

Reumatikerföreringen

Halmstad



Program för 2023

Välkommen till oss!

Sperlingsgatan 5, 302 48 Halmstad

Telefon: **0730-40 13 30**

E-post: halmstad@reumatiker.se

Hemsida: www.halmstad.reumatiker.se

Bankgiro: **453-7007**

ÅRSMÖTE 2023

Ingen ytterligare kallelse till årsmötet kommer att ske!

Välkomna till årsmötet **Tisdag 21 februari kl. 18.00 på Husknuten**

Val av styrelsen, genomgång av verksamhetsåret 2022.

Motioner inlämnas till kansliet senast den 15 januari 2023.

Anmälan om fika (uppge gärna info om ev allergi) måste vara gjord senast 14 februari till **Kansliet tel. 0730-40 13 30**, alt. via e-post: halmstad@reumatiker.se

Verksamhetsberättelse kan hämtas på kansliet enligt överenskommelse fr.o.m 7 februari

Vi annonserar under FÖRENINGSAKTUELLT i Hallandsposten och på hemsidan då det brukar tillkomma aktiviteter under året.

Vi följer folkhälsomyndighetens rekommendationer angående corona. Vaccinera dig & håll avstånd!

VÅRA FÖRENINGSTRÄFFAR & AKTIVITETER 2023



**START
7 FEB**

BINGOKVÄLLAR PÅ HUSKNUTEN kl. 18.00

Vi träffas på Husknuten, Nässjögatan 10 och spelar bingo.

OBS! Alltid den **första tisdagen** i månaden. Fika 20:- (endast kontant betalning)

**7 februari • 7 mars • 4 april • 2 maj • 5 september
3 oktober • 7 november • 5 december**

Fotspecialist

Anne-Marie Smedberg

Föreläser om vikten av att vårda sina fötter

Tisdag 21 mars kl. 18.00, Husknuten

Fika • Anmälan senast tisdag 14 mars till kansliet

Tel. 0730-40 13 30 • Välkomna!



UPPMANING FRÅN VALBEREDNINGEN

HEJ ALLA MEDLEMMAR!

Vi är i stort behov av fler personer som engagerar sig i föreningsarbetet. Vi tar tacksamt emot medlemmar som kan tänka sig vara verksamma inom styrelsen eller valberedningen.

HÖR AV ER!

Med vänlig hälsning från Valberedningen

Muisto Puttonen Tel. 0760-16 03 23 • Seppo Ahti Tel. 0738-55 95 75

Styrelsen har ordet:

Vi behöver fleryngre eller äldre, som vill arbeta aktivt i föreningen!

Din insats kan bestå av att vara med och hjälpa till vid olika arrangemang, vara ledare eller ta plats i styrelsen. Som styrelseledamot får du möjlighet att påverka vad som händer i föreningen, kan utveckla din kompetens genom bland annat utbildning och dela med dig av dina egna erfarenheter.

Du kan anpassa ditt engagemang helt utifrån dina möjligheter.

Ta chansen och gör något kul tillsammans med oss!

Hälsningar styrelsen!



GLÖM INTE ATT INFORMERA
OM DIN MATALLERGI VID
ANMÄLAN

GRATIS!

FIXATJÄNSTEN HJÄLPER DIG I HEMMET!

Behöver du hjälp med byta glödlampor, hänga upp gardiner, bära tunga saker, fästa lösa sladdar mm?

Fixartjänsten i Halmstad, riktar sig till personer med funktionsnedsättning eller som har fyllt 65 och vill ha hjälp med vardagliga arbetsuppgifter!

Ring och anmäl dig tel. 035-13 70 00 (växel)



REUMATIKERFÖRBUNDETS HEMSIDA

På förbundets hemsida, www.reumatikerforbundet.se hittar du mängder av information om reumatiska sjukdomar, om förbundets verksamhet och nyheter som gäller behandling, forskning m.m. Det finns även ett Forum för diskussion.

REUMATIKERVÄRLDEN PÅ WEBBEN & I MOBILEN

Som medlem får du tidningen direkt hem i brevlådan. Den finns att läsa på webben www.reumatikerforbundet.se under fliken **Om oss**. Här finns även länkar för läsning i mobilen.

FONDER & STIFTELSE

Just nu har Reumatikerförbundet pausat ansökningar/utdelningar för rehabresor, föreningskort m.m p.g.a förändrade ansökningsformer centralt. När allt är klart kommer information i Reumatikervärlden och reumatikerforbundet.se

REUMATIKERFÖRENINGEN I HALMSTADS HEMSIDA

Vår egen hemsida: www.halmstad.reumatikerforbundet.se hittar du aktuell information om våra aktiviteter. På hemsidan står det "logga in" längst upp till höger. Alla medlemmar kan logga in här med sitt personnummer och medlemsnummer.

Det finns mycket information som bara medlemmar kan läsa. Det går också att lägga in vilka nyheter man vill ha, tex diagnoser, träning m.m



PATIENTSKOLAN FÖR DIG MED ARTROS & SMÄRTA

Patientskolan är en mötesplats där primärvården och lokala reumatikerföreningar underlättar för människor med artros. Den finns på våra vårdcentraler.

Detta får du för ditt medlemskap i Reumatikerförbundet:

- Information om reumatiska sjukdomar
- Delta i våra aktiviteter och arrangemang, som är subventionerade
- Medlemsrabatter/förmåner
- Reumatikervärlden, 6 gånger per år
- Olycksfallsförsäkring vid våra arrangemang samt vid resorna till och från dessa
- Söka ekonomiska bidrag från olika fonder OBS! Se ovan

MEDLEMSFÖRSÄKRING VID OLYCKSFALL

Alla som är medlemmar i Reumatiker-förbundet är olycksfallsförsäkrade, när de deltar i aktiviteter som anordnas av förbundet, distriktet eller föreningen.

**Försäkringen gäller resa till, från och under arrangemangen.
Försäkringen gäller endast om medlemsavgiften är betald.**

BASSÄNGTRÄNING MÅNDAGAR & TORSDAGAR

Start

VÅR: 16, 19 januari

Pris: **500:-**

OBS!

Ny anmälan krävs till vår och höstterminen.

Start

HÖST: 4, 7 september

Pris: **500:-**

(preliminärt pga av renovering)



12 tillfällen per termin. Länssjukhuset i Halmstad.

Avgiften skall vara betald innan start. Kontakta: Kansliet 0730-40 13 30

Vänligen observera att du även har betalt din medlemsavgift för att du skall kunna delta i bassängträningen! Föreningen olycksförsäkring (se annan plats!) gäller inte för den som inte betalat, vilket är extra viktigt i bassängträningen, men också i föreningens andra aktiviteter.



MEDICINSK YOGA

Start: **2 februari**

Sperlingsgatan 5, ABF-lokal, 3 vån. kl. 10.30-11.30

Pris: **500:- OBS!** Begränsat med platser! (först till kvarn!)

Vid frågor kontakta Kerstin Larsson Tel. 0702-55 27 68

DAGSTUR TILL ULLARED ONSDAG 15 MARS & ONSDAG 11 OKTOBER

Vi tar bussen kl. 8.30 från Arena Hallen, Halmstad. Bussen går hem 16.00

Pris: **150:- för medlemmar**, icke medlemmar 200:- (jämna pengar tack!)

Resa onsdag 15 mars: Anmälan senast 27 februari

Resa onsdag 11 oktober: Anmälan senast 29 september

Anmäl till kansliet, tel. 0730-40 13 30

OBS! Anmälan är bindande! Max 15 platser (först till kvarn!)



Föreläsning om säkerhet i hemmet

Pelle Wahlbeck ifrån Räddningstjänsten

Tisdag 18 april Kl. 18.00, Husknuten

Anmälan till kansliet senast tisdag 11 april, tel. 0730-40 13 30



TÄNK PÅ ATT VÅRDA DINA FÖTTER!

Gå på fyra behandlingar på ett år och få 500:- i bidrag ifrån föreningen. Uppvisat kvitto gäller. (gäller ej frikort)



Middag på Lotus, Halmstad

Torsdag 11 maj kl. 18.00

Vi äter en god bit mat tillsammans på Lotus

Adress: Brogatan 19, Halmstad

Mat, lättöl el. vatten ingår.

Pris: för medlem **100:-** icke medlem fullt pris.



Anmäls senast 5 maj till
kansliet tel. 0730-40 13 30

(jämna pengar tack!)

UPPTAKTSMÖTE TORSDAG 17 AUGUSTI

Torsdag 17 augusti upptaktsmöte kl. 18.00 på Husknuten
Ulrika Larsson, Akademibokhandeln ger intressanta
boktips inför hösten/vintern.

Anmälan (förtäring) senast 11 augusti
till kansliet tel. 0730-40 13 30



Digital Föreläsning med Anders Rosengren En läkares erfarenhet om hälsa, forskning & vardagens utmaningar

Onsdag 13 september Kl. 18.00, Husknuten

Anmälan till kansliet senast 6 september Tel. 0730-40 13 30



Tio saker som du inte visste om bin

Ulrika & Magnus Kranshammar ifrån
Drömträdgård, Varberg föreläser om bin

Onsdag 27 september Kl. 18.00, Husknuten

Anmälan till kansliet senast tisdag 20 september
Tel. 0730-40 13 30



Föreläsning om långvarig smärta & fibromyalgi

Gunilla Görän från Reumatikerförbundet är en stark & viktig kraft
för bättre vård & ökad förståelse för fibromyalgi & kronisk smärta

Lördag 7 oktober Kl. 11.00. Husknuten.

Anmäl senast 29 september till kansliet tel. 0730-40 13 30



INTERNATIONELLA REUMATIKERDAGEN 12 OKTOBER

Vi träffas på Alla Hjärtans Hus kl. 10.00-13.00



Julbord på Restaurang Karl

Fredag 1 december kl. 16.30

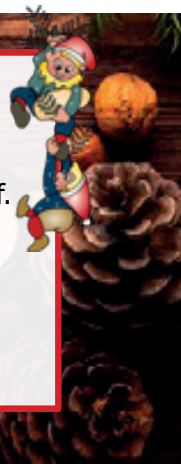
Vi välkomnar i första hand våra medlemmar till denna populära träff.
Naturligtvis även icke-medlemmar, dock i mån av plats.

Tid kl. 16.30, Restaurang Karl, Axel Olssons gata 24, Halmstad

Pris: för medlem **250:-** icke medlem fullt pris (först till kvarn!)

Anmälan senast 14 november till kansliet tel. 0730-40 13 30

OBS! Anmälan är bindande! (jämna pengar tack!)



BÖRJA TRÄNA - Du kan få ett bidrag genom oss!

OBS! GÄLLER DOCK EJ FÖR BASSÄNGTRÄNING!

BOKLÅN

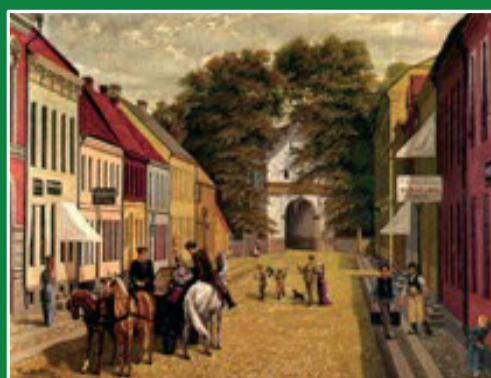
VÅRT
MEDLEMSPRIS

*** 399:-**

En bok får du behålla.

OBS! Gäller endast på
Akademibokhandeln
Storgatan 28-31, Halmstad

*Ev reservation för prisökning



LÄSECIRKEL UNDER HÖSTEN OM GAMLA HALMSTAD

*Vi återkommer med
tidpunkt...*

(Målning Storgatan, Halmstad. Bilden är tagen
ifrån föreningen Gamla Halmstads hemsida)

GLÖM INTE!

**ATT AVANMÄLA OM NI FÅR FÖRHINDER
EJ AVANMÄLD DEBITERAS!**



Reumatikerföreningen Halmstad- Styrelse och övriga funktionärer

Styrelse:	Mobil
Ordförande: Sonja Åhlén	076-947 38 90
Vice ordförande: Taru Ahti	076-193 60 25
Kassör: Taru Ahti	076-193 60 25
Ekonomiansvarig: Elisabeth Wernergård	073-555 53 69
Sekreterare: Sofia Andersson	070-373 53 56
Ledamot: Maria Svensson	070-535 91 27
Ledamot: Gudrun Comstedt	073-404 98 92
Ersättare ledamot: Ann-Margret Andraey	070-981 79 98

Anmäl er till:

Bingokvällar: Seppo Ahti	073-855 95 75
Bingokvällar: Ann-Margret Andraey	070-981 79 98
Vattengymnastik (Halmstad) kansliet	073-040 13 30
Studieansvarig: Muisto Puttonen	076-016 03 23

OBS!

GLÖM EJ ATT SKRIVA DITT NAMN PÅ BANKGIRO-BLANKETTEN VID INBETALNING AV MEDLEMSAVGIFTEN!

Alla betalningar för våra egna/föreningens aktiviteter skall ske till bankgiro: **453-7007**

Ange alltid för vem Du betalar och vilken aktiviteter det gäller.

**Vid samtal till reumatikerföreningen
var vänlig & uppge namn & telefonnummer**

**Medlemskort skickas inte ut, men kontakta
Reumatikerförbundet tel. 08-505 80 500**

