



Hej alla medlemmar!

När detta nyhetsbrev skrivs har vi kommit till mitten av augusti och vi i styrelsen startar upp med första styrelsemöte 18 aug. Vi ser verkligen fram emot att få träffa så många av Er medlemmar på våra kommande aktiviteter som vi planerat och fortsatt planerar. Aktiviteterna läser Ni längre fram.

Lite nyheter:

Vi testade att skicka inbjudan till modevisningen i maj via SMS. Det är betydligt billigare än att annonsera i vår lokala tidning. Detta föll väl ut och vi kommer att fortsätta med inbjudan via SMS. Glöm ej att se information som vi uppdaterar och lägger upp på hemsidan www.pitea.reumatiker.se

MEN: Det innebär att ni även fortsättningsvis MÅSTE anmäla er till kansliet, antingen via mail eller telefon eller via formuläret på hemsidan under specifikt evenemang (vi skickar bekräftelse) om ni vill delta. OBS! SMS som ni får går ej att besvara utan anmäl er till kansliet

Lokalfråga:

Fortsatt kommer vi att ha våra träffar på Kyrkcenter (stora salen) så ofta som det är möjligt. Där finns, som ni kanske vet, även ett mindre kafé på nedre våning där vi brukar ha våra årsmöten. Surströmmingsfesten kommer vi att genomföra i Furubergskyrkans lokaler pga. att där är det ok att lukten som den goda surströmmingen avger får spridas.

Badgrupper vid Öjebyn

Start v 36 Från hösten är badavgiften 475 kr/termin

Måndag 25/8 ska vi ha en badledarutbildning vid Öjeby simbassäng där vi lär oss mer om HLR, kost/motion, ett pass i varmvatten. Vi behöver fler ledare/ extraledare. Vill du vara med? Kontakta kansliet.

Bassängen vid Piteå Lasarett - Vi väntar på att den ska tas i bruk

Vår ständiga fråga på varje möte med patientrådet har fortfarande inte fått något klart svar men vi fortsätter ställa frågan.

Styrketräning på Piteå sjukhus

Vecka 36 startar möjlighet till träning. Vår förenings träningstider är från och med vecka 36 måndagar och onsdagar mellan 15:00 – 17:00.

Kostnad 150:-/termin. Tränar du både måndag och onsdag varje vecka betalar du 300:-/termin.

Hand och fotgympa med paraffinbad

Vi har fyra grupper i gång, tre på Djupviken 11 och en i Blåsmark. Måndag 10.00 (Blåsmark), tisdag, onsdag och torsdag 10.00-12.00 (Djupviken 11)

Grupperna startar vecka 36. **Kostnad 150:-/termin**

Vill du vara med i någon av våra träningsgrupper – kontakta kansliet

Patientskolor:

Vi har några medlemmar i vår förening som är artrosinformatörer. De åker ut till planerade artrosutbildningar på hälsocentralerna inom Piteå Kommun när respektive hälsocentral genomför sina artrosskolor för sina patienter.

Det är väldigt uppskattat av hälsocentralerna att vi från reumatikerföreningen deltar på hälsocentralernas "skolor". Vi medverkar i artrosutbildningen med att berätta om våra egna erfarenheter och för att ge deras patienter mer information om artros.

Vi tjarar om detta men vi önskar få fler som kan hjälpa till att vara en artrosinformatör, så att vi blir fler som delar på uppdraget och att de informatörer vi redan har då inte behöver åka ut så ofta. Som ny får Du utbildning och möjligheten att "gå bredvid" en van informatör. "Ingen kan göra allt men tillsammans kan vi göra mycket för våra medlemmars mående". **Hoppas att Du finns som kan lockas till detta viktiga "arbete"!**

Caféträffar på stan

Caféträffar på stan fortsätter vi med under hösten. Vi träffas en gång i månaden. Denna hösttermin fortsätter vi att träffas på Röda Lyktan i Småstaden. Under våren blev vi fler och fler som tog tillfället i akt att träffas och surra om ditt och datt, eller som vä pitbo bruk säj, - "tåla om röde och rätt".

Föreningen bjuder på kaffet. (ev. fika betalar Du själv). Invänta att hämta kaffe och fika tills Kicki är på plats så att föreningen betalar kaffet! **Vi återgår till tisdagar** då vi upplever att det är lättare att få plats

Datum: tisdagarna 16/9, 21/10, 18/11 och 16/12, kl 13:00 till 14:30

Tillgänglighetsfrågor

Har du några frågor/påpekanden angående tillgänglighet i Piteå som du skulle vilja att vår förening tar upp när de sammanträder med Kommunala Tillgänglighetsrådet? **Kontakta ordförande Ewa Grönberg**

Unga reumatiker

Vi har kommit i kontakt med en kvinna som har som ambition att hjälpa oss få i gång denna grupp. Vi tänkte att man kanske vill prova skytte? Vi inbjuder dig upp till 30 år att testa på denna spännande aktivitet under hösten. Inbjudan kommer.

Du kan stötta vår förening på olika sätt. Du skapar ett gott liv för personer med reumatiska sjukdomar och vi kan sprida kunskap, gemenskap och fortsätta med att skapa aktiviteter

Köp / prenumerera på Sverigelotter/ bingolotter

<https://www.folkspel.se/butiken/>

Julkalender/uppesittarlotter

Liksom flera år tillbaka kommer vi att sälja både julkalendrar och lotter till uppesittarkvällen som också ger bra intäkter till vårt föreningsarbete, och hoppas finna många köpare bland våra medlemmar. Vi kommer i år att även sälja dubbellotter. **Det går bra att redan nu ringa kansliet och förboka både kalendrar och lotter.**

Joyna

är ett digitalt prenumerationslotteri. En lott kostar 160 kr/månad med dragning varje fredag. Dragningen kan du se via din telefon eller dator. Föreningen får 50/lott och månad för varje prenumerant. **Kontakta kansliet så hjälper vi dig**

<https://www.folkspel.se/joyna>

Telegramgåva – Ni vet kanske att ni kan välja Reumatikerföreningen i Piteå när ni skickar minnestelegam via Fonus eller Piteå Begravningsbyrå? Ni kan också kontakta kansliet så hjälper vi er med ett telegram.

Medlemsvärning

Medlemsvärning pågår hela året så fråga gärna din / sambo/ partner, granne, kompis, kusin om att bli medlem i vår förening! Det finns säkert många i Din familje- och bekantskapskrets som skulle vilja vara med i Reumatikerförbundet/Piteå Reumatikerförening.

Medlemsavgiften är 250 kr/år och bor Ni på samma adress där någon redan är medlem så är avgiften för hen endast 100 kr (totalt 350 kr).

Gå in på denna länk <https://reumatiker.se/bli-medlem/> så kan Du registrera dig och/eller registrera den Du värvat och betala direkt eller så kontaktar Du kansliet så hjälper vi dig!

Nytt för detta år Från den 1 augusti kommer nya medlemmar att erbjudas stegvis rabatt. Rabatten baseras på ett värde av 21 kr gånger antal kvarvarande kalendermånader. Det innebär att den som blir medlem i augusti betalar en medlemsavgift på 105 kronor som motsvarar de månader som är kvar på året. Och resten av året blir då medlemsavgiften:

Sept: 84 kronor Okt: 63 kronor Nov: 42 kronor Dec: 21 kronor

Kom igen... nu värvar vi på även detta år... Heja oss!!

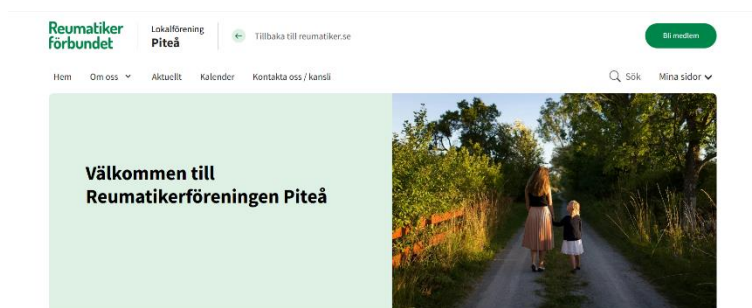
NYTT FÖR I ÅR!

Anmälan och betalning vid våra evenemang

Vid alla våra evenemang vill vi att ni anmäler er till kansliet samt även betalar så går det smidigare när ni kommer. Swish 123 263 85 34 eller bankgiro 5263–0480 Märk med ex.vis "surströmming" IKEA, Föreläsning, Julfest

Vi kommer att använda oss av SMS/ evenemang på facebook, hemsida på de flesta evenemang. Ibland sker personlig inbjudan. Annonser i Piteå-Tidningen kommer vi att pausa ett tag, då vi upplever att de är mycket dyra.

Sociala medier: Håll utkik på vår hemsida och facebook där vi uppdaterar och lägger ut nyheter/ bilder/ filmer m.m



Hemsida:
www.pitea.reumatiker.se

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

HÖSTENS AKTIVITETER:

SEPTEMBER Surströmmingsfest måndag den 8/9, kl. 17.30, Furubergskyrkan.

Vi avnjuter den goda fisken tillsammans Sång och musik av Sam Renberg

Anmälan samt betalning senast 4/9: Till kansliet tfn/sms 073-03 189 10 eller på mail pitea@reumatiker.se.

Pris 140.-/medlemmar och 200.-/ ej medlemmar Swish 123 263 85 34, Bankgiro: 5263-0480 märk med "surströmming"

Start av "Fika på stan" tisdagar 16/9, 21/10, 18/11, 16/12 kl. 13.00-14.30.
Röda Lyktan, Småstaden.

OKTOBER Internationella Reumatikerdagen (hälsodagen) måndag 13/10, kl. 17.30 Kyrkcenter, stora salen

Föreläsning (ej klart ännu) Underhållning av Patrik Öhlund. Prova på aktiviteter
Se längre fram på hemsidan www.pitea.reumatiker.se

Nya medlemmar

OKTOBER - onsdag den 29/10 kl 18.00 bjuder vi in nya medlemmar till en informations- och gemenskapsträff på kansliet. **Personlig inbjudan sker.**

NOVEMBER Volontärlunch torsdag den 6/11, kl.11.30. Våra underbara frivilliga medlemmar och för förening mycket viktiga volontärer bjuds på lunch på någon av stadens restauranger. **Personlig inbjudan sker.**

IKEA-resa till Haparanda och "julshoppa" söndag den 23/11, kl 08.00- ca 18.00

Anmälan samt betalning: Till kansliet tfn/sms 073-03 189 10 eller på mail pitea@reumatiker.se. Swish 123 263 85 34, Bankgiro: 5263-0480 märk med "IKEA"
Priset kommer att uppdateras på hemsidan längre fram

DECEMBER Julfest med luciatåg, måndag 8/12, kl. 17:30. Kyrkcenter stora salen.

Vi äter en jultallrik och njuter av ett luciatåg. **Anmälan samt betalning:** Till kansliet tfn/sms 073-03 189 10 eller mail pitea@reumatiker.se (ange ev allergi)
Swish 123 263 85 34, Bankgiro: 5263-0480 märk med "julfest"
Priset kommer att uppdateras på hemsidan längre fram

Vi uppdaterar eftersom vi får klart med evenemangen, så håll utkik på hemsida/ facebook eller ring vårt kansli om du funderar över något

Välkomna till våra aktiviteter under hösten, hälsar styrelsen i Piteå Reumatikerförening.