

## LANDET RUNT

## Från distrikt och föreningar

Har det hänt något därhemma, i föreningen, distriktet eller intresse-organisationen? 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 uppvakningen hos kommunalrådet?

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



Reumatikerna uppmjukade i Polen.



Lunchen serveras på kanalbåten Storholmen.

### Alingsås: Dalsland och Polen

Reumatikerföreningen Alingsås, som avslutade vårprogrammet med en två dagars resa till Dalsland och Dalslands kanal fortsatte att färdas i vattenled vid höstupptakten. Denna gång gick resan till Polen, då 30 medlemmar reste på behandlingsresa till Swinoujście.

Resan var väl subventionerad genom olika lotterier.

Det visade sig att resenärer från Reumatikerföreningen Vänersborg kom att bli resällskap under bussresan till Polen.

En och annan hade känt av vågornas då man färdades över havet under nattens timmar.

Tidiga morgon anländer resenärerna till Polen. Det blir en halvtimmas bussresa innan vi når



Hästlinjen i Swinoujście

Swinoujście och Kurhotellet Alga.

Hela den polska kusten är kantad med kurhotell och nya håller på att byggas.

Behandlingsresan inleds med incheckning på kurhotellet och ett läkarbesök med hjälp av reseledaren som även utgjorde som tolk. Var och en fick ett individuellt behandlingsprogram utfärdat. En guidar rundtur i staden görs för att bekanta sig med omgivningarna. Havet som var nära, 50 meter till den tio km långa och 70 meter breda vita sandstrand, gav tillfälle till flera promenader och naturupplevelser.

Den som hellre föredrog den asfalterade strandpromenaden kunde göra många billiga inköp då hela promenaden var kantad med olika

marknadsstånd. Även till marknaden nära den tyska gränsen gjordes flera besök. När benen blev trötta kunde man bara se efter häst och vagn för transport tillbaka till kurhotellet om man inte ville åka vanlig taxi. Hästroskan var ett avstressande inslag i vistelsen.

De olika behandlingarna från jacuzzi till saltvattenbad mjukade upp muskler och leder. Massage och lerinpackningar kändes välgörande för kroppen. Tillfälle gavs att få hårvård, manikyr och pedikyr, fotvård och ansiktsbehandling och man blev fin från topp till tå då man lämnade Polen.

Text och foto Katarina Lindqvist

### Hylte: Loppmarknad succé

Reumatikerföreningen Hylte har arrangerat en loppmarknad. Vi öppnade klockan 10.00 på morgonen, men redan 9.30 strömmade det in människor som var köpsugna.

Vi hade väldigt mycket skänkta saker, men det minskade ändå fort på

borden, det serverades också kaffe och många satte sig ner en stund och småpratade med varandra.

Behållningen, som blev 15 700 kronor, skänktes till Spenshults reumatikersjukhus för forskning med 10.000 kronor och 5000 kronor

skänktes till Reumatikerförbundet.

Det var en lyckad dag och alla var nöjda och glada.

Gull-Britt Jacobsson sekreterare

## Avesta:

### Sommarresa till Hälsingland

Reumatikerföreningen Avesta har varit på sin årliga sommarresa som detta år gick till Hälsingland. En rundresa som visade ett landskap med många vackra vyer men med dåliga vägar. Alla deltagare blev rejält omruskade under färden. Flera olika platser med tillverkning och försäljning av hantverk besöktes bl. a hantverkspaviljongen i Bollnäs, Växbo kvarn, Stene gård och

konstnären Bror Erik i Bjuråker.

Lotteri på alster tillverkade av föreningens handarbetsgrupp genomfördes i samband med kaffepauserna. På bilden ses några av deltagarna under glatt samspråk utanför hotell Järsvöbaden där man serverades en god lunchbuffé.

Zanne Oskarsson



Reumatikerföreningen i Lunda-bygdens 30-års jubileum firades den 20 september med stor fest på Boklunden, Torna Hällestad. Nästan 90 medlemmar och inbjudna gäster deltog och roade sig kungligt under middagen och den efterföljande dansen till Janzons orkester.

Föreningens spänstiga linedance-grupp visade sina färdigheter och sånggruppen gjorde kvällen oförglömlig

med fantastiskt ljuva toner. Alla deltagare fick ett exemplar av jubileumsskriften som belyser föreningens 30-åriga historia.

Den är författad av Adda Larsson som varit medlem i föreningen nästan sedan starten.

Text Ingrid Larsson

## Enköping:

### Sommarresa till Bollnäs

Reumatikerföreningens sommarresa gick i år till Växbo Lin & Kvarn som ligger utanför Bollnäs. Efter kafferast i Tönnebro gick färden direkt till Växbo Kvarn. Förr i tiden drevs kvarnen med vattenkraft men numera är det turbiner som drar de stora kvarn-hjulen som kan komma upp i en svindlande hastighet. Kvarnen var en samlingspunkt för bönderna där de förutom att mala sin säd även kunde låna redskap och laga sina egna saker. Man betalade mjölnaren och även skattmasen med mjöl.

Guidningen fortsatte så i Troll-dalen där vi fick kunskap om hur man tog hand om linet från sådd till lintråd. När linet är brunt c:a 20 cm från roten är det moget att skörda, det rycks då upp med roten. Därefter tas knopparna tillvara, en del till nytt utsäde, andra till linolja eller som djurfoder beroende på linets kvalitet. Sedan skall linet rötas, detta sker genom att man lägger linet i vatten, därefter torkas det innan det är dags för klappning, skäktning, häckling. De olika momenten går ut på att

frigöra bastet från stjälkens övriga vävnader och de finare fibrerna (tågorna) från de grövre (blånorna). De små linberedningsverken vid Trolldalen vittnar om den linodlande allmogens nyttjande av vattenkraften.

På denna historiska mark och med detta kulturarv i ryggen startades Växbo Lin 1989. Här finns nu Sveriges enda produktionslinje för spinning av lingarn och vävning av linne.

Nuförtiden går man maskinellt till väga. Man köper häcklat lin från Belgien för det finns inte att köpa i de kvantiteter som erfordras i Sverige.

Linnet behandlas i olika maskiner och när man fått fram lintråden efterbehandlas den i olika bad. Vid Växbo Lin väver man bl.a dukar, gardiner och en speciell disktrasa. Man använder lintråd i både varp och inslag.

Så var det dags för hemfärd efter en ganska jobbig men intressant dag, som gett oss nya kunskaper och även fina naturupplevelser.

Gunnel Koinberg



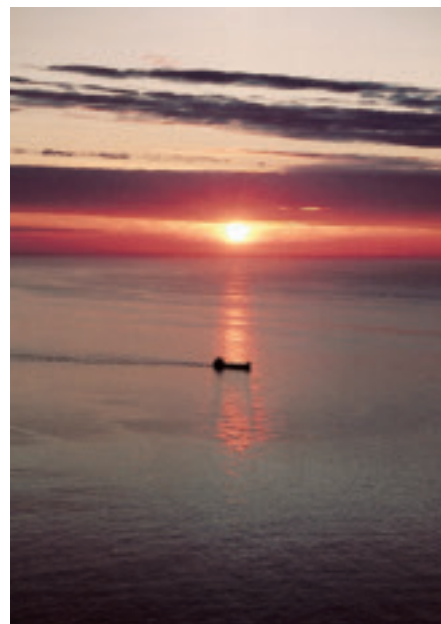


### Nordkap: Ingen resa är för lång

Med en rejäl packning, några väninnor och en husbil, åkte Reumatikerförbundets ordförande Lena Öhrsvik på en resa till Nordkap. Det var



visserligen semester, men under vägen mot Europas nordligaste punkt hann man med att besöka vänner över hela Sverige.



Klockan slår tolv, men solen är fortfarande över horisonten.

### Gällivare Fibrokväll

Onsdag den 24 september inbjöd Reumatikerföreningen allmänheten till en temakväll med information om fibromyalgi och stress. Medverkande var Christina Andersson från Centrala Fibromyalgi och Mjukdelsrådet samt Björn Sundström sjukgymnast från Gällivare sjukhus.

Ett mycket välbesökt möte c:a 90 personer som förutom ortsbor kom från Kiruna/Jokkmokk med en resväg

på c:a 12 mil. Förutom föreläsning informerades om Reumatikerförbundet/föreningen och nyttan av att bli medlem.

C:a 26 personer anmälde sig till den fibroskola som skulle starta. Reumatikerföreningen bjöd på fika och samlade in 900 kronor till forskning. En bra kväll där föreningen fick flera nya medlemmar.

Mayvor Larsson



### Varberg: Detta har hänt

Sista lördagen och söndagen i augusti anordnade Kultur- och fritidsförvaltningen i Varberg en föreningsmessa där alla föreningar inbjudits att vara med. Ca 70 föreningar medverkade och Reumatikerföreningen Varberg var en av dem.

Vi berättade om vår förening och hade med oss vikkfoldrar och annat material att dela ut. Styrelsens leda-

möter turades om att vara vid vår monter, som fick uppskattning från flera håll.

Gunvor Lindqvist

På bilden syns Anita, Marit och Gunnar vid föreningens monter.



## Tranås:

### Astarteläger för kvinnor

Tranåsbadet är en formidabel anläggning som ligger vid Sommers strand. Det har tidigare varit DHRs kursgård så det var mycket väl anpassat för personer med funktionshandikapp. Vi kom under veckan att arbeta under olika tema.

- SÖNDAG – KVINNORS VÄNSKAP.
- MÅNDAG – KVINNORS VILLKOR.
- TISDAG – FYSISK FEMINISM.
- ONSDAG – VARDAGSFÖRTRYCK.
- TORSDAG – KVINNORS GLÄDJE.
- FREDAG – SYSTERSKAP GER STYRKA.

Under söndagen så anlände vi från Halland i väster till Skellefte i norr, efter lunch så började vi så smått med lära känna övning.

Kursens mål samt syfte, grupparbeten. På kvällen efter middagen såg vi filmen "Lika vär(1)d", därefter en diskussion över temat.

Morgonen därpå kom vi pigga och hade en föreläsning om feministisk pedagogik. Under förmiddagen deltog vi i "forumspel" under ledning av Anna Larsson. För övrigt fick vi höra om kvinnojourskunskap/ pornografi, hur den ser ut och har ändrats under årens lopp. Kvällen gick vi en tipspromenad i en plan, gångvänlig slinga i närheten av anläggningen.

Hela tisdagen ägnades åt feministiskt självförsvar såväl verbalt, psykiskt samt fysiskt.

Vi lär oss att vi är värda att försvaras mot våld och övergrepp. Under kvällen gavs en teaterpjäs "Ängelen" med Maria Johansson.

Onsdagen delade vi in oss i grupper och gjorde grupparbeten efter att Kerstin Finndahl pratat om sin utredning "Våga Se". Kvällens lilla utflykt gick till en färskinnsateljé. Där handlade vi och njöt av alla underbara får och ullprodukter som vi fick tillgång till att se och utforska.

Torsdagen hade vi besök av juristen Malin Olsson som gav oss en del årtalsfakta samt domstolarnas sätt att arbeta.

Årtalsuppgifter som t. ex. 1864- mannen förlorar rätt att äga sin fru, 1981- kvinnomisshandel på enskild plats faller under allmänt åtal, 1998-brottet grov kvinnofridskränkning och dess straffsätser.

Under eftermiddagen tog vi en tur ut med en ångbåt på sjön Sommers, som är Sveriges 17:de största sjö med 33 olika arter av fiskar, däribland den största rödingarten som finns, vilken vi även fick njuta av under en middag.

Sjöturen var sagolikt vacker och vid alla små holmar så kunde man nästan ana John Bauers "tomtar och troll". Ilandstigning vid den största av de 260 öarna där vi njöt av kaffe samt äppelkaka.

Kvällen var vi bjudna till kvinnojouren HELGA i Tranås för att äta middag samt att se hur genialiskt de hade löst second hand affären samt att de i anslutning till affären hade en samlingslokal. Deras jourlägenhet låg på annat håll. Vi hade en trevlig kväll och vi fortsatte med gästernas afton när vi kom till Tranåsbadet. Då vidtog mannekänguppvisning, diktuppläsning av egna dikter, feministisk allsång och många glada skratt.

Fredagen var avslutningsdag och det var rörande hur



nära vi kvinnor hade kommit varandra under en vecka, vi tillskrev varandra ett gott kvinnoliv, åt en gemensam lunch, därefter så for vi åt alla håll som vi kommit ifrån.

Denna kurs redovisningar av grupparbeten kommer att ligga till grund för den Metodbok som kommer att tryckas av de medel som socialstyrelsen beviljat.

Syftet med med metodboken är att efter 7 års kvinnoläger och vidareutbildning ge funktionshindrade kvinnor möjlighet att utvecklas mera samt att ha som stöd vid egna kurser.

## Vännäs-Bjurholm:

### Fibromyalgidag för allmänheten

Dr. Håkan Ödling, Umeå, höll föredrag om ett vårdprogram som gäller Västerbottens Landsting, där han som ansvarig utarbetat riktlinjer för behandling av fibromyalgi och som antagits av landstinget.

Den punkt han mest tryckte på var att den som får diagnos på fibromyalgi skall få vård och behandling så snart som möjligt vilket för övrigt gäller alla reumatiska sjukdomar. Han betonade dock svårigheten att ställa diagnos på mjukdelsreumatiska sjukdomar som ofta ligger nära andra förekommande muskelbesvär.

Generellt för alla reumatiska sjukdomar gäller att ju tidigare de behandlas ju större är chansen för en lyckad behandling.

Även försäkringskassan och arbetsförmedlingen hade representanter med som talade om hur man den vägen kunde få hjälp med rehabilitering och stöd för att om möjligt kunna sköta ett arbete

Relativt nytt från försäkringskassan är att om man har sjukpension av någon orsak så kan man under viss tid, om man anser sig orka med, prova på ett arbete utan att tappa pensionsförmånen.

För den som redan är drabbad fanns det också möjlighet att få information om massage som lindrar av reumatiska sjukdomar uppkomna smärtor.

Georg Eriksson