



Medlemsbrev 1/2023

Den 8 januari 2023

Bästa medlem,

God fortsättning på det nya året!

1 (2)

Föreningen har framför sig en vårtermin med mycket aktivitet och vi hoppas att du hittar något som är både nyttigt och trevligt för dig! De exceptionella verksamhetsåren under pandemin har lärt oss mycket om vikten av gemenskap och kamratstöd. Stora förändringar inom vården ökar behovet av information. Föreningen har också en viktig roll att föra fram medlemmarnas behov.

Efter en lång period full av aktivitet har Gunvor Brettschneider avgått som ordförande för föreningen. Hennes stora kunskaper om samhällsfrågor, långa erfarenhet inom vård och omsorg, politiska engagemang och omfattande nätverk har varit en enorm tillgång för medlemmarna. Gunvor fortsätter i styrelsen.

Som nyvald ordförande ser jag fram emot att tillsammans med resten av styrelsen och medlemmarna fortsätta utveckla verksamheten. Det ska bli givande att fördjupa sig i Reumaförbundets helhet och arbete utgående från både förebyggande, vård och rehabilitering. Jag har en lång erfarenhet från många föreningar av frivilligverksamhet. Nästan hela mitt yrkesliv har jag jobbat på Folkhälsan, där jag nu fungerar som förbundsdirektör med ansvar för hälsofrämjande arbetet.

Vid föreningens stadgeenliga höstmöte valdes förutom ordförande också styrelse. Följande personer är styrelsemedlemmar: Katarina Beijar, Gunvor Brettschneider, Ralf Pauli, Maya Saloranta, Ursula Stenberg, Marie-Louise Tapper och Inger Östergård (viceordförande). Christina Korkman och Ritva Saukonpää är ersättare. Monica Nyberg fungerar som sekreterare.

Eija Bärlund-Toivonen hade undanbett sig återval, men hon fortsätter med olika centrala uppdrag, bland annat med ansvar för motionsvandringarna.

Här hittar du vårens program. Som skilda bilagor ingår motionsvandringarna och vårmötets agenda.

PROGRAM VÅREN 2023

- 16.1 Motionsvandring med Eija Bärlund-Toivonen som ledare. Programmet som bilaga.
- 23.1 Motionsvandring, se bilaga.
- 6.2 Motionsvandring, se bilaga.

- 15.2 Onsdagen den 15.2 kl. 18.00 ordnas medlemskväll på Reumaförbundet, Stora Robertsgatan 20-22 A, vån 5. Föreläsning om kost med Sophia le Roux. Anmälan senast 14.2 till Monica Nyberg tfn 050 421 2120, [hsreuma\(at\)kolumbus.fi](mailto:hsreuma(at)kolumbus.fi)
- 20.2 Motionsvandring, se bilaga.

- 11.3 Lördagen den 11.3.2023 kl. 16.00 ser vi föreställningen *Innan avfärd* på Svenska Teaterns Amos-scen. Pjäsen som är skriven av den franska dramatikern Florian Zeller behandlar frågor kring åldrande, sorg och livslång kärlek. I bärande roller ser vi Asko Sarkola och Ylva Ekblad. Speltiden är 2 timmar inkl. paus.

Biljettpris: subventionerat pris för medlemmar 20 €. Icke-medlemmar betalar fullt pris 33 €. Biljetterna reserveras senast 8.2 av Ursula Stenberg tfn 040 764 0873, e-post:

ursula.stenberg(at)kolumbus.fi. Biljetterna delas ut i teaterns foajé vid vänstra ingången (mitt emot Akademien) mot kontant betalning. Vänligen reservera jämna pengar och kom i god tid.

OBS! Den som eventuellt inte löser ut sin biljett p.g.a. förhinder bör själv skaffa en ersättare eller betala biljetten i efterskott.

- 13.3 Motionsvandring, se bilaga.
- 22.3 Onsdagen den 22.3. kl. 18.00 hålls stadgeenligt vårmöte på Reumaförbundet, Stora Robertsgatan 20–22 A, vån 5. Anmälan senast den 21.3 till Monica Nyberg tfn 050 421 2120, e-post hsreuma(at)kolumbus.fi. Föredragningslistan bifogas.
- 27.3 Motionsvandring, se bilaga.
- 29.3 Polymyalgi- och fibromyalgigrupperna träffas kl. 18.00 på Reumaförbundet, Stora Robertsgatan 20–22 A, vån 5. Föreläsning om "Likheter och olikheter vid reumatoid artrit vid polymyalgi och fibromyalgi". Anmälan senast den 28.3 till Monica Nyberg tfn 050 421 2120, e-post hsreuma(at)kolumbus.fi.
- 17.4 Motionsvandring, se bilaga.
- 18.4 Tisdagen den 18.4. kl 18.00 ordnas medlemskväll på Reumaförbundet, Stora Robertsgatan 20-22 A, vån 5. Föreläsare Fritjof Sahlström "Om att leva med och dö av cancer". Anmälan senast den 17.4 till Monica Nyberg tfn 050 421 2120, e-post hsreuma(at)kolumbus.fi
- 2.5 Motionsvandring, se bilaga.
- 15.5 Måndagen den 15.5 kl. 9 - ca 16 ordnas vårens motions- och trivseldag på Backby gård i Esbo. Närmare uppgifter ges i medlemsbrevet som sänds i april.
- 8.6 Vårutfärden planeras torsdagen den 8.6.2023 till Nissbacka gård, Laila Pullinens skulpturpark och hemmuseum samt Fazer Besökscenter. Närmare uppgifter ges i medlemsbrevet som sänds i april.
- 22.5 Motionsvandring, se bilaga.

Motionsgymnastiken; vårterminens pris är 25 € och skall betalas senast den 31.1.2023 på Helsingfors svenska reumaförenings Aktia konto FI 2340 5554 5231 1843.

Wolobujews understöd för individuell rehabilitering kan sökas för våren. Ansökan görs på blankett som fås av Maya Saloranta, t. 0500 465 122 eller e-post maya.saloranta(at)gmail.com. Ansökan skall åtföljas av läkarremiss för fysioterapi som har skrivits inom ett år före ansökan.

Nytt för år 2023 är att föreningens medlemmar kan mot kvitto erhålla 30 €/år för fotbehandling.

Detta medlemsbrev postas av Reumaförbundet såsom brevet i januari senaste år. Med brevet följer faktura för medlemsavgiften. Avgiften är såsom förut 20 €. Vid betalning av medlemsavgiften bör du använda fakturans referensnummer och kontonummer. Om det finns flera medlemmar i samma familj, bör varje medlemsfaktura betalas skilt med respektive fakturas referensnummer.

Ta gärna kontakt! Synpunkter och förslag är mycket välkomna.

Viveca Hagmark, ordförande
Viveca.hagmark(at)folkhalsan.fi, 050 380 6716