



Västra Nylands
Reumaförening rf

Medlemsbrev 1/2026

Föreningens styrelse 2026

Ordförande 2026-2027: Ulrika Eklöf
Vice ordförande Hillevi Lundström-Leino
Sekreterare: Jaana Latvala-Nyman
Kassör: Tuikka Karhu
Styrelseledamöter
 Ahlfors Zaida
 Margareta Friberg
 Terese Holmström
 Birgitta Söderlund

Medlemsförmåner

Försäkringar:

Du är försäkrad när du deltar i tillställningar som föreningen ordnar, upp till 90 års ålder.

Simhall / konditionssal

Medlemmar får en gång i månaden besöka Ekenäs simhall eller konditionssal gratis. Barnmedlemmar får vid sitt simhallsbesök även saft och bulle som föreningen bjuder på.

Lokala rabatter 10 %

Visa medlemsbevis, som kommer med medlemsfakturan

Ekenäs

Blomsterhörnan
 Raseborgs fysioterapi
 Melles hälsoshop
 Hår-Ekta, Anna Lindqvist
 Fredrikssons Fysioterapi
 Ekenäs och Karis
 Frisör Sabine Grönroos
 Tfn. 040 562 4120.

Hangö

Petras Blå Hörnan
 Klädaffär Ceia

Karis

Ninos Lunch & Cafe

Stöd

Fibrogruppen är en kamratgrupp som träffas för att dela erfarenhet. cirka en gång i månaden
 Kontaktperson: Mona Lagerbohm tfn. 050 349 6093

Kamratstöd

Erfarenhetsbaserat stöd
 Ulrika Eklöf tfn. 040 576 4182
 Anne Orre tnf. tfn.040 052 7330



Ordförandes hälsning

Bästa medlemmar!

Föreningens trettionde verksamhetsår har startat i ett högt tempo. Mycket ska hinnas med, samtidigt som vi arbetar vidare med finansiering för att skapa ett fint och minnesvärt jubileumsår tillsammans. Fjolåret var fullt av program och gav oss en bra grund att bygga vidare på. Arbetet med jubileumsåret är redan väl i gång, och vi har en tydlig plan för innehållet. På grund av det intensiva tempot i början av året fastställs den slutliga programhelheten senare under våren. Därefter presenterar vi jubileumsårets program efter hand, och mer information kommer i medlemsbrev 2.

Förväntningarna är stora, och vår ambition är att ordna evenemang som känns lika meningsfulla och trevliga som i fjol. Samtidigt vill vi hålla fast vid våra uppskattade återkommande aktiviteter och komplettera dem med några extra festliga inslag under året.

Det finns alltså mycket fint att se fram emot. Jag önskar er allt gott och hoppas att vi ses under jubileumsåret.

Med hopp om ett fint jubileumsår

Ulrika Eklöf, ordförande



Västra Nylands
Reumaförening rf

Medlemsbrev 1/2026

Motion

Ekenäs

Vattengymnastik tisdag och

torsdag kl 17:30- 18:15:

Ledare Amanda Ekström

Stolgymnastik onsdagar

kl 13:00- 14:00:

Ledare Lotta Bruncrona

Motionsansvarig för Ekenäs

Hillevi Lundström-Leino, tfn. 040 047 9728

Hangö

Vattengymnastik tisdag

Grupp 1: 16:30-17:15

Grupp 2: 17:15-18:00

Ledare: Lena Sommer

Stolgymnastik onsdagar

kl 15:00- 16:00

Ledare: Eija Bergström

Konditionssalen torsdag

kl 18:00- 19:00

Ansvarsperson: Börje Holmström

Motionsansvarig för Hangö

Tuikku Karhu tfn. 041 454 2543

Evenemang

Mars

Vårmöte 16.3. kl 18, Gillestugan,

Bryggerigården. Anm. till Jaana: 040 754 0265

Må bra dag 21.3. Alexia House, Karis, kl 9:45

Morgonkaffe med semla, ljusparty, vattenjumpa eller stoljumpa, lunch, hand- o fotvård där kosmetolog ger råd och vi gör egen vård.

Eftermiddagskaffe m dopp. Begränsat antal platser Kolla om det finns platser kvar ännu!

Anm. till Jaana: 040 754 0265

April

Bingo 20.4. kl 18:00, Gillestugan,

Bryggerigården. Anm. till Jaana: 040 754 0265

Maj

Utfärd, information kommer senare.

Juni

Chappe med guidning, meddelas senare

Augusti

Plättkalaset

September

Utfärd

Föreläsning

Bio

Oktober

Jubileumsfest 3.10.

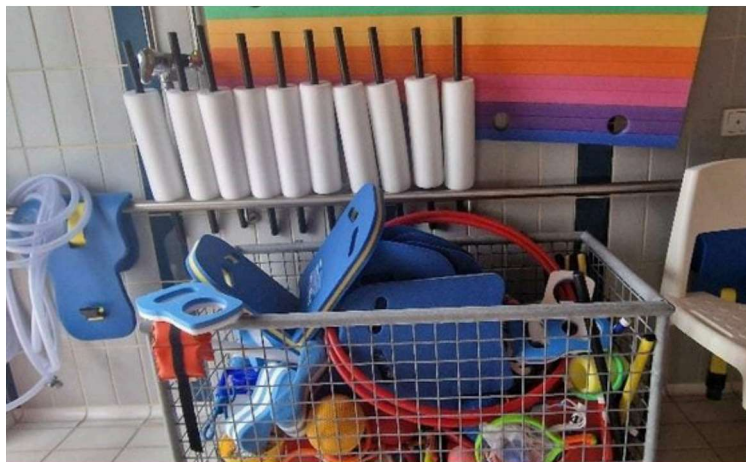
Föreläsning

November

Höstmöte

Teater

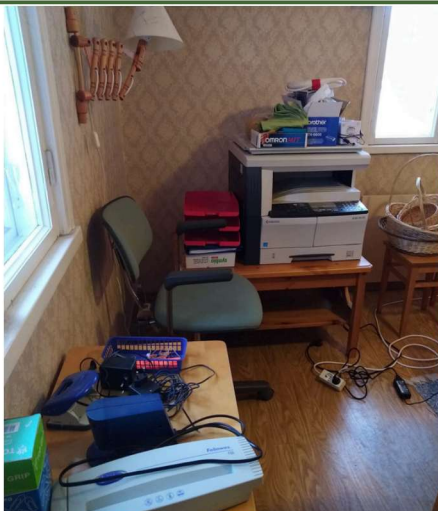
Pysseldag





Västra Nylands
Reumaförening rf

Medlemsbrev 1/2026



Utflyttning ur Portvaksstugan. Bilder Stina Stengård

Vi söker minnen från föreningens historia.

För jubileumsåret söker vi bilder och minnen från föreningens verksamhet genom åren. Har du fotografier, berättelser eller annat material från föreningens tidigare aktiviteter, tar vi mycket gärna emot det.

Många av våra medlemmar har varit med länge och bär på värdefulla minnen från olika tider i föreningen. Vi tar också gärna emot hjälp med att berätta om verksamheten förr – stort som smått.

Ta gärna kontakt med ordförande om du kan bidra med något, hur lite det än är. Allt material och alla minnen är värdefulla.

I medlemsbrevet har vi hittills främst nämnt evenemang som är under arbete just nu. Om vi får in material och hjälp att samla föreningens historia, hoppas vi också kunna ordna en tillställning med tillbakablick på vad man gjort i föreningen genom åren.

Tillgänglighetsärenden

Det är möjligt att föra fram frågor och ärenden kring tillgänglighet via föreningens representanter i funktionsnedsättningsråden.

Raseborg: Stina Stengård, tfn: 040 535 4624, **Hangö:** Tuikka Karhu. tfn 041 454 2543

Kontaktuppgifter

Västra Nylands Reumaförening rf
FO-nummer: 1603166-1

Facebook: <https://www.facebook.com/vastranylandsreumaforening/>

Ordförande, medlemsärenden: Ulrika Eklöf
Östergårdsgatan 32a 10900 Hangö
tfn. 040 576 4182
ulrika.s.eklof@gmail.com

Sekreterare: Jaana Latvala-Nyman
tfn. 040 754 0265
jamilanys@hotmail.com

Vice ordförande: Hillevi Lundström-Leino
tfn. 040 047 9728
hillevilundstromleino@gmail.com

Kassör : Tuikka Karhu
tfn. 041 454 2543
tuicero@hotmail.com

Reumaförbundets målsättning är att ingen ska behöva vara ensam med sin sjukdom.



Som medlem i föreningen har du rätt att

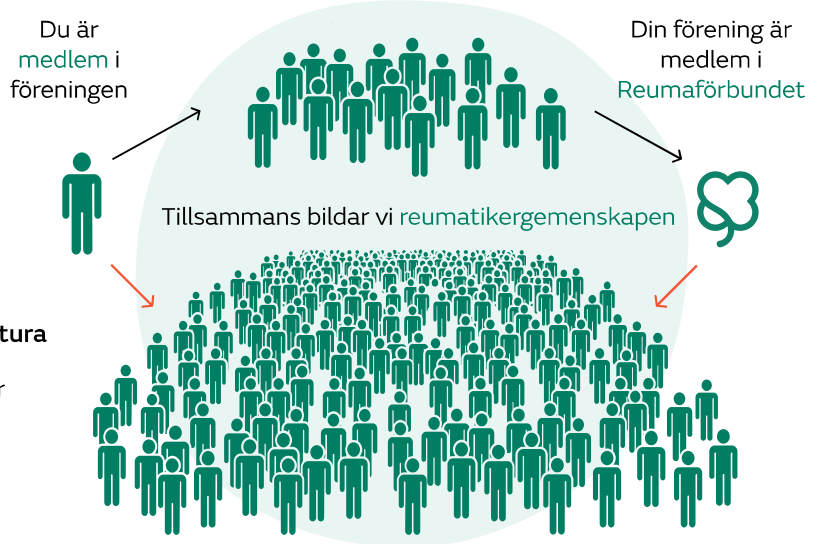
- delta i beslutsprocessen vid årsmöten
- delta i föreningens verksamhet i den omfattning som är bra för dig
- dra nytta av de medlemsförmåner som föreningen erbjuder

Din enda skyldighet är att betala din medlemsavgift.

Bifogat finner du din förenings medlemsfaktura

Reumaförbundet hjälper sina medlemsföreningar genom en centraliserad medlemsfakturering. Använd det konto- och referensnummer som finns på fakturan. Genom att använda rätt betalningsuppgifter registreras din faktura automatiskt som betald och din förening.

Reumaförbundets andel av din medlemsavgift är 11 euro för år 2026. Förbundets andel fastställs årligen av förbundets fullmäktige som väljs av föreningarna. Förbundets andel av medlemsavgiften debiteras för varje betald medlemsavgift och förbundet betalar föreningens andel av medlemsavgiften till din förening. Om du har ett parallellt medlemskap i en annan förening debiteras förbundsavgiften endast en gång.



Genom att betala din medlemsavgift

FÅR DU

- den årliga utgåvan av tidningen Reuma.
- **Nationella medlemsförmåner:** rabatter på produkter, boende och resor från våra partners.

STÖD

- **Påverkansverksamhet:** Reumaförbundet för fram de drabbades röst i det politiska beslutsfattandet och arbetar för att säkerställa god vård och social trygghet för sjukdomen - för att även du ska få ett bra liv trots reumatism eller andra sjukdomar i rörelseapparaten.
- **Reumaförbundets tjänster för din medlemsförening,** inklusive rådgivning och utbildning för volontärer.

Reumaförbundets tjänster för personer med reumatiska sjukdomar

- Hitta en kamratstödjtjänst: mer än hundra utbildade kamratstödjdare väntar på att få höra av dig på adressen reumaliitto.fi/vertaistuki.
- På sidan för personligt välbefinnande hittar du information och tips som stöder ditt välbefinnande på adressen reumaliitto.fi/hyvinvoinnin-tueksi.
- Personer med sjukdomar som befinner sig i en svår ekonomisk situation kan ansöka om bidrag från Reumaförbundets fonder. Bidrag kan sökas för nödvändiga inköp eller tjänster som främjar hälsa, välmående och funktionsförmåga. Läs mer på reumaliitto.fi/sv/fonder

Aktuellt 2026: organisationens valår

På våren söks via medlemsföreningarna kandidater till Reumaförbundets fullmäktige. Fullmäktige väljs för en mandatperiod på tre år. På hösten är det dags att ställa upp som kandidat till förbundets styrelse. Mer information: reumaliitto.fi/sv/forbundsval

Håll dina kontaktuppgifter uppdaterade: Medlemsservice på nätet

Kontrollera dina medlemsuppgifter, uppdatera din kontaktinformation och kontrollera din medlemsavgiftsstatus i medlemstjänsten på nätet. Så här fungerar e-tjänsten:

1. Gå in på oma.reumaliitto.fi.
2. När du loggar in för första gången anger du ditt medlemsnummer (finns på din medlemsfaktura) och be om nytt lösenord. Kort därefter kommer du att få ett e-postmeddelande med en länk för att skapa ett lösenord.
3. Du loggar sedan in med ditt medlemsnummer och lösenordet du har skapat.

För att logga in på sidan måste du ha en e-postadress i föreningens medlemsregister. Om denna uppgift saknas i dina kontaktuppgifter ber vi dig att meddela din e-postadress till föreningens medlemsadministratör.

Om du inte kan använda webbtjänsten kan du meddela föreningens medlemsansvarig om eventuella ändringar i dina kontaktuppgifter.