

## Västra Nylands Reumaförening rf Verksamhetsberättelse 2025

År 2025 var föreningens tjugonionde verksamhetsår.

Medlemsantal 31.12.2025: 217

Föreningen har medlemmar från Raseborg, Hangö, Ingå, Sjundeå, Grankulla, Nurmijärvi och Sverige.

Styrelsen bestod av ordförande Ulrika Eklöf, viceordförande Stina Stengård, sekreterare, styrelsemedlem Jaana Latvala-Nyman, kassör, styrelsemedlem Birgitta Söderlund, styrelsemedlem Margareta Friberg samt suppleanter Zaida Ahlfors och Terese Holmström.

Det konstituerande mötet hölls den 26.1.2025. Styrelsen höll därefter sju möten under året. Därutöver behandlades vissa ärenden på distans, vilka har protokollförts.

### Allmänt

Året inleddes med osäkerhet kring ekonomin. Med stor försiktighet började man planera evenemang, eftersom det ännu var oklart vilka ekonomiska resurser föreningen skulle ha till sitt förfogande. Föregående år hade föreningen inte haft möjlighet att söka understöd.

Efterhand året framskred kom positiva besked om beviljade understöd, vilket gjorde det möjligt att ordna både tillställningar och evenemang. Det blev till sist så många aktiviteter att den lilla styrelsen hade fullt upp med att förverkliga allt men verksamheten följde ändå verksamhetsplanen i stort.

År 2025 har vi satsat på tillgänglighet. Vi har ordnat busstransport till olika tillställningar, där vi har tänkt på att platser vi besöker är tillgängliga (inte alltid möjligt, men då meddelar vi och ordnar).

### Anskaffningar under året

Under året gjordes två broschyrer: en allmän informationsbroschyr och en riktad till barn och unga samt deras familjer. Föreningen skaffade även en roll-up samt en printer med möjlighet att skanna och kopiera.



### Västra Nylands Reumaförening rf representerad i funktionsnedsättningsråd och tillgänglighetsarbete i Raseborg och Hangö

Stina Stengård valdes till ordinarie ledamot i funktionsnedsättningsrådet och Jaana Latvala-Nyman till hennes personliga ersättare i rådet för funktionsnedsättning inom Raseborg.

Tuikka Karhu valdes till vice ordförande i rådet för funktionsnedsättning i Hangö. Tuikka Karhu blev också vald till tillgänglighetsarbetets styrgrupp i Hangö stad. Tuikka Karhu är ersättare för Hangös representant i Luvn funktionsnedsättningsgruppen.

### **Styrelsens deltagande i utbildningar och kurser**

Från styrelsens sida deltog man i Reumaförbundets kurser och infotillfällen och i SOSTES morgonkaffe i mån av möjlighet under året.

### **Kamratstöd och frågor**

Föreningen har fått frågor när de hittat information att man skall kontakta lokala reumaföreningar i olika frågor.

Föreningens kamratstödjare har fungerat som kamratstöd i olika tillfällen per telefon.

### **Fibrogruppen**

Fibrogurppen har träffats 4 gånger på våren och 4 gånger på hösten. Deltagare 4–5 per gång.

### **Motion i Ekenäs**

I Ekenäs har det ordnats 2 vattengymnastikgrupper en på tisdagen och en på torsdagen. 15 gånger på våren och 15 gånger på hösten. Ledare för vattengymnastik var Amanda Ekström. Det har varit 10 deltagare i varje grupp.

### **Stolgymnastik**

Har ordnats 14 gånger på våren och 14 gånger på hösten. Ledare för stolgymnastik Lotta Bruncrona. 11 deltagare.

### **Motion i Hangö**

I Hangö har det varit 2 vattengymnastikgrupper på tisdagar. 12 gånger på hösten och 10 gånger på våren. Ledare Lena Sommer. Sammanlagt 20 deltagare.

Stolgymnastik har man haft på onsdagar 10 gånger på hösten och 12 gånger på våren ledare: Eija Bergström. Det har varit 10 deltagare i stolgymnastiken.

### **Konditionssalen**

Konditionssalsträning har det varit på torsdagar. 10 gånger på hösten och 12 gånger på våren, Börje Holmström har fungerat som ansvarsperson. 6 deltagare.

### **Februari**

”Bli inte lurad”. En intressant föreläsning hölls 27.02.2025 på Seniora där 12 st medlemmar lyssnade till en medryckande föreläsning och som förhoppningsvis inte låter sig luras efter denna föreläsning.

## Mars

### Internationell barnreumadag 18.03.2025

Reumaförbundet efterlyste föreningar som kunde ordna något i samband med barnreumadagen. Föreningen deltog genom att ordna en distansträff för svenskspråkiga föräldrar som kamratstöd. Fem föräldrar deltog i träffen.

Reumaförbundet bistod med marknadsföringen. Redan i förväg syntes Raseborg på världskartan där det visades i vilka länder och kommuner det ordnades program på barnreumadagen.

## Vårmöte

Vårmötet hölls den 27.03.2025 på Seniora lunchcafé i Ekenäs. I möteskallelsen hade föreningen informerat om en föreslagen stadgeändring, och på mötet beslöt man att gå vidare med processen.

Inför mötet hade man valt att pröva ett arrangemang utan förhandsanmälningar. I efterhand konstaterades att detta gjorde det utmanande att uppskatta mängden kaffe/te med dopp samt antalet möteshandlingar, vilket ledde till att man hade för mycket av allt. Efter mötet ordnades även ett lotteri. Totalt deltog 11 personer.

## April

Rörelse i lederna (liikettä niveliin) Reumaförbundets-kampanj

Förening deltog i kampanjens tema med att den 2 och 9.4.2025 ordna Ashai med Johan Lindberg. Den 2 april deltog 11 personer och den 9 april deltog 9 personer.

## Seniorsvängen

Seniorsvängen 10 april i Karis Idrottshall. Birgitta och Margareta var på plats hela dagen. Cirka 50 personer stannade vid bordet och diskuterade verksamheten, deltog i gissningstävlingar, drack kaffe, fick broschyrer. Vår nya roll up skylt användes första gången för att ge synlighet.



## Maj

Parkgymnastik 14.5.2025

Ledd parkgymnastik av stadens Patrik i redskapsparken i Skepparträdgården 4 personer deltog.

**Bingo 19.5.2025**

Bingokväll med Marina Arell-Sundberg på Seniora. Fina vinster, på ätbara sidan denna gång. Enkelbingo gav ett paket sött eller salt kex, ananaskonserv eller godispåse. Dubbelbingo gav av Jaana och Terese hembakta laktosfria kakor även glutenfria fanns att välja av, Jaanas hemgjorda senap och torkade örter. Huvudvinsten, en stor vinstlåda, gick till Hangö. Så även ett av fulla bingons tröstepris (samma person!) och det andra till Ekenäs. De 12 (+ dragaren) som kom och spelade, önskade alla att vi spelar bingo igen.

Stadgar

PHR meddelade att föreningens nya stadgar trädde i kraft den 21.5.2025.

**Juni**

Chappe 11.6.2025

Chappe med guidning besöktes av 26 medlemmar.

**Augusti**

Plättkalaset 19.8.2025

Hjärtföreningen bjöd in vår förening till plättkalas 11 av föreningens medlemmar deltog.

**September****Utfärd till Kasnäs bad och Amos i Söderlångvik – 6.9.2025**

Utfärden genomfördes med buss den 6.9.2025. I Kasnäs deltog medlemmarna i simning, och några valde även att vara med på vattengymnastik. Därefter serverades lunchbuffé i Kasnäs. I Amos i Söderlångvik fick gruppen en guidad tur i museet. Efter rundturen drack man kaffe eller te med saltigt eller sött bröd på Amos krog. Utfärdsdagen bjöd på ovanligt varmt septemberväder. Man hade särskilt satsat på att möjliggöra deltagande för barn och unga. Fyra barn deltog tillsammans med två följeslagare, samt en ungdom. Sammanlagt deltog 21 personer i utfärden.

**På Bio Forum 20.9.2025**

Föreningen bjöd sina medlemmar på bio på Bio Forum den 20.9.2025. Man såg filmen The Roses. Sammanlagt deltog 34 personer.

**Föreläsning 24.9.2025**

Jurist Marica Nordman från SAMS som talade bl.a. om de äldres rättigheter i samhället. Tillfället hölls i Karis på Servicehuset. Föreningen bjöd sina medlemmar på

smörgås/kaffe/kex. Tillfället var även öppet för utomstående, 35 personer deltog, varav 24 medlemmar och 2 assistenter. Tillfället gav oss 1 ny medlem.

## Oktober

### Svenskfinlands Reumadag i Helsingfors 4.10.2025

Busstransport från Hangö via Ekenäs, Karis och Ingå 14 deltagare.

### Föreläsning "Håll hjärnan i skick" 27.10.2025

Servicehuset i Karis. Dr Kati Juva berättade om ett intressant ämne, hur hålla sig i skick och ha hjärnan med sig alla dagar. Vad som påverkar och kan förorsaka olika sjukdomar och vad som kan förhindra dem. 34 personer lyssnade varav 24 var medlemmar. Efteråt åtnjöts kaffe med smörgås och dr Juva svarade på frågor. Tillfället gav oss 2 nya medlemmar.

## November

### Teaterbesök 2.11.2025

Tryckeriteaterns matiné besöktes 02.11.2025 av 35 personer. 7 var utomstående varav 1 assistent. Vi hade fina platser, de flesta på rad 1 och 2 för dem som hade svårt att klättra upp längs läktaren. Föreningen stod för buss tur och retur från Hangö och via Ekenäs.

### Höstmöte 17.11.2025

Höstmötet hölls i Bryggerigården i Gillestugan i Ekenäs. 12 medlemmar deltog. Föreningen bjöd på kaffe/te och smörgåstårter. Efter mötet spelade vi skinkbingo med Jaana och Terese som bingovärdinnor. Huvudvinsten var ett 50 € köpkort till S-market och även 2 stycken 15 € tröstpris delades ut.

### Pysseldag 22.11.2025

I Bryggerigården, Gillestugan i Ekenäs. 11 deltagare samlades i Gillestugan för att tillsammans färdigställa både kransar och julkort. Kransarna gjordes under ledning av Gun, jättefina skapelser och julkorten under ledning av Jaana, fina de också. Föreningen gick inför temat att "skapa själv", så även sina egna smörgåsar fick man skapa själv från ett digert bord av bröd, pålägg, grönsaker som Birgitta med hjälp av Margareta fixat. Även frukt och sött kaffebröd fanns med.



### Julfest 10.12.2025

Julfesten samlade 37 deltagare, varav 1 assistent och 3 avec. Kocken/ägaren Kari Itäluoma hade skapat ett mycket fint och smagligt julkort till oss med allt från sill till julsinka. Även de medlemmar som hade någon form av allergi togs i beaktande. Ett lotteri

med vinster som medlemmarna hämtade och med två huvudvinster, en korg skänkt av K-Supermarket och en glögg cheesecake som Jaana bakat gjorde att medlemmarna gärna deltog. Julgubben besökte oss men kvällens clou var nog de två skönsjungande pojkarna, bl.a kända från Raseborgs sommar-teater, Walter Wilkman och Edward Friis. Inte ett öga var torrt efter framförandet av Frank Sinatras My Way. Föreningen stod för buss tur och retur Hangö - Ekenäs. Det som kunde konstateras var att härefter är det nog bäst att ordna julfest på veckoslutet då ingen behöver stiga upp tidigt nästa morgon

### **Understöd**

Understöd: Föreningen blev beviljade understöd från följande:

|                                            |          |
|--------------------------------------------|----------|
| Bergsrådninnan Sophie von Julins stiftelse | 4500     |
| Svenska Kulturfonden via SAMS              | 1000     |
| Reumaförbundet i Finland                   | 1280     |
| William Thuring's stiftelse                | 2000     |
| Emilie och Rudolf Gesellius stiftelse      | 1000     |
| Stiftelsen 7:nde Mars Fonden               | 1500     |
| Raseborgs stad                             | 1500     |
| Stiftelsen för Ekenäs Sparbank             | 500      |
| Sparbanksstiftelsen Karis-Pojo             | 800      |
| Kungsgårdsstiftelsen                       | 500      |
| Aktia sifelsen i Hangö (bidrag för 2026)   | 1000     |
| SFV (kursbidrag för vatteng. och stolg.)   | 3810     |
| Sammanlagt                                 | 19 390 € |

Föreningens verksamhet under år 2025 möjliggjordes av de understöd vi mottagit. Vi vill varmt tacka för förtroendet och för möjligheten att genomföra allt detta. Samtidigt riktar vi ett stort tack till alla som deltagit under året, liksom till våra ledare och övriga samarbetspartner.

### **Styrelsen**

**Västra Nylands Reumaförening rf**