



# *Källan*

Information från Reumatikerförningen Stockholm  
Nr 6 december 2009

## **Årsmötet för Reumatikerförningen Stockholm**

torsdagen 18 februari 2010 kl. 17.30 – cirka 21.00

Tellus Fritidscenter, Drakenbergssalen, Lignag. 6 (hörnet Hornsgatan)

Föreningen bjuder på lättare förtäring och underhållning med början kl. 17.30  
Förhandlingar börjar cirka kl. 18.30.

Vänligen **föranmäl dig till kansliet**, tel. 462 99 25 senast måndag 15 februari  
och tala om att du kommer och om du önskar förtäring.

På årsmötet behandlas föreningens verksamhets- och förvaltningsberättelser  
för 2009 samt verksamhetsplan och budget för 2010.  
Styrelse och andra poster väljs.

Möteshandlingar kan du hämta på föreningens kansliet fr o m 11 februari.  
Alla medlemmar kan skriva motioner till årsmötet.  
Motioner skall ha inkommit till kansliet senast torsdag 4 februari.

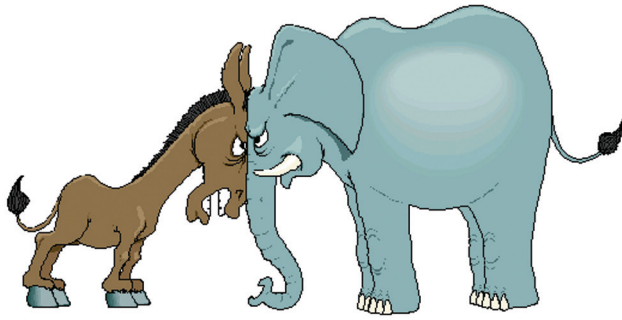
Väl mött!

*Vi önskar alla medlemmar och deras familjer en*

*God Jul och  
ett Gott Nytt År*

*styrelsen och personalen på  
Reumatikerförningen Stockholm*

*(kansliet stängd under perioden 21 december 2009-7 januari 2010)*



## Hjälp att må bättre ... Av Egen Kraft

Av Egen Kraft är en kurs i studiecirkelform, där du får möjlighet att lära dig att själv bestämma över din sjukdom i stället för tvärtom. Tillsammans med andra personer med reumatiska sjukdomar kommer du fram till vad du själv vill göra för att må så bra som möjligt. Du kommer att upptäcka hur du bättre kan ta vara på din egen inre kraft.

Kursen är speciellt utvecklad för människor med reumatiska sjukdomar och leds av personer med egen erfarenhet av hur det är att leva med kronisk sjukdom. För din egen skull är det bra om du kan delta i cirkeln samtliga 7 gånger.

Dag och tid: onsdagar kl. 13-15.30 under perioden 24/2-8/4

Kostnad: 250 kr, material och kaffe/te ingår

Lokal: meddelas vid anmälan (någonstans centralt i Stockholm)

Ledare: Birgitta Johansson, Gunvor Leppäniemi och Kicki Vuorenmaa

Anmälan till Reumatikerförbundet Stockholm tel 462 99 25 senast onsdag 17/2

## Trött? Smärta? Deppig?

### Varma bad hjälper!

På dessa badanläggningar i Ungern kommer mineralrikt vatten i höga temperaturer från underjordiska källor. Patienten sitter i bassänger med 38- respektive 40-gradigt vatten i pass om 30-45 minuter. Värme plus tillförsel av mineraler via huden har synnerligen god effekt vid reumatiska sjukdomar.

Nästa resa till Heiz i Ungern är planerad till 17-31 maj 2010.

Pris: cirka 11 000 kr inkl flygresor, transfer, halvpension och enkelrum.

Skynda att anmäla dig snarast till Iréne Schwarcz, tel. 653 2907 eller kansliet tel. 462 99 25. Det finns bara några platser kvar, först till kvarn!

## Valberedningen har börjat sitt arbete...

och söker flera engagerade medlemmar till poster i styrelsen och till diagnosombud.

Kom gärna med förslag på någon som du tycker passar, du får gärna föreslå dig själv! Ring förutsättningslöst, så berättar vi mer. Vi jobbar med framtiden i sikte.

Valberedningen medlemmar:

Iréne Schwarcz (sammankallande)  
653 29 07

Berit Köhler 580 365 52

Guje Starckenberg 0737 30 17 11 alt.  
647 73 01

Gunilla Bredwad Wiechel 37 57 07

Du kan också skicka dina förslag, adresserat till valberedningen, till Reumatikerförbundet Stockholm, Erstagatan 27, 116 36 Stockholm

## Kort resumé över några av höstens aktiviteter

Föreläsningen "Varför gör det ont?" samlade 50 åhörare i ABF-huset i september.

Svampkursens 10 deltagare kom hem med fulla korgar och njöt av en sallad på riskor på avslutningen. Kursen hölls ihop med FHLIS.

Dryg 100 medlemmar firade föreningens 30års jubileum den 20 november.

Fotterapeuten Carola Schriwer inspirerade 25 deltagarna att ta bättre hand om sina fötter!

25 medlemmar besökte Rörstrands Slott på studiebesök. Kaffe och slottskaka avrundade eftermiddagen.

Föreningens informatörer har besökt reumatologmottagningar på Karolinska Huddinge och Solna under novembermånaden.

Lyckliga medlemmar fick köpa åtråvärda biljetter till föreställningen Sista Dansen på Stadsteatern den 8 november. (samarbete med FHLIS)

Dietisten Louise Britse föreläste på diagnosträffen för RA och AS i november.

18 glada medlemmar och anhöriga reste i oktober till varma baden i Heviz i Ungern.

**Nästa Källan,  
med vårens alla  
kurser, föreläsningar  
och aktiviteter  
kommer i din  
brevlåda  
omkring 18 januari.**

