

Kom med & delta

Vår organisations kärna är föreningsverksamheten; inom ramen för den erbjuder vi våra medlemmar information, stöd och aktiviteter. Kamratstödsverksamheten och hobbygrupperna inom de lokala, regionala eller riksomfattande [medlemsföreningarna](#) sammanför personer med en reumatisk sjukdom eller en annan sjukdom i ett stöd- eller rörelseorgan (STOR) och deras närstående. Alla som är intresserade av STOR-hälsa t.ex. av personliga skäl eller på grund av sitt yrke är välkomna med.

Bli medlem

På föreningarnas medlemsmöten samt i deras motions-, hantverks- och andra hobbygrupper kombineras interaktion mellan personer med sjukdomar av liknande slag med meningsfull, underhållande sysselsättning. Man kan delta i grupperna så att man tillsammans med andra lär sig och upplever nya saker eller i egenskap av inspiratör och handledare.

Reumatiska sjukdomar berör personer i alla åldrar; [också barn, unga och deras familjer](#). Några av våra medlemsföreningar ordnar aktiviteter för familjer med reumabarn. [Unga](#) erbjuds också information, kamratstöd och evenemang. Reumaunga i åldern 18 - 35 har organiserat sig inom föreningen [Suomen Reumanuoret](#) (Reumaunga i Finland).

Utbildade kamratstödspersoner stöder särskilt nyinsjuknade. Kamratstödspersonerna kan nås via våra föreningar samt på riksplanet.

Låt oss motionera tillsammans

Motion är nödvändigt för ens välbefinnande och särskilt för stöd- och rörelseorganens hälsa. Bland föreningarnas många motionsgrupper torde du hitta en gren som du tycker om och som passar din konditionsnivå. Till buds står ett flertal grupper: allt från stolgympa till balansträning och från stretching till vattengympa.

[Bekanta dig med Reumaförbundet, som också är en idrottsorganisation](#)

[Information om STOR-hälsa: Motion](#) (på finska)

Vill man så får man, gör man så får man resultat

Genom vårt påverkansarbete främjar vi god vård av insjuknade och gynnsamma levnadsförhållanden. Vi påverkar på [riksnivå](#) samt tillsammans med våra [föreningar](#) lokalt och regionalt genom våra nätverk.

”Ströjobba” eller välj en mer långvarig uppgift

Föreningarnas förvaltning, påverkansarbete, kommunikation, ledning av grupper samt många andra verksamhetsformer erbjuder ett stort antal medlemmar kort- eller långvariga uppgifter. Föreningens utbildningsverksamhet stöder dig i detta arbete. Du kan förbinda dig och bli frivilligarbetare – låt ditt intresse diktera.

[Kom med!](#)

[Fråga mer om föreningsverksamheten](#)