



## Verksamhetsberättelse för år 2022

1 (3)

Under år 2022 kunde föreningen till stor del återuppta den verksamhet som under tidigare år erbjudits medlemmarna. Restriktionerna som gällt under den världsomfattande pandemin orsakad av Covid-19 och dess olika varianter upphörde i stort sett i sin helhet. Antalet deltagare i verksamheten var dock under hela verksamhetsåret mindre än tidigare. Detta torde till stor del bero på att de rörelsehinder som många av föreningens medlemmar lider av, har förvärrats under den långa tiden av isolering och passivitet. En bidragande orsak kan också vara en allmän otrygghet och rädsla för att insjukna i corona.

### Medlemmar

Antalet medlemmar var vid årsskiftet 188 mot 198 föregående år. Till nya medlemmar antogs 7 personer. Medlemsavgiften var som tidigare tjugo (20) euro. Antalet medlemmar visar tyvärr fortfarande en sjunkande trend. Den handlingsplan för medlemsvärvning som styrelsen gjorde upp redan för år 2020 kunde tyvärr inte heller år 2022 förverkligas på grund av de restriktioner pandemin orsakade.

### Styrelsen

Styrelsen hade följande sammansättning: Gunvor Brettschneider, ordförande, Eija Bärlund-Toivonen, viceordförande, Katarina Beijar, Ralf Pauli, Maya Saloranta, Ritva Saukonpää, Ursula Stenberg, Marie-Louise Tapper, Inger Östergård ordinarie medlemmar och Christina Korkman, suppleant. Föreningen fortsatte under våren att söka en ny sekreterare. Detta lyckades dock först från början av hösten då Monica Nyberg anställdes som sekreterare. Under våren skötte ordföranden, Maya Saloranta och Ritva Saukonpää samt ett flertal andra styrelsemedlemmar uppgifterna som sekreterare.

Styrelsen sammanträdde elva (11) gånger. Styrelsemötena hölls i Förbundets mötesutrymmen, Stora Robertsgatan 20–22 A, V vån. med ett par undantag då de hölls på G18, Georgsgatan 18. Föreningens revisor var Harry Eklundh med Erik Holmberg som ersättare. Verksamhetsgranskare var Sture-Christian Eklund med Seppo Sivunen som ersättare. Bokföringen sköttes av Talousosaamo Oy.

### Medlemsverksamhet

Stadgeenliga möten: Det stadgeenliga vårmötet hölls den 22.3. kl 18.00 i Reumaförbundets utrymmen, Stora Robertsgatan 20–22 A, Helsingfors. Tolv (12) medlemmar deltog. Efter de stadgeenliga förhandlingarna föreläste professor Karl von Smitten om *Diabetes Typ II*.

Det stadgeenliga höstmötet hölls den 22.11. kl 18.00 på samma plats som vårmötet. I mötet deltog fjorton (14) medlemmar. Efter de stadgeenliga förhandlingarna informerades Föreningens kontaktperson på Förbundet, Tuula Tikkanen, om *Aktuellt från Förbundet*.

*Övriga medlemskvällar:* Under året ordnades tre (3) övriga medlemskvällar. Den 20.4 presenterade f.d. chefredaktör Per-Erik Lönnfors sin bok *Öppna lådor*. Mötet hölls undantagsvis på G 18. Tolv (12) medlemmar deltog. Den 25.10 föreläste psykolog Anna Korkman-Lopez om *Att orka i vardagen*. I mötet deltog nitton (19) medlemmar. Julfesten firades den 12.12 med tjugosju (27) deltagare. Journalisten Kari Lumikero höll ett anförande med rubriken *Han har i sitt arbete hunnit se allt* –

*nästan*. Ralf Pauli visade en bildkavalkad över Föreningens verksamhet under året. I stället för julklappar samlades bidrag för Ukraina.

*Artrosgruppen* hade fyra (4) möten. Den 15.3 talade fysio- och konstterapeut Nina Sundberg om *Arthrosträning i vardagsmiljö*. Den 11.4 hölls mötet undantagsvis på café Esplanad. Sophia Rehn talade om *Kostens betydelse för lederna*. Nitton (19) medlemmar deltog. På mötet den 20.9 höll professor Bengt Mattila en föreläsning om *Värkmedicin vid artros*. I mötet den 14.11 deltog sex (6) medlemmar. Deltagarna diskuterade *problem som artrosen lett till för rörlighet och välmående*. *Fibro- och polymyalgigrupperna* hade ingen verksamhet under året. Föreläsnings- och diskussionsdagen *Reumadag för Svenskfinland* ordnades efter två års uppehåll den 15.10 på Tölö servicecenter. Fyrtioåtta (48) personer deltog.

Teaterbesök: Den 7.5. såg tjugo (20) medlemmar föreställningen Mary Poppins på Svenska Teatern. Den 3.12 såg trettiofyra (34) medlemmar föreställningen Evigt ung på Svenska Teatern. Föreningen subventionerade medlemmarnas teaterbiljetter.

Motionsdag: Motions- och trivseldag ordnades den 4.5 på Backby gård. Mia Karvonen ledde vattengymnastiken och stavgången. Föreningen stod denna gång för alla kostnader. Tjugotre (23) medlemmar deltog.

Motionsvandringarna ledda av Eija Bärlund-Toivonen fortgick. Vandringarna omfattar ca 1 timmes vandring och avslutas med en gemensam kaffestund. Ofta ingår också besök på utställning eller liknande. Föreningen står för kostnaderna för besöken och kaffe med tillugg. I vandringarna deltog 6–10 medlemmar.

Utfärder: Programmet för *vårutfärden den 19.5.* omfattade besök i Hattula medeltida kyrka, rundvandring och besök i Finlands trädgårdsmuseum på Lepa trädgård samt besök på Iittala glasbruk. Lunchen avnjöts i Lepa trädgård. Tjugofyra (24) medlemmar deltog i utfärden. Programmet för *höstutfärden den 7.9.* omfattade besök på Lovisa stadsmuseum, Brunbergs fabriksbutik samt besök på Konstfabriken i Borgå. Lunchen avnjöts på Degerby Gille och eftermiddagskaffet på café Cabriole i Borgå. Tjugofem (25) medlemmar deltog i utfärden. Föreningen subventionerade vardera utfärden. Besök på Helsingfors stads centrumbibliotek Ode 29.9 med bibliotekarie Mia Karvonen som guide. Hon presenterade också Celia programmet. Tio (10) medlemmar deltog.

Rehabiliteringsresa: Då den årliga rehabiliteringsresan till Hapsal i Estland inte kunnat ordnas de senaste två åren p.g.a. pandemin beslöt styrelsen att erbjuda medlemmarna en resa till Runsala i stället. Rehabiliteringsresan till Runsala ordnades den 31.10-2.11. Tjugotre (23) medlemmar deltog. Föreningen subventionerade resan med 185 €/person. Resan upplevdes som lyckad och avkopplande. Deltagarna uttryckte dock en förhoppning om att Spa-resorna till Hapsal skulle återupptas så snart det är möjligt.

## Representation

Ordföranden har som representant för de svenskspråkiga medlemsföreningarna varit medlem i Förbundets fullmäktige. Anja Nurmela var under våren föreningens representant i redaktionskommittén för medlemstidningen Luuvalo med Ralf Pauli som ersättare. Från hösten övertogs uppgiften helt av Ralf Pauli. Eija Bärlund-Toivonen är föreningens representant i Helsingforsnejdens regionkommitté med Ralf Pauli som ersättare.

## Information till medlemmarna

Under verksamhetsåret utsändes tre medlemsbrev. Påminnelse om medlemskvällarna publicerades i Evenemax/HBL. Föreningen deltar i samarbete med de övriga Reumaföreningarna i huvudstadsregionen i publiceringen av medlemstidningen Luuvalo som utkommer 2 ggr/år. Tidningen Reuma publicerad av Förbundet och SOS Aktuellt publicerad av Svenska Handikappförbundet ingår som medlemsförmån.

Medlemmarna får också information via föreningens hemsida på webben.

## Övrigt

Föreningen ordnade som förut subventionerad rehabiliteringsgymnastik. Gymnastiken leddes av fysioterapeut Mimmi Haila och försiggår på Kampens idrottscentrum en gång i veckan. Ordföranden och vice ordföranden deltog i Förbundets Organisationsdagar i Vierumäki den 3–4.9.

Katarina Beijar, Eija Bärlund-Toivonen, Clary Westerberg och Inger Östergård var stödpersoner för Föreningens medlemmar och medlemmar i andra svensk- och tvåspråkiga reumaföreningar. Under verksamhetsåret mottogs 82 samtal. Samtalen rörde sig bland annat om frågor i anknytning till möjligheter att få vård på svenska, rådgivning om reumasjukdomar och behandlingar, stöd till närstående vårdare och ensamhet. Marie-Louise Tapper var ansvarig för Föreningens motionsverksamhet och Katarina Beijar huvudansvarig för trakteringen under medlemskvällarna. Marie-Louise Tapper skötte testator Vera Wolobyjews grav på Sandudds begravningsplats. Ralf Pauli dokumenterade föreningens aktiviteter som föreningens fotograf.

## Ekonomi

Föreningen erhöll understöd av Helsingfors och Esbo social- och hälsovårdsnämnder, av STEA genom Förbundet samt av Stiftelserna Tre Smeder och William Thuring. Ett stort tack till understödsgivarna! Det ekonomiska stödet ger Föreningen möjlighet att erbjuda sina medlemmar ett brett utbud av subventionerade aktiviteter. Föreningen har på anhållan beviljat sammanlagt 2101,35 € åt medlemmar i understöd av de av Vera Wolobyjew testamenterade medlemmarna. I övrigt framgår Föreningens ekonomiska situation ur bokslutet.

Helsingfors den 20 februari 2023

Styrelsen för Helsingfors Svenska Reumaförening rf