

Sundsvall: Olin på besök

Lördagen den 9 juni hade Reumatikerföreningen i Sundsvall temadagen "Fibromyalgi är inte bara värk i kroppen". Föredragshållare var Professor emeritus Robert Olin som har stor erfarenhet och kunskap i ämnet.

Vi var omkring 170 personer som under fyra timmar fick veta både gammalt och nytt. Vi blev bland annat informerade om att vanliga värktabletter inte hjälper vid Fibromyalgi eftersom de fungerar uti kroppen. För att få lite smärtlindring behöver vi så kallade opiater som påverkar centrala nervsystemet, där felet sitter.

Exempel på läkemedel är Tramadol, Tridolan och Nobligan. De finns som kapslar och tabletter. Börja med



en halv tablett, då läkemedlen inte passar alla.

Det blev en mycket givande dag. Som fibromyalgisjuk blir vi bekräftade och får därmed ökat självförtroende, när vi får lyssna till Olin som är intresserad av sjukdomen fibromyalgi.

Professor Robert Olin har forskat inom Fibromyalgi och skriver idag sin andra bok i ämnet.

Gördis Englund
Fibromyalgiombud i Sundsvall

Karlskrona: En liten hälsning

Här kommer en liten hälsning från Reumatikerföreningen i Karlskrona. Det är ju inte så ofta vi är med i tidningen. Men vi skall bli bättre på att skicka in.

Vi träffas en gång i månaden. Vi har mycket trevligt tillsammans. Man har en del information när det gäller våra sjukdomar och mediciner, ibland kommer någon och håller ett föredrag.

Det brukar också bli några roliga historier och till slut en god fika.

Reumatikerföreningen Karlskrona är ju en stor förening med mycket aktivitet. Det är alltid roligt att träffas och många är ju väldigt aktiva. Vi hälsar till alla andra Reumatikerföreningar.

Sonja Mårtensson

Tjörn: Loppmarknad för tredje året

Onsdagen den 11 juli 2001 anordnade Reumatikerföreningen Tjörn för tredje året i rad loppmarknad i sin lokal (Gamla Småskolan) i Skärhamn.

I år hade man ganska tur med vädret, det var sådär lagom dåligt för att man skulle vilja ha något att göra men inte sämre än att man kunde bege sig utomhus.

Det var fullt på gården långt innan portarna öppnades och första timmen var mycket hektisk men rolig. Förste man på plan var den årligen återkommande gästen som köper till sin egen verksamhet, vi tror att han blev nöjd även i år.

Förutom "Loppor" fanns det tom-bola och lotterier; ett vars vinst var en handgjord docka med kläder och tre med olika broderier - allt förfärdigat av föreningens medlemmar, på kurser eller på de vanliga tisdagskvällarna. Allt gick inte åt men det var god stämning och dagen gav ett gott resultat som kommer föreningens medlemmar och andra reumatiker till godo fram till nästa sommar då det förhoppningsvis blir en ny loppmarknad.

Agneta Sandahl

Nyköping: Rapport från 25-årsjubileum

Reumatikerföreningen Nyköping har fyllt 25 år. En tipspromenad inledde firandet och därefter bjöds på drink och mingel i foajén.

Så blev det dags för jubileumsmiddag och föreningens ordförande Tyra Eriksson kunde hälsa ca 80 gäster välkomna. Vid varje kuvert fanns en historik utlagd över de 25 åren.

Mellan rätterna hölls tal och gåvor

överlämnades av inbjudna gäster. Från Reumatikerförbundet deltog Kerstin Carselind som höll ett längre anförande, varefter hon överräckte blommor och en penninggåva.

Föreningen gratulerades av bl.a. Nyköpings kommun, ABF-avdelningarna inom området, Handikappalliansen, Sörmlands Reumatikerdistrikt och övriga Reumatikerföreningar i länet. Före desserten bjöds också på uppskattad underhållning av Ida och Frida

som framförde en sketch som raljerade med primärvården bl.a.

Efter desserten utdelades hedersplaketter till personer med lång och trogen verksamhet i föreningen. En jubileumsvisa hade skrivits av Georg Eklund och framfördes av sånggruppen. Richard Holster var dagens toastmaster. Till sist bjöds på kaffe med tårta och dans till Trosa-Lasses enmansorkester.

Marianne Weidertz



Nya vänner tack vare Fibroliv projektet

Våren 1994 träffades nio kvinnor för att starta en "Fibroliv"-cirkel.

Våren 2001 träffas vi fortfarande, nu för femtonde terminen. Numera är vi sex deltagare och träffas var fjortonde dag. Den lyckade sammansättningen av gruppen gjordes av dåvarande studieorganisatören i Norrköpings Reumatikerförening Margaretha Karlsson, numera studieombud i Reumatikerförbundet.

Av "Fibroliv"-projektets sex studiehäften avverkade vi ett per termin i fem terminer. Det häftet som handlade om bl. a graviditet och föräldraskap har vi inte studerat särskilt. Men temat har ändå mer eller mindre diskuterats ur olika vinklar under alla år.

I och med att vi lärde känna varandra så väl tack vare alla de diskussioner som frågeställningarna i de olika häftena gav upphov till så växte nya intressanta teman fram, som vi fortsatte med när projektet var slut.

Exempel på detta är att vi en termin under ledning av en dietist lärde oss näringsberäkna vår kost med hjälp av



ett speciellt dataprogram, vi har presenterat de hobbies vi har för varandra, gått på konserter, teater och utställningar. Varje termin har vi inlett respektive avslutat säsongen med att äta ute på restaurang.

Numera träffas vi främst hemma hos varandra var fjortonde dag för en trevlig lunch och livliga diskussioner om allt tänkbart som vi tycker är intressant.

I november 2000 inbjöd vi Margaretha Karlsson till vårt 7-årsjubileum. Till vår glädje kunde hon komma och

vi fick tacka henne för att hon en gång förde oss samman.

På fotot sitter Margaretha Karlsson till vänster längst fram. Bredvid Margaretha sitter Ingegerd Linder-sköld. Stående bakom dessa från vänster Gudrun Robinsson, Birgitta Derneborg, Barbro Billström, Gull-Britt Clarén samt Britt-Marie Andersson. Alla bor vi i Norrköping.

Gudrun Robinsson

En liten rapport från vår Lanzaroteresa

Glada och förväntansfulla landade vi på Lanzarotes flygplats, utan några större problem. Vi fick åka buss in till terminalen. Där möttes vi av en Vingrepresentant, som talade om vilken buss vi skulle åka med. Väl framme vid Hotell Sol, fick vi våra rum. Efter några byten var alla nöjda! Vi samlades efter några timmar, bestämde om träningstider och träffpunkter. Sedan var det dags att äta och gå och lägga sig efter en lång och strapatsrik dag!

Det blev 2 st gympass per dag. Dessa utförde vi på den breda strandpromenaden. De förbi passerande såg lite undrande ut, en del hängde på, men det bjöd vi på! Poolen var alldeles för kall för våra leder, till allas besvikelse!

Vi var ute och åt tillsammans några kvällar, var på Vingvärdarnas cabaret och firade Marie som fyllde år. Med



mycket god mat och många skratt!

Dagarna gick fort! Solen värmdes våra vinterstela leder och muskler. Havet svalkade när det blev lite väl hett! Vi hann även med några olika utflykter bla. rida kamel, besök på en marknad och en busstur ut i lavalandskapet. Så nog har vi haft det skönt

och trevligt! Förutom en utav oss som åkte på en allergichock i början på första veckan. Hon fick tillbringa sin mesta tid på sjukhuset och på hotellrummet.

Pigga och utvilade åkte vi hem igen!

Annicka Karlsson



Hammarö: Må Bra Dag

Den 16 juni genomfördes en Må Bra Dag på vackra Hammars Gård. 44 deltagare mötte upp i strålände solsken och med glatt humör för att lyssna på Bror Weström som berättade om den verksamhet som bedrivs på Spenshult.

Några ur föreningens friskvårdsgrupp berättade om motionsrundan varje vecka och demonstrerade användandet av stavar. Efter en skön stund i

det fria med tipspromenad och efterföljande lunch på Vänerlax med tillbehör var det dags att pröva på Qi-Gong under ledning av Birgit och Vivian.

Prisutdelning, några strofer av Gustav Fröding, kaffe och goda kakor avslutade dagen.

Rigmor Paulsson

Vänersborg: Verser välkomnade gästerna

Den 19 maj 2001 firade Reumatikerföreningen 25 år. Ca 80 personer deltog i festligheterna.

Kvällens värdpar tog emot gästerna och bjöd på välkomstdrink. Varje speciellt inbjuden gäst, hedrades med en välkomstvers, alltifrån Vbg:s Kommun, som tackat ja - men inte kom, till Rförbundet, R-distriktet, R-föreningarna, ABF, musikerna, samt sist men inte minst - alla medlemmar (dock gemensamt) och med vår 94-åriga grand old lady, föreningens äldsta medlem i spetsen.

Martha Johansson, föreningens grundare, kunde pga lasarettvistelse inte delta, men så här lyder hennes välkomsthälsning:

MARTHA - hon grundade vår förening - det är känt, Hon byggde upp den med gråsten och cement, Så efter 9 hårda år hon ville avgå, Det var lätt för efterträdaren - med sådan grund att vila på. Välkommen Martha.

Vår historik

För 25 år sedan bildades föreningen av en driftig och kunnig dam, Martha



Johansson, som valdes till föreningens första ordförande. Medlemsantalet var då 47 personer och 800:- kronor fanns att tillgå som startkapital.

En av de viktigaste verksamheterna, som föreningen började att arbeta med, var att få igång en bassängträning i 34 graders varmt vatten. Denna verksamhet bedrivs ännu idag - 25 år senare, efter diverse renoveringar på samma ställe.

1986 var det med stor glädje föreningen tog del av politikernas beslut om utökning av vårdpersonal med 1 reumatolog, 1 sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator. En utopi idag - 15 år senare.

1988 började den ekonomiska åtstramningen att märkas i såväl kommun som landsting, med påföljd att bidragen till föreningsverksamheten minskade. 1995 anordnade Fibrogruppen i samarbete med ABF en föreläsning av professor Robert

Olin i ämnet Fibromyalgi. Ca 400 personer hade denna kväll sökt sig till Scandic Hotel för att lyssna. Lokalradion uppmärksammade det hela och hade sänt en reporter dit.

Under år 2000 har många ÖPPET HUS -diskussioner förekommit, där inbjudna gäster varit exempelvis politiker, ansvariga för färdtjänsten, hemtjänst, hemsjukvård mm mm.

Vi har idag ca 360 medlemmar och föreningen är mycket aktiv, med läsecirklar, akvarellmålning, pyssel, kurser, resor, festligheter mm mm som bedrivs i den egna lokalen på Belfragegatan.

Utdelning av Reumatikerförbundets förtjänsttecken tilldelades Solveig Hult, guld och Eyvor Klubb, silver. Vänersborgsföreningens äldsta medlem, EVA, hedrades med 25 röda rosor. Föreningens kanslist, Barbro, som efter 18 år slutade sin tjänst, avtackades med gåva och blommor.

Växjö:

Resa i utvandrabygder

Som en perfekt avslutning på vår Vilhelm Moberg-cirkel gjorde vi en resa i juni till de kända och okända platserna i Mobergs böcker. 29 förväntansfulla resenärer mötte upp med skapligt sommarväder.

Första etappmålet blev Ljuders kyrka. Kyrkogården här berättar om verkliga utvandrare. Det var i denna socken som Karl-Oskar och Kristina bodde. Efter titt i kyrkan var det dags för kaffe i hembygdsparken.

Färden fortsatte till Åkerby vägskäl där utvandrarerna enligt tradition samlades. En bit därifrån låg Modala hytta, ett nedlagt glasbruk där Moberg arbetade som ung. Detta inspirerade honom senare till boken "Soldat med brutet gevär".

Efter att ha passerat den gamla Pestkyrkogården (usch) kom vi till Moshultamåla och besökte den gamla skolan där Moberg gick och fick sänkt

sedebygd som senare blev namnet på en roman. Så kom vi fram till Bjurbäcken där soldattorpet låg och där författaren såg dagens ljus. Här finns en minnessten rest som Moberg egentligen inte ville ha.

Vi får inte glömma att vi på denna resa hade en verklig professionell guide, Ulf Nilsson. Han är här lokal känd för sina Kina-resor men är även mycket intresserad av Moberg. Han berikade verkligen dagen med intressanta uppgifter om författarens böcker och liv.

Sedan fortsatte vi till Klasatorpet som i filmen om utvandrarerna blev Korpamoen. Ulf berättade att Jan Troell gjorde många resor innan han kom hit. Men när han väl fick se torpet föll han direkt. Filminspelningen pågick ganska länge och det hade varit kul att höra hur ordsbefolkningen försökte lära Liv Ullman småländska



och se hur man visade Max von Sydow hur man körde oxar.

Resan avslutades med ett besök i Långasjö kyrka där bygdens dotter, Elisabeth Bergstrand Poulsen, har gjort den underbart vackra och unika altartavlan. Från Långasjö utvandrade för övrigt en man som vaskade guld i Alaska och kom hem och grundade en industri.

Det var säkert en och annan som funderade över detta när vi var på hemväg efter en mycket intressant dag.

Klotterplanket:

Första träffen i verkliga livet

Internet har inneburit nya sätt att mötas. På reumatikertidningens klotterplank pågår en intensiv mötesverksamhet, och nu har man träffats i verkliga livet också. Här är några digitala bilder från den första klotterplankträffen.

Visst ser det trevligt ut?

De som träffades var Anette, Birgitta, Hasse, Bertil, Gunilla, Gabbi och Adda.



Uppsala:

Picknick i det gröna

En av sommarens första dagar, hade vi picknick. Kosan ställdes till Ulva kvarn, en hantverksby med egen liten fors, en ljuvlig ravin och en härlig äppellund. Där intog vi vår medhavda matsäck.

Oj så mycket spännande som togs upp ur korgarna. Vår egen -BingoBerra-, Bertil Andersson, kom för att sälja lotter, men vi hade nog mest focus på

små oliver, kyckling, potatissallad, dryck och sommarens första jordgubbar. Därefter gick några på spatsertur bland de små hantverksbodarna och återkom med sommarens första mjukglass.

Sist spelade vi Boccia under ledning av Stig Enlund.



Foto Barbro Zaar Text Agneta Gustafsson