

Från distrikt och föreningar

Har det hänt något därhemma, i föreningen, distriktet eller intresseorganisationen? Kanske något som skulle vara roligt att dela med sig av till övriga Sverige? Nog sas det väl något intressant på mötet, och hur var det med uppvaktningen hos kommunalrådet?

Skriv till Landet runt, Reumatikertidningen, Box 12 851, 112 98 Stockholm. Och glöm inte bilderna, ibland säger de mer än tusen ord!

Alvesta:

På tjejweekend i Tranås

Tio "tjejer" ifrån Alvestaföreningen besökte Badhotellet i Tranås en helg i april. Vädret var soligt och skönt och vi såg fram emot vistelsen i det gamla och vackra hotellet. Vår "tjejweekend" bestod av tre olika sorters behandlingar: varmbad med ledare, massage och inpackning. Därutöver ingick en introduktion till qui-gong, en övernattnings och massor med god mat. Efter en treättermiddag somnade vi gott och vaknade utvilade till en ny dags aktiviteter. Vi var tio trötta men i själen välmående "tjejer" som lämnade Tranås en solig söndagseftermiddag för återfärd till Alvesta.



I badavdelningen: Maj-Britt H, Gunvor, Lena, Margaretha, Kerstin, Maj-Britt J, Lena, Birgit, Irma och Eva-Britta.

Vårutflykten

I slutet av april hade vi vår årliga vårutflykt. Cirka 25 medlemmar var med på resan som gick till Bilmuseet i Rydaholm. Det är ett mycket imponerande verk av en sann entusiast. Bilar av olika årgångar och modeller,

leksaker, radioapparater och självspelande instrument fyller lokalen. Vår guidade rundvandring var mycket underhållande och tiden rann snabbt iväg. Något försenade anlände vi till Rydaholms Vårdshus, där vi åt kaffe och frallor.

Älmhult:

Älmhultsdagarna 2002

Reumatikerföreningen Älmhult deltog nyligen i den föreningsmessa som ordnats av Älmhults Kommun. Totalt ställde 90 föreningar i kommunen upp omfattande allt mellan idrott och handikapp, hantverk, hobby och hjälpversamhet och presenterade sina verksamheter. Även Reumatikerföreningen var representerad med en trevlig monter, vilken man fått hjälp med av tre elever från Entreprenörsprogrammet vid gymnasiet. Under två dagar hade vi aktiviteter i vår monter, i första hand delade vi ut information om Reumatikerförbundet och de olika diagnoser som finns dokumenterade. Många människor stannade till vid vår monter, pratade med oss om sina eller andras problem, svarade på en tips-tävling om reumatism, köpte ett grönt handtag eller lade några slantar till insamlingen för reumatikerfonden. De



flesta blev förvånade av att höra hur många människor som är drabbade av reumatiska sjukdomar i olika former.

Bristen på rehabilitering och framförallt rehabiliteringsbassäng i Älmhult påtalades.

Reumatikerföreningens arbete för att få politikerna i kommunen att satsa på rehabiliteringsbassäng uppmuntra-



des från olika håll. Carina från Förbundet var hos oss och hjälpte till med information. Flera nya medlemmar kan vi räkna in till vår förening efter denna aktivitet. Totalt besöktes Älmhultsdagarna av ca 30 000 personer under de tre dagar aktiviteterna pågick.

Siw Nordin, Reumatikerföreningen Älmhult.

Älmhult:

Grillkväll startade hösten

Reumatikerföreningen Älmhult har startat upp höstens verksamhet med en grillkväll vid Kølåboda Storegård. Träffen inleddes med att värdinnan berättade om att den gamla kaptensgården är den Gamla Kølåboda med anor från 1700-talet. Huset har bevarats i ursprungligt skick och man använder det numera till kaffeservering samt till utställning och försäljning av konsthantverk, mestadels från lokala hantverkare. Eftersom Kølåboda är en färgård med egen uppfödning av



lamm grillades lammkött. Sven och Åsa Cederblad underhöll med drag-spelsmusik och frågetävlingar.

Nästa aktivitet blev Reumatikerföreningens deltagande i Älmhultsdagarna och föreningsmässan i Linné-

hallen den 21-22 september. Där informerade vi om reumatiska sjukdomar, forskning, rehabilitering, hjälpmedel m.m.

Siw Nordin, ordförande

Skara:

Informatörer utbildade

Reumatikerdistriktet Skaraborg har under våren 2002 utbildat sju informatörer för de fem diagnosgrupperna Artrit, Artros, Bechterew, Fibromyalgi och SLE. De har själva den diagnos som deras informationsområde berör.

De har under utbildningstiden fått lära sig informationsteknik, och hur Förbund-, distrikt-, och föreningar fungerar. Diagnoslära ingick också, varvat med föreläsare och grupparbete.

Dessa sju personer går nu på uppdrag ut och informerar om hur det är att leva med reumatism och hur patienten upplever sin kontakt med



sjukvård och rehabilitering.

Uppdragsgivarna har varit och är hittills läkare inom reumatologi och medicin, sjukgymnaster,

arbetsterapeuter, foterapeuter, vård och omsorgsutbildade samt reumatikerföreningar i Skaraborg, Halland och Småland.

Alingsås:

Potatisvatten, bubbelpool och utvecklingsvecka i Dalarna

Styrelsen och diagnosråden från Reumatikerföreningen Alingsås hade under september konferens- och utvecklingsvecka på Masesgårdens Hälso- och friskvårdscenter, Leksand.

I samband med denna vecka hade styrelsen en intematdag i processutbildningen "Ta chansen och utveckla styrelsen" med David Magnusson, Reumatikerförbundet som utbildare och som vid detta tillfälle ersatte Margaretha Karlsson.

En mycket givande vecka som fört styrelse- och diagnosrådsarbetet framåt i föreningen och där många nya idéer och förslag till förändringsarbete

arbetats fram.

Tillfälle gavs även till Masesgårdens program som innehöll skilda aktiviteter som qi gong, vattengympa, stavgång och föreläsningar av skilda slag med inriktning på hälsa och friskvård.

Dagen startade med potatisvatten redan klockan 07.15 och kunde avslutas i den varma bubbelpoolen.

Den vegetariska kosten på Masesgården gav ytterligare inspiration till föreningens nystartade cirkel kost, vikt och hälsa. Smidesverkstad i Leksand besöktes och gåva kunde inköpas och skänkas till lotteri att ha



Från v. Stanley Sundvall, Ruth Nilsson, Eva-Lill Nilsson, Katarina Lindqvist, Maria Hansson, David Magnusson Reumatikerförbundet, Birgitta Andréasson, Britt-Marie Jonsson.

vid ett medlemsmöte. Gåvan blev en fruktskål i smide som sedan fylldes med en massa nyttig frukt.

Text Katarina Lindqvist, Alingsås

Vetlanda:**Nu får man varmbassäng**

Sondagen den 29 september firade reumatikerföreningen sitt 25-års jubileum på Stadshotellet i Vetlanda. Det var omkring 90 personer som deltog i festligheterna. Det var inbjudna gäster från Vetlanda kommun och från Reumatikerföreningarna runtom i länet samt från Reumatikerdistriktet som alla uppvaktade med penninggåvor och blommor.

Från Reumatikerförbundet fick vi mottaga en gåva ur Bengt Wiklunds minnesfond om 3 000 kr, som skall användas till utbildning inom förbundet, i syfte att utveckla, föreningens arbete och stärka organisationen.

Lagom till jubileet har en om- och tillbyggnad av Vetlanda badhus påbörjats, där även en varmbassäng kommer att inredas. Redan vid



Vänster: Margareta Börjégård överlämnar Förbundets gåvobrev till ordförande Svend Røndum.

Mitten: Från vänster, Svend Røndum, Margot Hulth, Dagmar Hagström, Ingrid Håkansson och Göte Hadås. De var alla med vid föreningens bildande, och tilldelades minnesgåvor för deras insatser för föreningen. Distriktsordförande Sirkka Sjögren längst ner till höger.

Höger: Sirkka Sjögren överlämnar distriktets gåvobrev till ordförande Svend Røndum.

bildandet av föreningen togs frågan om varmbassängsträning upp, och uppvaktningar hu gjorts regelbundet under alla år. Det är därför med stor tillfredsställelse som vi ser, att bassängen blir klar i början av nästa år

Kassör Uno Sundberg överlämnade minnesgåvor och blommor till fem medlemmar som var med att bilda

föreningen för 25 år sedan, Ingrid Håkansson, Margot Hulth, Dagmar Hagström, Göte Hadås och Svend Røndum. Uno tackade dem alla för deras insatser och för att de har varit föreningen trogen genom alla åren.

Svend Røndum

Uddevalla:**Försommarfest i Uddevalla**

En underbart vacker kväll i början av juni samlades vi i Ljungskilegården för att ha säsongsavslutningsfest.

Ljungskile ligger 2 mil söder om Uddevalla vid en fin liten havsvik. Orten har drygt 3000 invånare och ligger inom Uddevalla kommun. Där finns fin båthamn, härliga vandringsleder på Bredfjället ovanför samhället. Där finns även tångbadhus, kallbadhus och fina badstränder för att inte tala om den gamla badorten Lyckorna med anor långt tillbaka, med vackra gamla hus med mycket snickarglädje.

Att vi denna gång var i Ljungskile

beror på att vi har många medlemmar som bor där.

Vi skickade ut inbjudan i god tid till alla medlemmar, och vi fick 70 svar, så intresset var stort, vilket också kanske berodde på att vi bjöd på fin underhållning och god mat.

Underhållningen bestod av två trumpetare, Douglas Holmstedt och Jan Stenegård, som spelade härliga gamla klassiker, som vi alla njöt av.

Den lekamliga spisen bestod av en buffé som styrelsen fixade. Avslutningsvis bjöds på kaffe och drömtårta.

Under och efter måltiden under-



hölls vi av en trubadur; Gösta Nyrén som sjöng visor av, och berättade om, Gösta Kullenberg.

Alla umgicks och pratade så stämningen var hög, och när vi skildes åt i den vackra junikvällen var alla överens om att vi haft en lyckad fest.

Gundel Lindbom

Avesta:**På resa runt Siljan**

Reumatikerföreningen i Avesta har varit på en trevlig sommarresa runt Siljan.

Höjdpunkten var ett besök i Dalhalla där deltagarna genom lokalguidens försorg fick reda på allt om kalkbrottets historia. Ett rejält tilltaget förmiddagsfika serverades också vid besöket. I Nusnäs visades dalahästtillverkningen och vid Tolla keramik

demonstrerades hur drejningen går till.

Besök gjordes även på Nittsjö där medhavda slantar spenderades. Eftermiddagskaffet avnjöts på Björkberget med sin fantastiska utsikt över Siljansbygden. Hemresan gick via Leksand och flera andra sevärdheter i vårt vackra Dalarna. De ca 20 deltagarna hade en upplevelserik dagsresa

där vädrets makter visade sig från sin bästa sida. Endast en kortare regnskur och den värsta vännen lindrades av molnen. Mätta och belättna med många nyinköpta saker i bagaget återkom deltagarna till Avesta på kvällen.

Zanne Oskarsson / Solveig Djupenström

Vejby strand:

Rapport från sommarläger

”Kvinnor med funktionshinder möter kvinnojourskvinnor”, arrangerad av Forumkvinnor och handikapp, ledd av Ebon Kram.

Jag vill tacka Reumatikerföreningen Varberg och Reumatikerdistiktet Halland vilka gav mig möjlighet att fara till kursen i Vejby strand.

Kursen har varit mycket givande även om dagarna har varit långa, 9-21 med minst 2 timmars lunch och 1.5 timmas middagspaus.

Denna gång var vi 32 kvinnor. Utöver dessa deltog fem kvinnliga personliga assistenter, sex kursledare, alla kvinnor, vilka alla är mycket professionella i sitt ledarskap. Varje dag hade sitt eget tema.

- Söndag – kvinnors vänskap
- Måndag – kvinnors villkor
- Tisdag – fysisk feminism
- Onsdag – vardags förtrycket
- Torsdag – kvinnors bilder
- Fredag – systerskap ger styrka

Långa varma dagar, i snitt 33 grader i skuggan. Varje dag gav så oerhört mycket. Det är viktigt för oss kvinnor med funktionshandikapp att få träffas och utbyta erfarenheter med varandra.

Då jag deltagit i tidigare års sommarläger, vill jag poängtera att nivån på årets kurs blev väldigt hög. Detta berodde på deltagarnas egen kompetens vilket gjorde att vi kvinnor växte genom varandras styrka. Viljan att lära mera är stor bland oss kvinnor. Kursen är viktig för alla kvinnor, men denna riktar sig till kvinnor med funktionshandikapp, kanske den enda i Sverige med enbart kvinnliga förtecken.

Stämningen har varit god med många skratt, konflikter fanns men de löstes! Avskedet från kvinnodeltagarna var känsloladdat, alla önskade vi varandra ett fortsatt gott kvinnoliv.

Mitt rum var stort, svalt och handikappanpassat på alla sätt. Maten var mycket god, alla med födoämnesallergi fick vad jag förstod bra och god mat. Husmor var ute vid varje måltid och pratade med oss i gruppen. Då jag inte själv har födoämnesallergi skall

detta tas som en allmän reflexion. Men Säkrare mat än att få den upplagd på tallrik och inburen och kontrollerad varje gång, att rätt person fått rätt mat, går nog inte att önska sig.

Kvällarna umgicks vi även om det var N-läns deltagare som oftast var tillsammans. Med mycket skratt och sång.

En uppmaning till nästa år: Åk så många som möjligt! Gensvaret från reumatiska kvinnor till detta läger var stort.

När vi skulle ge en presentation av kvinnor med reumatisk diagnos, gav vi information om Internationella reumatikeråret samt internationella reumatikerdagen, om aktiviteterna i apoteken, samt information om hur många i Sverige (1 miljon) som har en reumatisk diagnos, samt de fem diagnosgrupperna.

Kursen har varit givande. En arbetsgrupp bildades med syfte att verka i framtiden.

I denna grupp invaldes undertecknad.

Roza Gunnerås

Fagersta:

Inspirerande om Elisabeth

Efter ett besök på Birgittagården, som är ett katolskt kloster vid den vackra sjön Runn, inser man att vi stressade nutidsmänniskor skulle nog behöva stanna upp ibland och gå ner i varv.

Vi som var med på resan var mycket nöjda och belåtna, speciellt efter den berättelse om Moder Elisabeth liv som vi fick oss berättad.

Birgittinerorden instiftades på 1300 talet av Heliga Birgitta av Vadstena och förnyades i början av 1900 talet av Moder Elisabeth Hesselblad, som under sin barndom var bosatt i Falun.

Som vuxen åkte Maria Elisabeth till Amerika för att där söka efter ett bättre liv. Det tog inte lång tid förrän hon började utbilda sig till sjuksköterska och hon blev så småningom novis åt en sträng nunneorden, Karmeliterna i Rom. Senare blev hon upptagen som



nunna i Birgittinerorden, och hon gjorde en lång resa runt en handfull kvarvarande birgittakloster på olika håll i Europa. Slutligen återvände hon till Rom. Där startade hon en ny gren av landsmaninnans klosterorder som fortfarande finns kvar. Trots att hon hela livet igenom led av ett magsår lyckades hon därefter grunda kloster på flera håll i världen. Allra gladast lär hon har varit över att kunna starta ett kloster hemma i Sverige. Birgittasystrarna flyttade in i en villa i Djurs-holm år 1923. Med tiden kom Moder Elisabeth att grunda mer än tio kloster.

Hon blev en mycket aktad person i Rom, och på andra håll i den katolska

kyrkan. Inte minst för de stora sociala insatser hennes kloster gjorde under andra världskriget för att lindra nöden i Europa. För det fick hon både Malteserkorset och Nordstjärneorden som tack.

Den 24 april 1957 dog hon i den heliga Birgittas hus i Rom och på 30 årsdagen av hennes död begärde Birgittinersystrarna att hon skulle saligförklaras. Den processen har inletts i Rom, men det tar många år innan den kan avslutas med helgonförklaring. I våra dagar är systrarna verksamma i tre världsdelar från ett tjugotal kloster.

Maj Britt Gyllkrans

Internationella reumatikerdagen:

Full rulle över hela landet

Internationella reumatikerdagen 12 oktober syntes över hela landet. Här är ett axplock vad reumatikerna hade för sig denna lördag, från Skåne till Norrbotten.

Stockholms län

Forskardag på Karolinska Institutet med många föreläsningar.

Uppsala

Distriktet ordnade tillsammans med alla sina föreningar en föreläsningseftermiddag i Uppsala, Folkets Hus.

Östergötland

Distriktet hade temadag i Linköping. Ämnet var "Hur påverkas tänder och käkar av reumatism".

Gotland

Här fanns man på apoteket i Visby

Skåne

Trelleborgs Reumatikerförening fanns på Stortorget.

Kristianstads Reumatikerförening fanns på apoteket.

Lundabygdens Reumatikerförening fanns på apoteket i Södra Sandby.

Halland

Kungsbacka Reumatikerförening hade Öppet Hus på föreningens kansli.

Varbergs Reumatikerförening hade Minimässa på Folkets Hus.

Halmstads Reumatikerförening hade en föreläsning om "hudproblem vid reumatiska sjukdomar".

Älvsborg

Norra Älvsborg: Artrosföreläsning med Maria Klässbo i Vänersborg.

Södra Älvsborg höll en föreläsning om smärta i Parkhallen i Borås.

Skaraborg

Här hölls en föreläsning i Skara på Djäkneskolan med Ingemar Petersson. Ämnet för dagen var "Modern behandling för reumatiker om läkemedel, operationer och rehabilitering".

Värmland

Temadag för Unga Reumatiker, Föreläsning på hotell Plaza i Karlstad. Man fanns också på apoteket Druvan.

Örebro

Distriktet tillsammans med Unga Reumatiker och ABF ordnade en föreläsning om smärta på SEB.

Dalarna

Distriktsarrangemang på Kupolen i Borlänge. Samarrangemang mellan Reumatikerdistriktet Dalarna och dess föreningar, Kliniken för Reumatologi, Falun och Apoteket.

Hedemora hade öppet hus i sin lokal.

Gävleborg

Distriktet ordnade tillsammans med alla sina föreningar ett möte med föreläsningar i Hudik. Det hela avslutades med underhållning.

Söderhamn: Samarrangemang med apoteket på E-center, med Infobord och enkätutdelning.

Jämtland

Arrangemang den 17 oktober då det var arbetsterapidagen, på länsbiblioteket i Östersund.

Norrbotten

Piteå Reumatikerförening fanns vid Apoteket Renen och Apoteket



Robin Hood.

Luleå Reumatikerförening hade insamlingskampanj och 30-års jubileum.

Västernorrland

Härnösands Reumatikerförening fanns vid simhallen.

Kinda/Ydre:

Föreläsningafton om diagnoser

Reumatikerföreningen Kinda/Ydre i Östergötland har i samarbete med apoteket i Kisa och Kinda kommuns fritidsförvaltning ordnat en föreläsningafton om reumatiska sjukdomar med Dr. Lars Cöster från reumatikerkliniken på universitetssjukhuset i Linköping som föreläsare.

Apotekare Anita Samuelsson

hälsade välkommen till ett 40-tal åhörare och överlämnade ordet till Dr. Cöster som talade om de olika diagnoserna, de nya medicinerna och de billigare varianterna.

Sedan visade och demonstrerade arbetsterapeut Karin Grinell från vårdcentralen i Kisa olika hjälpmedel. Sedan talade distriktsordförande Thor-

Björn Prütz om svårigheterna för en liten förening, som var, att rekrytera folk till de olika uppdragen i styrelser, diagnosombud osv.

Till sist tackade Anita Samuelsson de närvarande och aftonen avslutades med kaffe och diskussion kring ämnet reumatologi.

Per-Gunnar Winnestad

Stockholm:

Kontaktprojekt lockade många

För några år sedan gjorde Stockholms reumatikerförening en enkät bland medlemmarna. Svaren visade att många av de äldre medlemmarna satt hemma. De orkade inte ta sig till några aktiviteter. De som inte hade hemtjänst hade ingen att prata med. Detta fick styrelsen i föreningen att starta kontaktprojektet. Alla medlemmar över 65 år tillfrågades om de ville att någon skulle ringa upp dem och få en pratstund. Och det ville många.

Det var inte så enkelt att börja. Idén var att kontakta äldre medlemmar som satt isolerade i sina hem och locka dem till aktiviteter utanför hemmet. Anslag söktes från socialtjänstnämnden i Stockholm. I mars förra året kunde man starta. Projektet löper över två år. Ellen Erixon anställdes som projektledare.

"Verktygen" i projektet utgjordes av andra medlemmar som skulle ringa upp den som ville ha kontakt. Först utbildades "uppringarna" i samtals-teknik och hur man kunde gå tillväga på ett lämpligt sätt i kontakterna. Den här våren är drygt 100 med i projektet. 50 medlemmar ringer upp varsin medlem.

Träff en gång i månaden

Ellen träffar uppringarna en gång i månaden och lika ofta inbjuds både uppringare och adept till en träff. Vad är det då man gör? Det varierar. Ganska ofta inbjuds någon att föreläsa. Både en sjukgymnast och en arbetsterapeut har talat om aktuella frågor. Bra skor kan vara svåra att få tag på och trasmattor hemma ökar risken att falla och skada sig. En person från stadsdelsförvaltningen i Maria-Gamla stan har berättat om vilken hjälp man kan få. En gång har man träffats till sillunch och i julis var det en jullunch, med allt som tillhör en sådan.

Ellen Erixon och Lena Hagelin, som arbetstränat på föreningens kansli, har hållit i samtliga träffar både var galler det praktiska som innehållet. Det viktigaste har varit att träffas inte bara per telefon och lära känna andra.



Sinnenas trädgård är en underbar oas för dem som bor i äldreboende.



Ellen Erixon i Sinnenas trädgård.



Här är Urve Karus och Marianne Stolt vid en träff i Brygghuset, Stockholm.

– De flesta uppringarna är själva äldre, säger Ellen, och det var ett lyckat drag. Många medlemmar i projektet är över 80 och har kanske inga släktingar eller vänner kvar i livet. En del har anmält sig som uppringare när de har kontaktats. Andra har läst i tidningen Källan och ringt och anmält sig själva.

Sinnenas trädgård

– Mest intryck på mig och alla andra var en föreläsning om Sinnenas trädgård som finns vid Sabbatsbergs sjukhus. Det är en terapeutisk trädgård som Yvonne Westerberg berättade om. Trädgård är bra för sjuka. Den som är dement kan gå barfota på gräs och grus och komma ihåg hur det var. Men det viktigaste tror jag är den psykiska upplevelsen av att vistas i en trädgård.

Att telefonsamtalen och träffarna betyder mycket för alla inblandade har Ellen fått många bevis på. Men vad har det gett Ellen?

Alla så positiva och glada

– Jag har lärt känna många äldre. Det som förvånar är att alla är så positiva och glada. Det känns skönt. Att göra något för andra är viktigt. Det är

dubbelt roligt för mig att det uppskattas så mycket. Vad jag har lärt mig själv är att trots sjukdom kan man se det positiva i tillvaron. Många har önsknningar som inte kan infrias, men vi gör så gott vi kan, skrattar Ellen. Vad vi lärt oss är att man vill komma utanför hemmet, men man vet inte vad man ska göra och vart man ska gå. Nu finns chansen att träffa andra och ha det trevligt.

Styrelsen har för avsikt att permanenta projektet efter de två åren. Det beror helt och hållet på om det ryms inom budgeten. Men ett kommer att fortsätta. Kontakten och vänskapen mellan medlem och uppringare.

Text Eva Näslund foto Lena Hagelin

556 medlemmar i Stockholm är 70 år eller äldre. Alla dessa fick brev där de inbjöds att delta i projektet. Därefter skaffades telefonnummer fram.

Alla ringdes upp och drygt 100 ville vara med som uppringare eller bli uppringd. Senare utvidgades projektet även till åldersgruppen 65 till 70 år som är 196 till antalet.

I och med Reumaåret ökar nu antalet medlemmar till 2 800 personer.



Halmstad:

Loppmarknad lockade

I samband med Laxivalen, sommarens välkända begivenhet i Halmstad, hade Reumatikerföreningen loppmarknad utanför Halmstads Teater. Dagen var solig och mycket varm och köparna strömmade till redan tidigt.

Det mesta gick att sälja, nästan allt från nya stövlar till aldrig symaskin, språkkurser, gammalt skolmaterial samt dukar och gardiner. Flitiga föreningsmedlemmar assisterade och gick samtidigt med bössor. Aktiviteterna inbringade 10 898 kr, ett välbehövt bidrag till forskningen.

Monica Jansson, Anita Ek

Bollnäs Ovanåker:

Behandlingsresa till Rumänien

30 augusti reste 18 medlemmar från vår förening till Rumänien på en behandlingsresa till Bad Felix Oradea i norra Rumänien.

Tre veckors behandlingar väntade nu på oss. Parachiva Serbanescu (Pacha kallad) väntade oss med en buss i Budapest. Vi åkte nästan 5 timmar genom byar och åkrar med majs, solrosor och pumpor i Ungern, innan vi kom fram till vårt hotel.

En något jobbig resa då värmen var så påtaglig. Men väl framme blev vi välkomna med varma leenden och varsitt glas Palinka (plommonbrännvin) som brände på läpparna.

Lördagen inleddes med ett anförande av Pacha som bott i Sverige i 6 år och talar svenska. Hon berättade om allt praktiskt vi behövde veta och visade oss behandlingskliniken. Vi gick även en tur i byn Bad Felix. På söndag var det dags för en rundtur i närliggande staden Oradea.

På måndag fick vi träffa vår läkare och bestämma vilka behandlingar vi skulle ha som passade oss. Bassängerna höll 35 – 37 gradigt mineralvatten. tre



till fem behandlingar per dag kunde vi få. Andra veckan läkarbesök igen och ev. byte av behandling. Vi har gjort en del utflykter. Till Erikshjälpens barnhem, Björngrottorna, Stadsrundtur samt besökt några bondgårdar och sett hur de lever i byarna.

Ett dukat bord med gårdens egna produkter av mat och dryck fick vi smaka på. Att gå och handla i affärerna och på -marknader var ett nöje för oss som fann det billigt. Det finns mycket mera varor nu i affärerna än förut såg

vi som varit där förut. Även TV-kanalerna är många fler i dag.

Kvällen före hemfärden höll Hotel Termal en jättefin avskedsmiddag med underhållning för oss. Vi hade gjort insamling till kökspersonalen och så till Pacha vårt allt i allo under alla dygnets timmar. Nöjda resenärer med fina minnen av ett gästvänligt folk.

Vi har verkligen fått känna oss lyxiga och ompysslade.

Österlen:

Vi reste till Skåne



Ett 20-tal medlemmar från Reumatikerföreningen Österlen gjorde efter avslutade studier om Norra Öresund en resa dit. Resan hade arrangerats av Elsa Blixt och startade den 10 juni och avslutades den 14 juni 2002. Inkvartering på EFS-gården, Åsljunga. Lärare och guide från Munka Ljungby Folkhögskola. Sevärderheter som besöktes:

Helsingborg med Sofiero, Rössjöholm, Ängelholm, Kullahalvön, Höganäs, Bjärehalvön, Båstad, Norrvikens Trädgårdar och många andra intressanta platser. Vädret var skiftande men vi äro nöjda med resan mat, logi och samtliga utflykter var toppen.

Kiviksgruppen



Simrishamnsguppen uppträder med sånger för cirkeldeltagarna.

Österlen:

Avslutning av studiecirkel

När studiecirkelarna hade våravslutning samlades grupperna på Seglarpaviljongen i Simrishamn. Samtliga var iklädda hattar. Där serverades mat och kaffe. Deltagarna stod för underhållningen Elsa Blixt avtackades efter 16 års arbete som studieledare.

Elsa Blixt

Malå:

Aktiviteter under hösten

Vi startade upp med möte i Guds fria natur. Huvudsysselsättningen var korvgrillning, därefter kaffe, frågelek med kända ansikten och god samvaro. En trevlig kväll i ett underbart sensommarväder.

I september inbjöds medlemmarna till Surströmmingsfest. Det blev en lyckad tillställning med många öppnade doftande burkar, hackad lök, kokt potatis. För att inte tala om alla "klämmor" som äts. (För en oinvigd är det strömming, skivad potatis och lite lök mellan smörat tunnbröd), mums. Efter surströmming är en söt kaka till kaffet ett måste. Vi underhölls av en trubadur tillika ståuppare.

Den 27 sept åkte 20 glada till Kreta där vi stannade 14 dagar. Vi bodde fyra kilometer utanför Chanla, bara ett stenkast från ett underbart havsbad. Vattnet var salt och klart, kanske lite kallt men ändå acceptabelt.



Dagliga övningar i Qigong på stranden och vattengymnastik i havet två gånger i veckan, blev en lagom och bra träning under vistelsen i solen och värmen. Underbart fin mat på kvällarna tillsammans med mycket skrott gjorde oss extra gott. En minnesvärd resa som ger mersmak.

Må bra kafé anordnades i oktober. Där pratade en sjukgymnast sig varm



om Qigongs betydelse i vården. Hon betonade cirkulationen, rörelsen och balansen som viktiga ingredienser. Präktiga skor och stödstrumpor visades av skohandlaren, salvor gjorda på eteriska oljor och naturens växter demonstrerades av en entusiast. Det minglades och föreningen bjöd på kaffe.

Eivor Hultdin