

### Om föreningen

**Västra Nylands Reumaförening rf**  
grundades den 19 oktober 1996 och har sin hemort i Raseborg. Föreningen har medlemmar från Hangö, Raseborg, Sjundeå och Ingå. Föreningens registrerade språk är svenska. Föreningen fungerar som en folkhälso-, handikapp-, motions- och patientförening med målet att förbättra levnadsbetingelserna för dem som insjuknat i reumatiska och andra sjukdomar i stöd- och rörelseorganen.

1.-2.  
klass.  
frimärke

**Västra Nylands  
Reumaförening rf**



**Västra Nylands  
Reumaförening rf  
Östergårdsgatan 32 a  
10900 Hangö**

*menings-  
fullt liv*

[vastranylands.reumaforening@gmail.com](mailto:vastranylands.reumaforening@gmail.com)

[www.vastranylandsreumaforening.fi](http://www.vastranylandsreumaforening.fi)



**Västra Nylands  
Reumaförening rf**



**Västra Nylands  
Reumaförening rf**



*Gemenskap  
och stöd*



**Västra Nylands  
Reumaförening rf**

## Stöd, gemenskap och aktiviteter för dig med reumatisk eller annan sjukdom i stöd- och rörelseorganen.

Har du nyss fått din diagnos? Vill du träffa andra som upplever eller har gått igenom samma sak?

Har du svårt att röra på dig? Känns det svårt att delta i vanliga motionsgrupper?

Man kan insjukna i reumatiska sjukdomar i vilken ålder som helst.

Vi erbjuder även stöd till barn och unga som insjuknat i barnreumatism samt deras närstående.

Vi har medlemmar i alla åldrar!

Även om du vant dig vid din sjukdom kan du få stöd av föreningens verksamhet.

En av föreningens viktigaste uppgifter är att erbjuda motionsformer anpassade för personer med reumatiska och andra sjukdomstillstånd i stöd- och rörelseorganen.

Vi ordnar även föreläsningar, sammankomster, aktiviteter, rekreation och kamratstöd.

Vi erbjuder föreningsmedlemmar ett gratis besök per månad till simhallen eller konditionssalen i Ekenäs.

**Att få insikt om att man är sjuk kan väcka en djup oro.** Det är naturligt att sakna det man inte längre klarar av och känna sorg över något som känns förlorat.



## Föreningen ordnar vattengymnastik och stolgymnastik i Ekenäs och Hangö

Denna sorg är både rättfärdigad och viktigt att bearbeta. Men med tiden öppnas en möjlighet att hitta något nytt, något som kan ge glädje och mening, i stället för det man inte längre kan göra.

Vi tror på vikten av stöd när det behövs, och vi vill gärna dela information och erfarenheter som visar hur andra har klarat liknande utmaningar. Därför erbjuder vi även aktiviteter som inte är direkt kopplade till sjukdomen, såsom kulturella upplevelser och andra gemenskapsstärkande inslag.

Tillsammans kan vi skapa en känsla av samhörighet och stöd. Ingen av oss behöver känna sig ensam i sina upplevelser.

**Det finns alltid en chans att hitta en ny riktning—en som man kan känna sig nöjd med, även om vissa dagar kan vara svårare än andra.**

**Rörelseorganens sjukdomar** är ett samlingsnamn för sjukdomar som påverkar skelettet, lederna och musklerna. Till rörelseorganens sjukdomar hör bland annat: Reumatiska sjukdomar, artros och osteoporos.

**Reumatiska sjukdomar** är autoimmuna, vilket innebär att kroppen angriper sig själv. Dessa sjukdomar kan även påverka blodkärl, hjärta och lungor. **Artros** drabbar inte bara äldre. Ungefär fem procent av alla mellan 35–55 år beräknas ha artros i någon led. Både män och kvinnor löper lika stor risk att utveckla artros. Dessutom kan andra skador i rörelseorganen också påverka livskvaliteten. **Osteoporos** eller benskörhet innebär att skelettet försvagas, vilket ökar risken för benbrott.

Jag vill bli medlem

Namn \_\_\_\_\_

Adress \_\_\_\_\_

Postnummer och -postanstalt \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

e-post \_\_\_\_\_

Klipp och posta (plus 1 - 2. klassfrimärke)