Side Fagerö.

Det slutliga programmet med all detaljinformation skickas med nästa medlemsbrev i slutet av mars då vi fått det från Närpes.

Inkvarteringen sker på hotell Red & Green.

Kostnader

- Deltagaravgiften är 80 euro och inkluderar måltiderna, kaffet och festmiddagen.
- Deltar man endast 1 dag är priset 30 euro.
- Deltar man 1 dag och i festmiddagen kostar det 60 euro.

Inkvarteringen på hotellet kostar 120 euro i dubbelrum och 95 euro i enkelrum.

Anmälningstiden är 1.3 - 20.3. Anmälan görs till Helsingfors Svenska Reumaförening som sedan sänder alla anmälningar på en gång till Närpes Reumaförening.

Styrelsen har undersökt möjligheterna att resa från Helsingfors till Närpes och konstaterat att det är rätt tidskrävande. Vi undersöker ännu olika alternativ och återkommer med närmare information i nästa medlemsbrev.

Föreningen kommer såsom tidigare att subventionera medlemmarnas deltagande i Sommarkvarterna. Eftersom informationen från Närpes tyvärr kom så sent att frågan inte kunde behandlas på styrelsemötet den 16.1 återkommer vi också i denna fråga i nästa medlemsbrev.

Sommarkvarterna är en givande och trevlig möjlighet att få ny kunskap och träffa gamla bekanta samt få nya bland medlemmarna i andra Reumaföreningar. An-teckna därför redan nu tiden för sommarkvarterna och inställ dig på att tillbringa ett givande veckoslut i Närpes!

Obs! Medlemsbrevet med bilagorna finns också på föreningens hemsida:
www.helsingforssvenskareumaforening.fi