

RTP-S

aktuellt

Nr 2
2016

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S, STOCKHOLMS LÄN

Nackskada • Polioskada • Hjärnskada • Ryggmärgsskada • Amputation

Öppet Hus
26 maj

Fysioterapi
Parkeringsavgifter
i Stockholms stad
Höstens aktiviteter!





Linds Ortopediska

Med omtanke och lyhördhet skapar vi bästa
förutsättningar för att tillgodose Dina önskemål.

NÅGRA AV VÅRA PRODUKTER



Kosmetisk
armprotes för
underarms-
amputerad.



Underbensproteser
för bilateralt under-
bensamputerade.



Lärbensprotes som
kopplas till ett i lårbe-
net inopererat titan-
fäste.



Exempel på knäexar-
tikulationsprotes.



Måttanpassad ortos
för olika typer av
knäskador.



Utprovning av special-
anpassad knäortos.



Provfärdig protes för
höftexartikulerad
och/eller hemipel-
vectomi.



En enkel
handedsortos.

www.lindortopediska.se

Innehåll

Med mina ord	3
Hjultorget	4
Välkomna till Öppet Hus den 26 maj!	5
Fysioterapi – vad fungerar och hur regleras behandlingar?	6
Lindhe Xtend – en protestest	9
Nya regler vid tvist med försäkringsbolag	10
Parkeringsavgifter för rörelsehindrade i Stockholm	11
Bad – Gymnastik – Bastu	12
Aktiviteter	13
Rapporter	22
Personskadeförbundet RTP-S	25
Kalendarium	26
Kontakta oss	27

Bli medlem i RTP!

Enskild medlem 250 kr/år
Familjemedlemskap 330 kr/år
Plusgiro 48 62 02-5.

PERSONSKADE
FÖRBUNDET RTP

Stockholms läns distrikt, RTP-S

RTP-S Aktuellt utges av:

Personskadeförbundet RTP-S, Stockholms län

Adress: Kavallerivägen 24, 174 58 Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

E-post: info@rtps.se

www.rtps.se

Plusgiro: 82 59 87-1, Bankgiro: 134-6261

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare: Bengt-Erik Johansson

Redaktion: Distriktskansliet, Barbro Andersson

Material till tidningen: Redaktionen tar mycket gärna emot artiklar, bilder, tips på saker att skriva om m.m. men förbehåller sig rätten att redigera insända bidrag. För ej beställt material ansvarar ej.

Kontakt: Kansliet, barbro.h.andersson@gmail.com eller per post till RTP-S, Redaktionen, adress enligt ovan.

Nästa nummer utkommer: 16 september 2016.

Manusstopp: 15 augusti 2016.

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: Stora Nassa skärgård

Foto: Anders Lissegårdh

Med mina ord ...



Bengt-Erik Johansson på en anpassad motorcykel.

Jag vill tacka alla som vid senaste årsmötet gav mig ytterligare ett år som ordförande för distriktet. Vi börjar året med en ny förbundsordförande, Marina Carlsson. Jag och övriga i styrelsen ser fram emot att samverka med Marina och mot nya uppfriskande initiativ som stärker vår position som ett av de ledande förbunden för oss med funktionsnedsättning.

Många av oss med funktionsnedsättning kan vittna om att man inte får samma möjligheter och rättigheter som övriga medborgare. Personskadeförbundet RTPs uppgift är att motverka denna skillnad och att istället verka för ett samhälle präglad av mångfald och respekt för människor med funktionsnedsättning.

Detta kräver ett stort engagemang i påverkansarbete på nationell och lokal nivå. Det kräver också att vi skapar och erbjuder olika typer av aktiviteter i syfte att

skänka glädje och öka våra medlemmars förutsättningar för god hälsa och livskvalitet.

Jag hoppas och tror att många av våra medlemmar tycker att vår förening, på alla nivåer, gör ett gott arbete med detta. Att driva dessa frågor kräver resurser såväl i form av pengar som i människor med kompetens och ork. Här har vi naturligtvis stor hjälp av vår kanslipersonal som gör ett utomordentligt gott arbete på såväl distrikts- som förbunds nivå och vi ska absolut inte glömma det som görs av våra lokalföreningar.

Men trots detta så har vi många utmaningar under det kommande året. Antalet medlemmar är en viktig förutsättning för god ekonomi som gör det möjligt att bibehålla och utveckla vår verksamhet. Merparten av våra medlemmar är dessutom äldre. Inget ont om oss äldre som man hittar i styrelser hos flera föreningar och som deltagare i aktiviteter. Men för att vår förening också skall kunna verka framgent krävs att vi attraherar yngre medlemmar. Det är ett massivt arbete på alla nivåer i vår förening.

Jag vill därför vördsamt be er om hjälp med synpunkter på vad vi kan göra bättre, vad vi inte bör göra, hur vi kan engagera fler medlemmar i vårt arbete samt hur vi kan få nya och också yngre medlemmar. Tveka därför inte att ta kontakt med mig, andra i vår styrelse eller vårt kansli.

Under tiden vill jag önska dig och alla andra i vår förening en skön vår och sommar fyllda av positiva upplevelser.

BENGT-ERIK JOHANSSON

STYRELSEORDFÖRANDE

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP -S

Louise Hoffsten till Hjultorget!

Nu är det bara några veckor kvar tills Hjultorget 2016 intar Kistamässan. Då får besökarna tillfälle att prova, känna och klämma på det som hjälpmedelsmarknaden erbjuder. Detta tack vare Hjultorget's cirka 90 utställare som visar upp det senaste innovationerna inom hjälpmedel! På www.hjultorget.nu har vi nu lagt upp en förteckning över de företag som kommer att finnas på plats.

Inspirationsdagar

Stiftelsen Spinalis och Rehab Station Stockholm kommer att hålla sina Inspirationsdagar på Hjultorget. Vi är stolta över att kunna presentera Louise Hoffsten som tillsammans med Claes Hulting kommer att samtala om blues, livet, en näve grus och horisonter.

Rehab Station rapporterar om de senaste forskningsrönen – både från Sverige och internationellt. Andra smakprov ur programmet är Rikard Wicksell som kommer att hålla ett föredrag om att inte låta smärtan styra sitt liv. Det kommer även att finnas möjlighet till lunchyoga båda dagarna.

Hjultorget's utställare bjuder också på ett spännande seminarieprogram. Bland annat kommer Lars Löfström berätta om att bestiga världens högsta berg Kilimanjaro med rullstol.

Rasmus Isaksson, DHR, föreläser om hur det står till med hälsan för personer med funktionsnedsättning. Ett fullständigt program över utställarnas föredrag finns på: www.hjultorget.nu.

Dessa seminarier är kostnadsfria och vänder sig både till personer som har en funktionsnedsättning och till professionen.

Den 24 maj kommer det också att finnas möjlighet att delta på en avgiftsbelagd konferens om habilitering

VÄLKOMMEN TILL

Hjul torget

2016

24-25 maj

Hälsofrämjande Livsstil



Hjälpmedel Föreläsningar Bilanpassning

Fritt Inträde **www.hjultorget.nu**



med inriktning barn och ungdom som i första hand riktar sig till professionen/förskrivare.

Barnhörna och aktivitetstorg

I år kommer vi att slå ett extra slag för barn och ungdom och det kommer att finnas en egen barnhörna samt aktiviteter för barn på aktivitetstorget. Detta arrangerar vi tillsammans med Stockholm Stad och RBU Stockholm. Bland annat kommer det att finnas tillfälle för barn och ungdomar att prova på lekgympa, box, och dans.

I barnhörnan kan man också få tips på vilka barn- och ungdomsläger som arrangeras i landet. På en stor tv-skärm kan man se hur ett läger kan gå till!

Hjultorget's aktivitetstorg kommer även i år att kunna erbjuda en massa spännande aktiviteter som vi anordnar tillsammans med Svenska Paraspportförbundet! Här kan mässbesökarna prova-på aktiviteter inom flera idrotter, tex skytte och innebandy.

ARBETSGRUPPEN FÖR HJULTORGET 2016



Välkomna till Öppet Hus den 26 maj!

Temat för årets öppna hus är Hälsa och välbefinnande. Vi vill inspirera till hur du kan må bättre i din vardag med information om fysisk träning, yoga-övningar, massage, samt praktiska och enkla hjälpmedel. Vi vill även lyfta fram våra medlemmars berättelser om vad som krävs för att komma tillbaka till en väl fungerande vardag.

Mycket av det arbete som engagerar Personskadeförbundet RTP-S kretsar kring hälso- och sjukvård. Det här året vill vi däremot visa att hälsa innefattar så mycket mer än sjukvård. Det handlar om att hitta livskvaliteter i vardagen.

– Vi vill lyfta fram sådant som hittills har fallit utanför sjukvården men som är minst lika viktigt för en god livskvalitet, säger Maude Stenberg, ombudsman på kansliet och ansvarig för årets öppna hus.

Massage är en annan viktig del av en hälsosam vardag. Det kan hjälpa dig att slappna av i musklerna, något som många av våra nackskadade medlemmar vittnar om. På vårt öppna hus

har du chansen att prova på olika typer av massage med professionella massörer, till exempel taktil massage.

Vi kommer även att ta upp vikten av fysisk aktivitet, sjukgymnastik (även kallad fysioterapi), och friluftaktiviteter. FYSSforum är en fysioterapimottagning i Stockholm som inriktar sig på just de här sakerna och kommer att finnas på plats under dagen.

Fysioterapi är också något som du kan välja fritt själv; all behandling behöver inte vara på remiss.

Läs mer om fysioterapi på nästa sida i det här numret.

Fysisk aktivitet behöver dock inte alltid vara så intensiv. Christer Olsén, skadegruppskontakt för hjärnskadade på kansliet, kommer att berätta om och visa hur han använder Hathayoga och judo för att både hålla kroppen igång och hitta balans för att kunna slappna av.

Men välbefinnande innefattar mer än det fysiska. I våra dialoggrupper kan medlemmar samtala med andra i liknande situationer. Där hittar man inspiration och får praktiska tips som underlättar vardagen. Vi kommer under dagen att lyfta fram just medlemmars berättelser om sin situation som förhoppningsvis kan inspirera till hälsa och välbefinnande.

Varmt välkomna!

Datum: 26 maj kl. 14.00 – 18.00

**Plats: Kavallerivägen 24
i Sundbyberg,
T-bana Rissne.**

Ingen föranmälan krävs.

För mer information:

Maude Stenberg 08-545 622 65
maude.stenberg@rtps.se



Foto: T Andersson Bildarkivet

Fysioterapi – vad fungerar och hur regleras behandlingar?

För många med en förvärvad skada är sjukgymnastik, eller fysioterapi som är det nya namnet på professionen, en självklar del av rehabiliteringen. Men hur arbetar en fysioterapeut, hur regleras olika behandlingsmetoder och vad behöver du som patient veta?

Allt är individuellt. Det är något som ofta kommer upp i samtal om fysioterapi, både bland medlemmar och bland fysioterapeuter och sjukgymnaster själva. Det finns många behandlingsmetoder som är utvecklade för olika typer av besvär.

Har du problem med smärta från rygg, nacke och leder kan det vara vanligt att din fysioterapeut eller sjukgymnast använder sig av MDT (Mekanisk Diagnostik och Terapi), McKenzie-metoden eller OMT (ortopedisk manuell terapi). Det finns också basal kroppskännedom, akupunktur och Feldenkraispedagogik.

Men hur arbetar fysioterapeuter och sjukgymnaster i verkligheten? På Rehab Station Stockholm jobbar Marie Gunnarsson, fysioterapeut, och Gunilla Lindberg, sjukgymnast och operativ chef för spinala programmet. De poängterar att det individuella behovet alltid står i centrum.

– Vi utgår från patientens situation och sätter upp mål under rehabiliteringen. Och oftast är målet att komma tillbaka till en vardag utan hjälpinsatser. Att kunna förflytta sig och sköta sin egen hygien, säger Marie Gunnarsson.

– På Rehab Station använder vi inte en specifik behandlingsmetod utan arbetar med många olika metoder. Det är självklart att man arbetar utifrån beprövad erfarenhet och forskning och



det gäller att ha en dialog med patienten, säger Gunilla.

Vad ska man som patient tänka på när man kommer till er?

– Mycket av vårt arbete handlar om att få patienten aktiv och ta eget ansvar för sin rehabilitering. Delaktighet är en väsentlig faktor, säger Gunilla.

”Delaktighet är en väsentlig faktor.”

Gunilla Lindberg, sjukgymnast
på Rehab Station Stockholm

Jag frågar Anders Enocksson som är sjukgymnast och Feldenkraispedagog hur han använder sig av behandlingsmetoder i sin praktik.

– Min roll som pedagog i utövandet av Feldenkraismetoden är att fokusera på att bereda plats för individens egen utveckling. Fokus ligger på att lära hjärnan att förstå hur kroppen kan fungera enklare och lättare med

de givna förutsättningar individen har, t.ex. efter en olycka. Metoden är applicerbar på såväl rehabilitering efter en skada som för en idrottare, skådespelare eller musiker som vill utveckla sin potential.

Hur kan Feldenkrais hjälpa den som råkat ut för ett olycksfall?

– Efter en skada uppstår ofta en begränsning av funktion som leder till osäkerhet och ökad anspänning, det är tydligt hos alla mina patienter. Jag försöker med hjälp av Feldenkraispedagogiken ge patienten möjlighet att lära känna sin kropp och sina möjligheter bättre. Alternativ till ledigare och skonsammare rörelser ger större möjligheter till att du fungerar bättre i vardagen, säger Anders.

Medlemmars berättelser

För en del personer kan just en specifik behandlingsmetod göra stor skillnad. Esko fick en hjärnskada i mitten av 80-talet och har tränat med hjälp av Feldenkraismetoden sedan dess. Han

Tema Hälsa och välbefinnande

har besvär med muskelspasmer och kommer att vara i behov av fysioterapi resten av sitt liv.

– Feldenkrais hjälper mig med att slappna av musklerna i höger arm och hand, säger Esko som har problem med spasticitet i sin högra arm. Esko tränar varje dag på egen hand och en till två gånger i veckan tillsammans med sin sjukgymnast. Ett pass tar ungefär en halvtimme.

– Det är inte jobbigt alls och jag kan sätta upp mina egna mål. Om jag inte hade tränat med Feldenkrais hade jag inte varit så rörlig som jag är idag.

Den individuella aspekten kommer också upp i flera samtal med RTPs medlemmar om sjukgymnastik. Jag pratar med en medlem som har en nackskada sedan en längre tid tillbaka.

– Jag har plockat ihop en verktygslåda som fungerar för mig istället för att använda mig av en specifik metod. Jag tror att det är viktigt att man försöker hitta det som fungerar för just dig.

Vad är viktigt för dig som har en nackskada i din träning?

– Allt är individuellt, men avslappning är det viktigaste för mig. Just nu går jag på massage en gång i veckan, jag har en naprapat och min sjukgymnast arbetar utifrån OMT-metoden.

Vad är det som händer när du blir avslappnad?

– Jag blir mer rörlig och det lindrar smärtan. Jag har lärt mig att lyssna på kroppen och då har jag känt mig lugnare också. Det gäller att hitta en balans mellan kropp och själ. Är jag avslappnad så mår jag också bättre.

Vad gäller för fysioterapi och sjukgymnastik?

Även om fysioterapi eller sjukgymnastik endast får utövas av en legitimerad fysioterapeut eller sjukgymnast, ger Socialstyrelsen inga rekommendationer eller riktlinjer på området.

– Det finns inga lagar och förordningar som anger vilka behandlingsmetoder som är godkända.

Socialstyrelsens riktlinjer är oftast inte så detaljerade när det gäller fysioterapi, säger Birgit Rösblad, forsknings- och utvecklingschef på Fysioterapeuterna, professionens fackförbund.

Men hur ska man veta om den åtgärd som fysioterapeuten eller sjukgymnasten använder ger effekt?

– Det är svårt att generellt säga om en metod är bra, det beror på vilka besvär man behandlar med hjälp av metoden, säger Birgit Rösblad.

Feldenkraismetoden är ett exempel på en metod som fungerar väldigt bra för vissa individer, som för Esko efter sin hjärnskada, men där det också krävs mer forskning. Det ska dock inte ses som något negativt i utövanheten av metoden.

– Om en person tycker om Feldenkraismetoden och har en terapeut som är duktig så är det bara positivt, säger Birgit Rösblad.



Vården och vardagen

Anders Enocksson belyser Feldenkraismetodens särställning både inom och utanför vården.

– Det finns flera mottagningar i hela landet som har avtal med landstingen. Men Feldenkraismetoden praktiseras även utanför vården och är fristående från sjukgymnastiken. Du behöver inte vara sjukgymnast för att utbilda dig. Internationella Feldenkraiserförbundet garanterar utbildningarnas kvalitet och spridning över hela världen, säger Anders som också poängterar brister i dagens hälso- och sjukvård.



Marie Gunnarsson och Gunilla Lindgren på Rehab Station Stockholm.

Foto: Jesper Sellerberg.

– Vården måste bli bättre på att skapa förutsättningar till förändring hos patienten och inte vara så pass inriktad på tekniska lösningar. Feldenkraismetoden kan bidra till en sådan utveckling.

Jag frågar Gunilla Lindgren och Marie Gunnarsson på Rehab Station Stockholm om vilka behandlingar de ser ger bäst effekt på patienter med ryggmärgsskador.

– Det handlar mycket om att lära känna sin nya kropp och hitta rutiner i vardagen med att förflytta sig, säger Marie.

– Kombinationen av både gruppträning och individanpassad träning ger bäst effekt för våra patienter. Varje år rehabiliterar vi 60 personer som nyligen fått sin ryggmärgsskada. Den möjligheten till erfarenhetsutbyte är jätteviktig. Och sedan är det alltid roligt att träna tillsammans, säger Gunilla.

Hur viktigt är det med träning efter avslutad rehabilitering?

– Generellt är det viktigt att hålla igång med träning och det är ett stort individuellt ansvar. Fysisk aktivitet på recept (FaR) är jättebra, men även vardagsmotion som att vara ute och rulla är bra, säger Gunilla Lindberg på Rehab Station Stockholm.

Anders Enocksson håller med om att det är viktigt att skapa rutiner i vardagen.

Forts. nästa sida.

Forts. Fysioterapi

– Klassisk rehabilitering hamnar ofta utanför vardagen. Man utför sina övningar och återgår sedan till sina in-vanda beteenden. Min erfarenhet som sjukgymnast och Feldenkraispedagog är att vård och träning måste förankras i vardagen för att kunna skapa en bestående förändring hos patienten. Feldenkraismetoden har möjliggjort detta i mitt arbete på ett mer självklart sätt, säger Anders.

Även om det finns olika metoder inom fysioterapi och sjukgymnastik är varje människa unik. Din behandlares uppgift är först och främst att se till dina behov.

Ett tips från medlemmar är att lyssna på din kropp och våga prova nya saker. Det är också viktigt att känna till hur en fysioterapeut eller sjukgymnast arbetar för att du ska kunna nå dina mål och ställa relevanta frågor om din rehabilitering. Men vilka mål du än har så är en sak i alla fall säker: fortsatt med träningen!

JESPER SELLERBERG

Du missar väl inte vårt öppna hus den 26 maj? Vi inspirerar till livskvalitet i vardagen! Läs mer på sidan 5 i det här numret. På www.rtps.se hittar du också användbara länkar till sidor om fysioterapi.

Källor till artikeln

1177 Vårdguiden, Fysioterapeuterna, Socialstyrelsen

FAKTA OM FYSIOTERAPI

Fysioterapi eller sjukgymnastik? Två ord för samma sak. Fysioterapeut är den nya yrkestiteln för sjukgymnaster. Alla nyutexaminerade som ansöker om legitimation får titeln fysioterapeut.

Förbundet Fysioterapeuterna uppmuntrar till att man använder sig av ordet fysioterapi istället för sjukgymnastik. Är man redan sjukgymnast behöver man inte ansöka om att få titeln fysioterapeut om man inte vill.

Behandlingsmetoder i urval

- MDT (mekanisk diagnostik och terapi) eller McKenziemetoden
Används främst för att behandla smärta från rygg, nacke och leder.

- OMT (ortopedisk manuell terapi)

Används främst vid ortopediska besvär.

- Feldenkraismetoden

Fokuserar på att lära hjärnan förstå hur kroppen kan fungera enklare.

Använder mer skonsamma rörelser.

Hitta mottagningar i Stockholms län

På 1177.se kan du hitta mottagningar nära dig. Du kan söka på ditt område eller till och med på en specifik behandlingsmetod.

Har du smärta eller ortopediska besvär?

I Stockholm finns det olika specialistmottagningar som du kan hitta på 1177.se. Sök på Specialiserad sjukgymnastik så kan du läsa mer och hitta mottagningar som passar dig bäst.

Du kan också hitta mottagningar på fysioterapeuterna.se/
Professionsutveckling/Om-professionen/Hitta-fysioterapeut/

Behöver du hjälp? Kontakta RTP-S kansli på 08-545 622 69 eller jesper.sellerberg@rtps.se.

RTP-S erbjuder fysisk aktivitet!

Vi erbjuder dig som medlem träning med sjukgymnast på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13, på onsdagar mellan kl. 17.30-19.30.

Vi erbjuder också vattengymnastik med egen sjukgymnast på våra bad runt om i länet. Mer information om baden hittar du på sidan 12 i det här numret av RTP-S AKTUELLT och på www.rtps.se.

1177
VÅRDGUIDEN

Advokatbyrån Christer Wersäll AB

Ombud beträffande personskadeersättning.

- Ideell ersättning
- Inkomstförlust
- Medicinsk invaliditet
- Ersättnings storlek
- Sambandsfrågor
- Bevisbörda och beviskrav vid personskada
- Rättsskydd och rättshjälp förmedlas vid tvist

Ledamot av Sveriges Advokatsamfund

Box 210, 147 01 Tumba
Tel: 08-528 006 55 / 560 349 30
Fax 08-560 349 40

E-post: christer@advokatbyranwersall.se



Nils Junehill och Christoffer Lindhe. Foto: Jan Drakander.

Lindhe Xtend – en protestest

Nils Junehill, ledamot i styrelsen för StorStockholms lokalförening, fick chansen att träffa Christoffer Lindhe och testa protesfoten Lindhe Xtend. Här följer hans rapport!

Christoffer Lindhe och hans protesutveckling presenterades i LIV nummer 1 2016. Jag blev nyfiken och tog därför kontakt med Christoffer som erbjöd mig att prova protesfoten "Lindhe Xtend" under några veckor. Jag tackade ja till detta och foten monterades och justerades hos Olmed i slutet av februari.

Foten är tillverkad av flera lager av laminat bestående av kolfiber som har bakats i en så kallad auto-klav med en teknik som används vid tillverkning av flygplansdelar. Själva kolfiberkonstruktionen kläds i en

fot av traditionell kosmetik och kallas "gummifot".

Vissa hållfasthetsproblem har funnits i inledningsskedet av utvecklingen, det medger Christoffer, men dessa problem ska nu vara lösta. Konkurrensen på marknaden är hård och därför finns det patent som skyddar konstruktionen.

De första stegen...

Mitt första intryck av foten var att den är lätt och smidig. Den är mjuk i rån som måste böjas något innan man möter ett ökat motstånd. Som gammal seglare kallar jag tekniken för begynnelsevek och slutstytv.

Jag började med att gå inomhus och det kändes utmärkt. Hälen fjädrar ner påfallande mjukt och fotbladet går sakta ner tills det når golvet i en mjuk kontinuerlig rörelse. Jag provade att gå på

sneda ytor med hjälp av en liten rigg som Christoffer hade med sig.

Så gav jag mig ut på en promenad på gatumark. En blandning av asfalt, gatsten och grus, såsom gångbanor oftast ser ut på vintern, dock utan is-fläckar. Foten ger efter lite i sidled när man trampar på ojämnheter och det känns bra. Även om foten i sig är stadig så ger den en mjuk och behaglig gång.

På en annan promenad gick jag på en grusgång vid sidan av stigen som där lutade utåt. Att gå på ett lutande grusfyllt underlag är en utmaning.

Det kändes tydligt att foten följer lutningen och förutom en lagom mjuk isättning så anpassar sig foten till det lutande underlaget så att den får anliggnings mot marken. Foten kan anpassa sig till nästan 20 graders lutning.

Jag tycker absolut att den här foten kan vara ett bra alternativ när man skall välja fot till sin protes. Jag väntar med spänning på vilka nya produkter som kan komma från Christoffer. Den här foten var kanske hans första konstruktion, men säkert inte den sista.

NILS JUNEHILL

Hjälp sjukvårdspersonal att hitta numret till dina anhöriga

Om du skulle råka ut för en olycka eller bli akut sjuk är det bra om sjukvårdspersonal snabbt kan ringa någon du känner. Spara gärna nödnummer i mobilen och döp kontaktterna till ICE (In Case of Emergency), följt av namnet.

Det finns flera olika sätt att göra sina ICE-kontakter synliga på mobilen, även om du har kodlås. Här listar vi några:

- Ha en bakgrundsbild med ICE-numret. Lättast är att skriva en vanlig lapp, fota av den med telefonen och lägg den som bakgrundsbild.
- För en del telefoner finns det gratisappar som gör din ICE-kontakt tillgänglig, trots att telefonen är låst.
- Du kan också skriva ner dina ICE-kontakter på en lapp som du sätter fast på telefonens baksida. ICE står för engelskans "In Case of Emergency" och betyder "vid en nödsituation".

Nya regler vid tvist med försäkringsbolag

Den som hamnar i tvist med sitt försäkringsbolag i fråga om personskada efter en trafikolycka kommer snart att kunna vända sig direkt till Trafikskadenämnden för att få sitt ärende prövat, detta utifrån ny lagstiftning och EU-direktiv.

Tidigare har man varit tvungen att vända sig till försäkringsbolaget för att ärendet ska kunna prövas. I slutet av april fattar regeringen beslut om Trafikskadenämnden skall godkännas som tvistlösningsnämnd.

– Den här förändringen är något som jag välkomnar och som jag tror kommer att ha en positiv inverkan på personskaderegleringen inom trafikförsäkringen, säger Peter Rigling, kanslichef på Trafikskadenämnden.

EU-direktivet kommer också med utökat informationskrav för både försäkringsbolag och den nämnd som prövar ärendet. Trafikskadenämnden vill göra det enkelt och lättförståeligt för den skadade att begära prövning.

Man kommer också att kunna sköta sin begäran om prövning digitalt via Trafikskadenämndens hemsida, med möjlighet att skicka kompletterande handlingar per post och mejl. Uppdaterad information kommer att finnas på www.rtps.se och på vår Facebook-sida.

JESPER SELLERBERG



Foto: Stockholms stad

Parkeringsavgifter för rörelsehindrade i Stockholm

500 kronor per år istället för 300 kronor i månaden. Trafiknämnden i Stockholms stad har beslutat att justera Trafikkontorets förslag om parkeringsavgifter för rörelsehindrade. Nu är beslutet fattat och här följer allt du behöver veta.

Från och med den 1 september 2016 kommer du som har parkeringstillstånd för rörelsehindrad att betala parkeringsavgifter upp till maximalt 500 kronor per år. De första tre timmarna förblir dock avgiftsfria. Trafiknämnden justerade alltså förslaget från Trafikkontoret att kostnaden istället skulle uppgå till 300 kronor per månad.

Frågan om parkeringsavgifter i Stockholms stad har kommit att dominera mycket av hösten och

våren. Personskadeförbundet RTP i Stockholms län med StorStockholms lokalförening och flera andra intresseorganisationer har på många sätt uppmärksammat förslaget från Stockholms stad att avgiftsbelägga parkeringsplatser för rörelsehindrade.

RTP-S lämnade tillsammans med Reumatikerdistriktet Stockholms län, Neuroförbundet Stockholms län och DHR Stockholm in synpunkter till kommunen på förslaget. Detta uppmärksammades av SVT i ett inslag den 20 mars. I februari träffade vi också trafikborgarrådet Daniel Helldén (MP) i stadshuset för att diskutera förslaget.

StorStockholms lokalförening i RTP lämnade även de in sina synpunkter och har varit aktiva i diskussioner med trafikborgarrådet och



Assistans efter dina önskemål

Delaktighet - Kunskap - Närhet - Förebilder

Vår assistans bygger på den kunskap och erfarenhet som vi har på Rehab Station Stockholm av att bedriva framgångsrik neurologisk rehabilitering.

Kontakta Annika Törnsten
Telefon 08-555 44 172
annika.tornsten@rehabstation.se
www.rehabstation.se

Rehab
Station  Assistans

borgarrådssekreterarna. DHR och HSO var remissinstanser och riktade stark kritik mot förslaget i sina respektive remissvar.

Riktat mot fusket – men drabbar alla andra

Trafikkontoret föreslog i höstas att samtliga parkeringsplatser i Stockholms stad ska avgiftsbeläggas, så även parkeringsplatser för rörelsehindrade. Men, om du har parkeringstillstånd för rörelsehindrad kan du ansöka om att få betala en lägre avgift. Trafikkontorets förslag var då att denna lägre avgiften skulle sättas till 300 kronor per månad.

Argumentet från kommunens sida var att det blir omöjligt för de med falska tillstånd att ansöka om den lägre avgiften och därmed försvinner incitamentet att förfalska tillstånden

eftersom det inte längre är gratis att parkera på dessa platser.

Kritiken mot förslaget har bland annat varit att de med svagare ekonomi, för vilka bilen är ett nödvändigt hjälpmedel, kommer att drabbas hårdast. Förslaget skulle också leda till ett ökat tryck på färdtjänsten, som redan nu står inför stora utmaningar med nya avtal. Samtidigt lämnar kollektivtrafiken i Stockholms län fortfarande mycket att önska vad gäller tillgänglighet, indragna hållplatser och färre busslinjer. Antalet parkeringsplatser för rörelsehindrade är också för få i förhållande till antalet tillstånd i Stockholms stad.

Några alternativ för att komma åt fusket presenterades aldrig i förslaget. Efter att SVT i höstas uppmärksammat fusket har HSO föreslagit införande av ett nationellt och internatio-

nell register som tänkbara lösningar. Inte att avgiftsbelägga de som faktiskt behöver tillstånden.

Kommunens argument att öka framkomligheten på Stockholms gator är i grunden god, men samtidigt hindrar man den som är rörelsehindrad att överhuvudtaget kunna ta sig ut. Något som också är oklart är hur hanteringen av ansökan om den lägre avgiften ska administreras.

Med gemensamma krafter har funktionshinderrörelsen lyckats få kommunen att backa i ett förslag som skulle leda till stora socioekonomiska konsekvenser för den som är beroende av bilen som hjälpmedel.

500 kronor per år är fortfarande en ökad kostnad för den som är i behov av parkeringstillstånden, men en markant förbättring av kommunens tidigare förslag.

JESPER SELLERBERG

MISSNÖJD MED FÄRDTJÄNSTEN? RING OCH ANMÄL TILL:

08 - 720 80 80

Om Färdtjänsten inte får veta om missförhållanden kan vi inte påverka. Deras undersökningar visar fortfarande en kundnöjdhet på 87%. Om alla missförhållanden anmälades skulle kundundersökningarna visa något helt annat.

- Kommer färdtjänsten inte i tid?
- Missar de din bokning?
- Bommar åkaren din bokning?
- Samåkning som gör att du kommer för sent?
- Otrevligt bemötande?

Har du frågor om färdtjänst eller behöver du stöd? Kontakta kansliet på RTP-S:
Yvonne Andersson, 08-545 622 68 eller 08-545 622 60
yvonne.andersson@rtps.se eller info@rtps.se

Bad – Gymnastik – Bastu



Vill Du som medlem i RTP

– få guldkant på tillvaron? – må bättre? – få motion i en bassäng med 34-gradigt vatten? Kontakta någon av personerna nedan. Det finns hjälpare vid de flesta av våra bad! Det finns lediga platser på de flesta baden, kontakta respektive badombud. Badavgiften är 250 kronor per termin och sätts in på pg 82 59 87–1 eller bg 134-6261 senast veckan efter badstart. Glöm ej avsändare och vilket bad insättningen avser.

Bad	Kontaktperson	Battider	Vårens sista baddag	Höstens första baddag
Vattenhuset Sfären (1+2)	Dick Grün 070-324 49 95	Måndagar 17.30 – 18.30 Bassäng eller mattgympa	20/6	15/8
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	16/6	18/8
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	4/6	16/8
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 14.00	23/5	22/8
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Bo Nylund 070-325 66 80	Måndagar 17.30 – 19.00	13/6	22/8
Liljeholmsbadet (1+3)	Christine Stenman Hultmark 070-750 53 97	Onsdagar 17.00 – 20.00	25/5	24/8
Långbrobadet (1+3)	Lennart Johansson 070-602 59 91	Söndagar 09.00 – 10.30	5/6	14/8
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	Lage Eckeskog 0703-66 61 33 lage.eckeskog@comhem.se	Måndagar 18.15 – 19.30	30/5	22/8
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Annelie Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.15 – 17.15	8/6	31/8
ROS Omsorg & Service Norrtälje (1+2)	Nann Palmgren 0176-161 44	Onsdagar 17.00 – 21.00	8/6	31/8
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Onsdagar 18.00 – 19.00	8/6	17/8
Huddinge Sjukhus Rehab-bassängen (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 17.45 – 19.30	9/6	18/8

(1) sjukgymnast/ledare finns **(2)** 32–34 grader i vattnet **(3)** 27–30 grader i vattnet

OBS! Om du som badare inte kan komma, anmäl förhinder till badets kontaktperson, ta också för vana att inför varje badtillfälle kolla din e-post ifall badet av någon orsak ställts in.

Aktiviteter

Titta gärna på RTP-S hemsida – www.rtps.se – där det finns information om aktiviteter även utöver de som finns i tidningen.

RTP-S DIALOG

Dialog Nackskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Nackskadade.

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

18 maj, 8 juni, 24 augusti, 14 september.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S
kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Maude Stenberg 08-545 622 65.

Välkommen till RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24,
Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Dialog Polioskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Polioskadade.

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

25 maj, 22 juni, 21 september, 19 oktober.

Vi tar upp aktuella ämnen eller problem och delar med oss av erfarenheter och av många års uppbyggda nätverk vad gäller rehabilitering, hjälpmedel m.m.
Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S
kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64,
petra.kascelan@rtps.se

Plats: RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24,
Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Dialog Hjärnskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Hjärnskadade.

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

**17 maj, 14 juni, 23 augusti, 13 september, 11 oktober,
15 november och 13 december.**

Vi tar upp aktuella ämnen eller problem och delar med oss av erfarenheter och av många års uppbyggda nätverk vad gäller rehabilitering, hjälpmedel m.m.
Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S
kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Christer Olsén 08-545 622 63,
christer.olsen@rtps.se

Plats: RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24,
Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Dialog Ryggmärgsskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Ryggmärgsskadade.

Torsdagar kl. 13.00 – 15.00

2 juni, 25 augusti, 15 september.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S
kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Maude Stenberg 08-545 622 65.

Plats: RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24,

Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Dialog Kronisk smärta

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Kronisk smärta.

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

17 maj, 7 juni, 13 september, 11 oktober.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S
kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64,
petra.kascelan@rtps.se

Plats: RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24,
Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Dialog Amputerade

Torsdagar kl. 14.00 – 15.00

9 juni, 1 september, 22 september, 20 oktober.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Välkommen till dialoggrupp Amputerade. Ta tillfället att träffa andra i liknande situation som dig själv. Vi diskuterar aktuella ämnen och problem och kommer med tips och råd för dig som är amputerad.

Anmälan senast tisdagen före till RTP-S kansli
08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Jesper Sellerberg, 08-545 622 69 eller
jesper.sellerberg@rtps.se

Plats: Kavallerivägen 24, Rissne Torg i Sundbyberg

Arrangör: RTP-S

Aktiviteter

RTP-S FRISKVÅRD

Träning på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13

Onsdagar kl. 17.30 – 19.30

Vår sjukgymnast hjälper dig med råd och vid behov kan du få ett individuellt träningsprogram uppgjort för dig. Träningen kan du göra både i sporthallen och i gymmet. När du tränat klart, kan du gå ner till caféet och ta dig en kopp te eller kaffe.

Anmäl dig till RTP-S kansli 08-545 622 60, info@rtps.se

Arrangör: RTP-S

Klassisk yoga

På ett mjukt och vänligt sätt får du tillfälle att ta hand om dig. Med enkla rörelser och ställningar lär du dig att i lugnt tempo varsamt lösa upp spänningar i muskler och andning. Varje pass avslutas med ca 20 min. liggande, djupverkande avspänning. Med ny klarhet, energi och stabilitet kan du återvända till din dag. Och det finns tid att talas vid med varandra i gruppen.

Instruktör: Ole Schmidt. Många års undervisning har gett Ole erfarenhet av att uppmärksamma och möta deltagarnas olika förutsättningar och behov. Han tillämpar Klassisk Yoga på ett sätt som många har glädje av.

För mer information: Ole 070-692 28 67 eller besök www.yogacentrum.se

Kostnad: 100 kronor/månad.

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

17, 24, 31 maj, 7, 14 juni, 23, 30 augusti, 6, 13, 20, 27 september, 4, 11, 18, 25 oktober, 1, 8, 15, 22, 29 november, 6, 13 december.

Plats: ABF-huset, Sveavägen 41, 6 tr. (Teatersalen) Stockholm.

Anmälan och kontaktperson: Christer Olsén 08-545 622 63 eller christer.olsen@rtps.se

Arrangör: RTP-S

Svensk skyttesport, en idrott för alla

Det finns ett flertal föreningar i Stockholms län som bedriver skytte för bland annat funktionsnedsatta. Det kan vara bågskytte, pistol- eller gevärsskytte. Skytte är därför en av få idrotter där man kan tävla mot varandra på samma villkor – killar och tjejer, ung som gammal, med eller utan funktionsnedsättning, elit eller motionär.

Bågskytte: Spänn bågsträngen, rikta blicken och prova på en av världens äldsta sporter. Flera av klubbarna har regelbundet nya prova-på-tillfällen (ex. Stockholm BK) samt nybörjarkurser.



Pistol/Gevärsskytte: Prova gärna på att skjuta med pistol eller gevär i Täby skytteklubb som har Stockholms läns största luftvapenhall. Hallen är tillgänglig för alla med bland annat höj- och sänkbara bord.

Skulle du vara intresserad av att delta i någon av dessa skyttegrenar kontakta RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se **senast 30 augusti.** Tid och plats meddelas senare.

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64.

Är det tillräckligt många intresserade räknar vi med att starta dessa aktiviteter under hösten 2016.

Arrangör: RTP-S

RTP-S TEMA

Öppet Hus: Hälsa och välbefinnande!

Torsdag den 26 maj kl. 14.00 – 18.00

Föreläsningar, information och inspiration till en hälsosam livsstil. Vi bjuder på dryck och lättare förtäring. Läs mer på sid. 5 i det här numret av Aktuellt och på vår hemsida www.rtps.se och vår Facebook-sida.

Plats: RTP-S kansli, Kavallerivägen 24 vid Rissne Torg i Sundbyberg.

Ingen föranmälan eller egenavgift!

Kontaktperson: Maude Stenberg 08-545 622 65 eller maude.stenberg@rtps.se

Arrangör: RTP-S

RTP-S INFO

Föreläsning om Universell design

Universell design bygger på att människor är olika och vill göra saker på olika sätt. Självklart kan tyckas, men en radikal utgångspunkt i dagens Sverige.

Möt **Per-Olof Hedvall**, forskaren från Lunds universitet, som den **25 maj kl. 16.00 – 18.30** kommer till oss och berättar hur man talar om tillgänglighet på ett nytt sätt.

Anmälan senast den 20 maj till Maude Stenberg

08-545 622 65, maude.stenberg@rtps.se, eller Jesper Sellerberg 08-545 622 69, jesper.sellerberg@rtps.se
Plats: RTP-S kansli på Kavallerivägen 24 vid Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Föreläsning om fantomsmärta

För den som är amputerad i Stockholm idag kan vården te sig splittrad. Det vill vi förändra och har därför bjudit in forskaren **Max Ortiz Catalan** från Chalmers att föreläsa om smärtbehandling för den som är amputerad. Föreläs-



Aktiviteter

ningen, eller seminariet, kommer att hållas på engelska och riktar sig till både medlemmar och vårdgivare runt om i länet i syfte att sprida kunskap om nya innovativa behandlingsmetoder för amputerade. Mer information finns på www.rtps.se och på vår Facebook-sida!

Kontaktperson: Jesper Sellerberg 08-545 622 69 eller jesper.sellerberg@rtps.se

Arrangör: RTP-S

RTP-S NÖJE

Kom och sjung med Sångfinkarna

Kören Sångfinkarna är en helt medlemsarrangerad aktivitet.

Vi träffas och sjunger i RTP-S

lokaler på Kavallerivägen 24, Rissne Torg i Sundbyberg.

Hör av dig till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller

info@rtps.se för närmare info. Se även www.rtps.se

Arrangör: RTP-S

Stadsvandring

Öl i Stockholm

Fredag 20 maj kl. 17.00 – 18.30

Vandra mellan historiska hak, hallar, bryggerier och försäljningsställen. Hör om klassiska ölcaféer, ”pilsnergubbar” och den tid då varje stadsdel hade sitt eget bryggeri.

Samlingsplats vid Norrmalm. Mer info ges vid anmälan.

Intresseanmälan senast 16 maj till Jesper Sellerberg,

08-545 622 69 eller jesper.sellerberg@rtps.se

Arrangör: RTP-S



Hur fungerar kollektivtrafiken för personer med funktionsnedsättning?

Vi testar att åka kollektivt i Stockholm, med rullstol, elmppe eller som gångare och träffas i Kungsträdgården

Onsdagen den 25 maj kl. 11.00 – 15.00

Vi bjuder på enklare lunch.

Ange vid anmälan om du har färdtjänstkort.

Vi åker buss, spårvagn, båt och tunnelbana.

Återkoppling i Kungsträdgården för avslutning och intryck av resorna.

Anmälan senast 16 maj.

Kontaktpersoner: Maude Stenberg 08-545 622 65,

maude.stenberg@rtps.se eller Jesper Sellerberg

08-545 622 69, jesper.sellerberg@rtps.se

Arrangör: RTP-S

Ridning på Värmdö Ridklubb!

Värmdö Ridklubb är belägen på Södra Elvinge gård, på det natursköna Värmdölandet ca 3 mil utanför Stockholm.

Klubben erbjuder ridlektioner för personer med olika funktionsnedsättningar där alla åldrar är välkomna.

Ansvarig för ridningen är **Sanna Henefeltson** som är utbildad ridinstruktör och har gått Ridsportförbundets ledarutbildning för funktionsnedsatta steg 1 och 2.

Klubben har välutbildade hästar och tillgång till olika hjälpmedel som man individanpassar, som t ex lift och uppstigningsramp m.m. Det finns hästar i olika storlekar så varje deltagare ska få en passande häst. Hästarna är mycket lugna och trygga.

Kostnad: 250 kr per/person i en grupp.

Intresseanmälan senast 31 maj görs till RTP-S kansli, 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64,

petra.kascelan@rtps.se

Arrangör: RTP-S



Sommarlunch i det gröna

Torsdagen den 2 juni planerar vi för en trevlig lunch tillsammans på någon mysig uterestaurang.

Restaurang ännu ej bestämd, meddelas senare.

Egenavgift.

Är du en läckergom och svag för

god mat och dryck är du välkommen till bords.

Anmälan senast 20 maj till 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Arrangör: Aktivitetskommittén



Avslutning vid Bögs gård för samtliga skadegrupper och anhöriga

Vi träffas vid Helénas café vid Bögs gård på Järvafältet. Bögs gård är idag en visningsgård så vi tittar på djuren innan vi startar tipspromenaden.

Lördagen den 11 juni kl. 11.00 – ca 14.30

Grillarna är tända, kaffet är kokat.

Vi avslutar vid Helénas café.

På Bögs gårds hemsida biabogsgard@hotmail.com

kan du hitta mer information om gården.

Sista anmälningssdag den 8 juni till RTP-S kansli

08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Maude Stenberg 08-545 622 65.

Arrangör: RTP-S

Aktiviteter



Tisdagen den 28 juni åker vi till Skansen för att se och lyssna på Allsångspremiären!

Under dagen kommer vi också besöka gårdarna, rosenträdgården och kanske något som just du vill se. För att få platser träffas vi redan kl. 09.45 vid Restaurang Solliden. Beställ färdtjänst till Solliden. Ta gärna med egen mat och dryck. Huvudentrén öppnar kl. 10.00.

Avgift och rullstolsplatser

Det går tyvärr inte att förboka biljetter eller sittplatser framför scenen. Det finns ett begränsat antal platser för rullstolar vid ett särskilt avsatt område. Först till kvarn gäller!

Du betalar endast entréavgift till Skansen.

Repetitioner och sändning

Allsångskvällarna startar kl. 19.30 och sändningen drar igång kl. 20.00. Vid 17-tiden är det generalrepetition.

Tänk på att...

...ta med solhatt eller regnkläder och glöm inte att dricka ordentligt. Regncape, solhatt och dricka kan du köpa i Skansenbutikerna eller vid Logen som ligger vid Bollnästorget inte långt från Sollidenscenen. Anmälan till info@rtps.se eller telefon 08-545 622 60.

Sista anmälningdag: 15 juni.

Eventuella frågor besvaras av Maude Stenberg, maude.stenberg@rtps.se eller 08-545 622 65.

Arrangör: RTP-S

Båttur till Sandhamn

Torsdagen den 4 augusti planerar vi för en båttur ut till Sandhamn i Stockholms mellanskärgård.

Vi tar oss själva ut till Stavnäs brygga. Här väntar en Vaxholmsbåt för en fin sjöresa på cirka 1 timme ut till Sandhamn och lunch på Seglarhotellet.

Vaxholmsbolaget har ännu ingen sommarturlista så vi får återkomma med avgångstider.

Det går bra med rullstolar på båten där det även finns hiss. På seglarhotellet finns det handikaptoaletter och hiss. Båtbiljetter och lunch betalar du själv.



Har du färdtjänstkort gäller detta som färdbevis i Vaxholmsbolagets trafik och du får även ta med en följeslagare gratis. Om vädrets makter inte är med oss denna dag ställer vi in det hela.

Är du intresserad att följa med till Sandhamn anmäl dig till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Arrangör: Aktivitetskommittén

Modevisning!

Är du intresserad av kläder, mode och personlig styling?

Då är du hjärtligt välkommen till butiken **Care Collection** i höst!

Du kommer erbjudas personlig styling av butikens ägare som hjälper dig med att prova kläder eller beställa väskor. Allt anpassat efter just din smak och din kropp!

Butiken har ett stort provrum som rymmer rullstolar, P-platser för rörelsehindrade och rullstolsramp.

Under kvällen bjuder RTP-S på lättare förtäring.

Läs mer på www.carecollection.se

Vi behöver vara minst 5-10 deltagare.

Avgift: 50 kronor.

Intresseanmälan görs senast den 25 augusti till

RTP-S kansli 08-545 622 00 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64, petra.kascelan@rtps.se.

Arrangör: RTP-S



Möjlighetsdagen 2016

Fredagen den 16 september kl. 10.00 – 15.30.

Plats: **Rehab Station Stockholm**, Frösundaviks allé 13.

Välkommen till en kostnadsfri dag fylld med inspirationsföreläsningar om möjligheter, lösningar och rättigheter för dig med funktionsnedsättning!

Rörelsehinderföreningarna Reumatikerdistriktet i Stockholms län, Personskadeförbundet RTP-S Stockholms läns distrikt, Neuroförbundet i Stockholms län och DHR Stockholms län samarbetar i år igen med Bosse, Råd Stöd & Kunskapscenter samt Rehab Station Stockholm för att genomföra en seminariedag för alla personer med funktionsnedsättning i Stockholms län.

Årets tema är hälsa och livsstil!

Under dagen bjuds det på en lättare lunch! Fler kostalternativ finns att tillgå i restaurangen på Rehab Station. Komplet program kommer att publiceras på www.rtps.se när det är färdigställt!

Anmälan görs till receptionen@rehabstation.se

Varmt välkomna önskar Personskadeförbundet RTP-S med flera!

Trevlig och lyckad sammankomst då en grupp damer upplevde glamour för en kväll!

En grupp förväntansfulla damer kom till Make up Institute Stockholm måndagen den 5 april kl. 17.00 för att få uppleva glamour för en kväll. Det var en mycket rolig och lärorik kurs som började med en lektion i grundsminkning anpassad till olika utseenden och åldrar.

Vi fick även en kort presentation av Make up Institute Stockholm som utbildar framtida stylister på en professionell nivå inom mode, TV, foto, reklam och filmbranschen. Mycket imponerande var även att de utbildar sina stylister med medicinsk kunskap som gör att de även kan ta hand om svårt skadade personer som behöver hjälp med att täcka olika typer av kroppsskador. Vetskapen om allt detta och att dessa proffs tog sig tid med oss gjorde att man kände sig lite extra speciell den kvällen!

Det var med en spänd förväntan, tyckte vi alla som var där, att få bli sminkade och omhändertagna av riktiga stylister, dessutom av en alldeles egen, som inom en snar framtid kommer att ta hand om riktiga artister av olika slag. Det kändes verkligen lyxigt!

Under kvällen försvann tiden i all hast då alla var fullt upptagna med att ta in all ny kunskap om sminkning och samtidigt njuta av att bli ompysslade. Alla tyckte att det var kul och mysigt då vi även hann med en liten fikapaus mellan sminkning, frågor och allt annat som vi fick uppleva. Förutom styling med smink ingick även en personlig färganalys där man fick veta om man var höst, vår, sommar eller vinter.

Därefter kunde den som ville handla olika sminkprodukter enligt stylistens rekommendation.

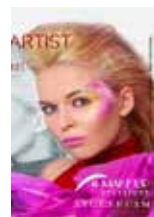
Slutligen kom kvällens höjdpunkt när en av deltagarna vann en alldeles egen styling. I priset ingår det även att efter styling av hår och smink bli fotograferad av en professionell fotograf i studion som finns på skolan. Vill nämna att bilderna är för privat bruk!

Vi undrar nu om det finns flera av våra medlemmar som är intresserade av att få uppleva samma glamourösa kväll till hösten. Vi planerar att nästa sammankomst kommer att vara i höst, **Torsdagen den 6 oktober!** Du kanske vill bli lite extra fin till hösten eller bara lära dig hur du kan experimentera med lite färger när du sminkar dig anpassat till din ålder? Följ med då på en spännande kvällskurs där du under fyra timmar får experthjälp med att hitta rätt sminkningsmetod och färg som passar just dig!

Maxantalet av medlemmar per gång är 10 st.



Vd Shaul Moalem undervisar oss.



MAKE UP
INSTITUTE
STOCKHOLM

Vad som erbjuds är:

Du får under kvällens gång en grundbaserad teoretisk genomgång om hur man lägger upp en makeup.

Du får en personlig rådgivning av en makeup-artist som sitter med och hjälper dig att välja färger för både dag- och kvällsmakeup.

Man går igenom varje årstids färger där man får en personlig bedömning med hjälp av en färganalys om vilken årstid du tillhör.

Kostnad: 200 kr/person.

Betalning sker på pg 82 59 87-1 eller bg 134-6261.

Märk talongen: Glamour för en kväll! 6 oktober plus ditt namn!

Intresseanmälan senast den 26 augusti till RTP-S kansli

08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan

08-545 622 64, petra.kascelan@rtps.se

Anmälan är bindande.

Arrangör: RTP-S



Foto: Petra Kascelan

Framtida stylister på Make up Institut.

Aktiviteter



Kalmar slott



Klasatorpet

Tredagarsresa till Småland och utvandrarbygden 31 augusti – 2 september 2016

Dag 1 – 31 augusti

Resan startar från Kavallerivägen i Sundbyberg 08.30 på morgonen, bussen framkörd 08.00. Vi åker E4 söderut och när det är lämpligt med en paus stannar vi så att den som önskar kan dricka förmiddagskaffe. I Norrköping svänger vi av och följer ostkusten. Tre mil norr om Västervik, på världshuset i Tindered vackert beläget vid sjön Ommen, stannar vi för att äta lunch. Efter en god lunch fortsätter vi söderut till Oskarshamn. Här besöker vi Döderhultarmuseet där man visar över tvåhundra av den kände konstnären Döderhultarens, eller Axel Robert Petersson som han egentligen hette, träskulpturer. Efter att vi sett en kort videofilm om skulptören och på egen hand beundrat de många träskulpturerna utställda i tidstrogna miljöer, fortsätter vi de sista milen till Kalmar där bekväma och centralt belägna hotell Kalmarsund väntar oss. Här skall vi bo i två nätter och när vi installerat oss i våra rum väntar middagen.

Dag 2 – 1 september

Hela dagen skall vi ägna oss åt Utvandrarbygden och Glasriket. Efter frukosten på hotellet möter vi vår guide som skall följa oss i på vår resa i Småland. Vi kommer att besöka många kända platser förknippade med Vilhelm Mobergs epos om utvandringen till Amerika på 1800-talet. Det mest kända namnet är kanske Duve-måla men vi passerar även byar som Gudarsmåla och Moshult, kända som Vilhelm Mobergs hemtrakter. Vi tittar in i Klasatorpet som är ett väl bevarat torp från utvandrar tiden. Torpet var inspelningsplats när Mobergs film Utvandrarerna spelades in och var huvudpersonernas

bostad Korpmoen i filmen. I Madesjö ser vi det förnämliga hembygds museet och ett besök på Kosta glasbruk skall vi också hinna med. Under dagen får vi tid för kaffe och lunch på platser som vår guide rekommenderar. På kvällen står middagen färdig på hotellet.

Dag 3 – 2 september

Efter frukosten sätter vi oss i bussen, tar farväl av Kalmar och startar hemresan. Strax norr om Kalmar ligger Timmernabben. Här stannar vi till för ett besök hos Gabriel Keramik, ett företag som tillverkar och säljer keramik och stengods. Resan fortsätter norrut och på Ringarums Vårdshus stannar vi för att äta lunch. Via Norrköping fortsätter vi hemåt och under vägen tar vi en paus på lämplig plats, så att den som vill kan ta en kopp eftermiddagskaffe. Vid 18.00-tiden är vi åter hemma i Sundbyberg.

Pris för resan: 3.675 kronor vid minst 30 personer.

Tillägg för enkelrum: 400 kronor.

3 dubbelrum är anpassade.

I priset ingår resa i turistbuss med toalett och hiss för rullstolar. Två övernattningar med del i dubbelrum. Frukost, lunch och middag. Entréer och visningar enligt program. Lokalguide dag 2.

Anmälan skall göras senast 20 juni till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se.

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64 eller petra.kascelan@rtps.se

OBS! Anmälan är bindande.

Arrangör: RTP-S och Sundbergs Buss AB.

Aktiviteter

Händer i NV Storstockholm

Välkommen till "Latinsk afton" i Upplands Väsby

Personskadeförbundet RTP är en förening som värnar de funktionsnedsattas möjligheter och rättigheter i samhället. Vi värdesätter social samvaro som en viktig läkande kraft och den 25 maj är du varmt välkommen till Upplands Väsby för att tillsammans med oss välkomna sommaren till tonerna av latinamerikanska rytmer och god mat.



Du får en kväll av glädje och gemenskap!
Vårt "husband", musikgruppen Trato,
står för de latinska rytmerna som du
avnjuter tillsammans med rätter tillagade
av våra "matlagare" från Chile och kanske
ett glas vin eller öl.

Under kvällen kommer du, förutom mat och musik, bjudas på korta inslag av information om vår förening och dess arbete.

Alla är välkomna! Vi har bokat en lokal som är mycket lättillgänglig så rullstol eller andra hjälpmedel är absolut inget hinder för att komma. Naturligtvis ser vi fram mot att träffa andra medlemmar i Personskadeförbundet RTP men också du som ännu inte är medlem i vår förening är lika välkommen.

Bokningsinformation

Tidpunkt

onsdagen den 25 maj kl. 17.30 – ca 21.30.

Entréavgift

Underhållning, förtäring plus ett glas vin/öl och kaffe ingår i entréavgiften som för medlemmar i Personskadeförbundet RTP är 100 kr och för icke medlemmar 150 kr. Öl/vin utöver det glas som ingår kan köpas till självkostnadspris.

Allergier? Om du har några allergier är vi tacksamma om du meddelar vårt kansli detta på telefonnummer 08-545 622 60 eller via mail till info@rtps.se
OBS! gör detta i samband med din bokning.

Frågor? Har du några frågor tveka inte att kontakta Bengt-Erik Johansson på tel.nr 0708 93 21 70 eller via mail på bejohansson8@gmail.com

Du som inte är medlem och vill ha mer information om Personskadeförbundet RTP inför bokningen hittar detta på www.rtps.se

Plats

Café Astrid, Dragonvägen 92 Upplands Väsby.
Lokalen ligger på Väsby centrum västra sida.

Bokning & betalning

För att vi skall ha möjlighet att planera för maten etc. måste alla (även icke medlemmar) **anmäla sig OCH betala sin entréavgift senast den 20 maj.**

Boka.... genom att ringa vårt kansli på 08-545 622 60 eller skicka ett mail till info@rtps.se.

Betala.... på plusgiro 82 59 87-1 alternativt bankgiro 134-6261. Skriv "Latinsk afton" på blanketten.

Biljard, bad, caféträffar i Upplands Väsby

Biljard: Måndagar kl. 15.00 – 18.00 Möjlighetens Hus, Ryttagatan 278, Upplands Väsby.

Bad: Måndagar kl. 18.15 – 19.30 Vår sjukgymnast håller igång oss.

Caféträff: Efter badet fikar vi i lokalen Rubinen.

Bad och caféträff sker på Dragonvägen 88-92.

Kontaktperson Lage Eckeskog, 070-366 61 33.

Se även www.rtps.se

Arrangör: NV Storstockholms lokalförening

Händer i StorStockholm

Studiecirkeln "Färg, form och hälsa"

Är du intresserad av att pyssla och bor söder om stan? Vi gör smycken, makramé, målar korgar och decoupage på konservburkar och mycket mer! Kom ner och pyssla med oss en stund och stanna gärna på fika. Platser finns!



Måndagar kl. 13.00 – 15.30

23 maj, 13 juni, 22 augusti, 19 september,

24 oktober, 21 november, 12 december.

Alla intresserade medlemmar oberoende av skada är välkomna.

Kaffe med bröd till självkostnadspriset 12 kronor.

Kostnad per termin 50 kronor samt medlemsavgift till ABE.

Adress: Folkparken 19 i Handen.

Tyresöfestivalen

I år närvarar StorStockholms lokalförening med egen monter på Tyresöfestivalen! En härlig folkfest som går av stapeln första lördagen i september som i år blir den **3 september!** Det blir prova på-aktiviteter, underhållning, marknad, mat och mycket annat!

Våravslutning

Vad sägs om att ta en fika på Det glömda Slottet i Vasastan?

Rörstrands Slott ligger vid Filadelfiakyrkan i Vasastan i Stockholm. Slottet var i mitten av 1600-talet i Drottning Kristinas ägo. Under 1700-talets början förvarades ryska krigsfångar där och när Tre Kronor brann fungerade slottet som huvudsaklig bostad åt hovet. Men kanske mest känt är slottet för Rörstrands Porslinsfabrik som hade sin verksamhet där mellan åren 1726-1926.

Till **självkostnadspris på 50-60 kronor** kan vi njuta av trevligt sällskap och andas in känslan av ett slottscafé med riktig karaktär.

Tisdagen den 7 juni kl. 14.00 – 16.00.

Plats: Rörstrands Slott, Rörstrandsgatan 5.

Sista anmälningsdag den 24 maj.

Anmälan till aktiviteter görs till RTP-S kansli

08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Yvonne Andersson 08-545 622 68 eller

yvonne.andersson@rtps.se

Yvonne arbetar måndag, tisdag och torsdag 09.00 – 15.00.

Kurser

Fotokurs till hösten

Är du intresserad av eget fotograferande?

Vår kurs riktar sig till dig som

i sällskap med andra tycker om att

vara ute i naturen och har en önskan om att kunna

fånga dess mångfald och prakt på bild. Tanken med

kursen är att du i ett samspel med de övriga kurs-

deltagarna, på en enkel nybörjarnivå, får lära dig att

utveckla ditt fotografiska seende och din känsla för

bild. Under kursens gång kommer du att fotografera

olika skeenden, objekt och platser som kan vara av

intresse för just din grupp att fånga på bild! Tanken

är även att man avslutar varje lektionstillfälle med en

trevlig fikastund.

Om du är intresserad så hör av dig!

Vid fler deltagare blir egenavgiften mindre och vid

färre deltagare högre.

Är det tillräckligt många intresserade räknar vi med

att starta kursen under tidig höst.

Intresseanmälan görs så fort som möjligt men senast den 5 juli.



Måla akvarell

Kursstart: Torsdag 22 september kl. 10.00 – 13.00 med avbrott för kaffe.

Egenavgift: 828 kronor (vid 7 deltagare).

Antal kurstillfällen: 6 ggr

Vid fler deltagare blir egenavgiften mindre och

vid färre deltagare högre.

Är du intresserad av ett s.k. "startkitt"

(färglåda, ett antal penslar, papper,

svamp och palett) tillkommer en kost-

nad på 500 kronor. Säg till om "start-

kitt" när du gör din intresseanmälan.

Lärare på kursen är Christina Olivecrona.

Kurslokal: Kavallerivägen 24 Rissne.

Sista anmälningsdag: 19 augusti.

Anmälan är bindande.



Flera kurser på nästa sida!

Aktiviteter

Händer i StorStockholm

Kurs i turistspanska

Upptäck enkelheten med att kunna de mest praktiska fraserna på turistspanska när du är ute på din semesterresa eller kanske rehabiliteringsresa!

Att kunna uttrycka dig enkelt men förståeligt kan göra resan mer upplevelserik både praktiskt och socialt! Hör av dig om du är intresserad av en kurs i turistspanska!

Vid fler deltagare blir egenavgiften lägre och vid färre deltagare högre. Är det tillräckligt många intresserade räknar vi med att starta denna kurs i höst.

Intresseanmälan senast den 5 juli.



Släktforskning för nybörjare

RTP-StS tillsammans med ABF Norra Storstockholm startar ovanstående cirkel i höst.

Kanske finns det spännande historier i din släkt?

I den här cirkeln får du lära dig att leta efter dina rötter. Eventuellt ett studiebesök till Riksarkivet i Arninge. Plats: Allaktivitetshuset, Sturegatan 10, Sundbyberg.

Cirkelledare: Odd Olsen.

Egenavgift: ca 560 kronor. Material- och studiebesökskostnad på tot. 300 kronor tillkommer.

Kursstart: Onsdagen den 28 september 2016 kl. 09.30 – 12.00.

Antal kurstillfällen: 8 (24 lektionstimmar).

Antal deltagare: max 6.

Tillgänglighet i Allaktivitetshuset:

Lokal: Vernissagesalen.

Handikappparkering finns ej. Några få parkeringsplatser bakom huset. Entrédörren öppnas automatiskt.

Hiss: Ja. Handikappanpassad toalett finns.

Anmälan så snart som möjligt dock senast 19 augusti.

Anmälan är bindande.



Anmälan till samtliga kurser:

RTP-S kansli 08-545 622 60 eller till info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64 eller petra.kascelan@rtps.se

Se även www.rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening

Att leva med hjärnskada

RTP-S erbjuder föreläsningar om livet efter en traumatisk hjärnskada med Christer Olsén för både skolelever och yrkesverksamma inom vård- och omsorg, försäkringsbransch och forskningsverksamhet.

Varmt välkomna att kontakta oss för mer information:

Christer Olsén: 08-545 622 63 eller christer.olsen@rtps.se

Jesper Sellerberg: 08-545 622 69 eller jesper.sellerberg@rtps.se

RTP-S kansli: 08-545 622 60 eller info@rtps.se



Händer i Norrtälje

Ålandsresan

Tisdagen den 17 maj sker den årliga Ålandsresan. Självkostnadspris.

Vikingadag på Storholmen

Torsdagen den 8 september

Vi tar oss själva ut till Storholmen, självklart kan vi samåka. Samling vid runstenen kl. 14.45 och dagen startar med kaffe och kaka. Sedan får vi en visning av vikingabyn som inte var särskilt anpassad på den tiden, men med lätta rullstolarna fixar vi det! Det mesta är utomhus så kläder efter väder.

Därefter får vi en demonstration och "prova på" att spinna med slända och att smida.

Cirka 17.45 är vi nog klara. Då vet vi allt om vikingatiden.

Anmälan senast den 20 juni.

Självkostnadspris.

RTPs 70-årsjubileum

Onsdagen den 21 september kl. 12.00 – 17.00

Plats: ROS i samlingsalen Hamnvägen 12.

Kontaktuppgifter och intresseanmälningar:

Marie Kärln 070-316 10 07 marie.karlin@hotmail.se alt. norrtalje@rtp.se

Hör av dig om du har förslag på aktivitet/verksamhet som föreningen eventuellt kan anordna.

Se även www.rtps.se

Arrangör: Norrtälje lokalförening

Aktiviteter

Händer i Södertälje

Årets medlemsresa går till Arboga

Vi besöker Robotmuseet och får en guidad tur. Efter fiket fortsätter vi med en historisk stadsvandring i Arboga (anpassad efter rullstolsburna) och därefter äter vi lunch på Ågården. Efter det kan man på egen hand utforska Arboga Centrum innan vi åker vidare till Hjälmare Kanal, som har ett attraktivt besökscentrum.

Samling lördag 4 juni kl. 07.30.

Plats: Uthamnsvägen 2 (gamla Överskottsbolaget) på parkeringen.

Bussen avgår kl. 08.00.

Hemfärd cirka 17.00 – 17.30.

Pris: 350 kronor/person vid minst 30 deltagare.

Senaste anmälningdag: 20 maj.

Anmälan till Eva Molnár 070-486 95 13 eller Liiza Pettersson 073-388 77 74.

Se även www.rtps.se

Arrangör: Södertälje lokalförening

Rapporter

Badgruppen på utflykt

Badet är verkligen en sammanhållande länk i vår lokalförening i Norrtälje. Alla börjar för att må lite bättre fysiskt, vilket vi också gör, med det varma vattnet och att röra på sig. Men det ger så mycket mer även socialt, med mycket snack och skratt, och dessutom nya vänner.

Så när familjen Ballarin berättade att de skulle bygga ett nytt hus i Tungelsta, blev vi ju nyfikna och ville se hur det blev. Sagt och gjort, vi bokade en buss och gav oss av hela gänget en tidig morgon från Norrtälje. Väl framme blev vi bjudna på kaffe och smörgås. Dessutom gick vi husesyn och det var verkligen fint!

Resan gick sedan vidare till Nynäshamn och Mopedum eller Nostalgi-museet. Allt hade börjat med mopedmen efterhand har man byggt upp utställningar. Vi får följa ett par som träffades 1952 och se de miljöer som de levde i. Han arbetade i handelsbod och hon var frisör, så de miljöerna är självklart med. Dessutom campingliv, vardagsrum, kök och tonårsrum.

Och om vi kände igen oss! Vi måste ha varit den absolut bästa åldersgruppen för dessa visningar.



Trots att vi var länge på Nostalgi-museet hade vi ändå tid över innan vi skulle vidare, så efter önskenmål blev det lite shopping i Nynäshamn. Det är bra med en flexibel busschaufför.

Sista anhalten för dagen var "Den lille italienaren" i Länna, där blev vi serverade en sen, men synnerligen vällsmakande lunch.

NANN PALMGREN

Distriktets årsmöte 2016

Torsdagen den 31 mars hade Personskadeförbundet RTP Stockholms läns distrikt sitt årsmöte.

Deltagarna bjöds på lättare förtäring innan årsmötets ordförande Agneta Rönqvist hälsade alla välkomna och förklarade mötet öppnat.

Det var glädjande att det var så många som infann sig, inte bara ombud utan alla medlemmar som ville vara med och påverka.

JOANNA BACHORZ, KANSLICHEF RTP-S





Modern och barnet



Big Head



Ellen Key



Linné och Linnéa



Mikaela

Besök på Liljevalchs vårsalong

Liljevalchs fyller 100 år i år och byggnaden på Djurgårdsvägen 60 som inrymt konsthallen sedan 1916 genomgår en omfattande renovering och grundförstärkning.

Det var anledningen till att vårsalongen i år fanns i tillfälliga lokaler i AMF Fastigheters nya byggnad Urban Escape på Malmtorgsgatan 8 vid Brunkebergstorg.

Vi var totalt 22 konstintresserade medlemmar från RTP-S som besökte vårsalongen i city onsdagen den 9 mars. Vårsalongen var placerad högst upp i byggnaden på våningsplan 11 och 12 och med 1800 kvadratmeters utställningsyta. Vår guide var som vanligt Marie Andersson.

I år bestod vårsalongens jury av tre konstnärer som tidigare själva har ställt ut på Liljevalchs: Lena Cronqvist, Berit Lindfeldt och Maria Miesenberger. Av 2318 konstnärer som sökte till årets vårsalong blev 114 utvalda med totalt 214 verk. Den yngsta medverkande i årets utställning var 23 och den äldsta 99 med 64 kvinnor och 54 män.

Utställningen innehöll mestadels måleri, en del skulpturer och lite

fotografi. Salongens akvareller handlade en hel del om hus. Vi såg bland annat Malin Perssons *Beckbrännarbacken 11* där trottoar, gata och fasad hade sammanförts till en helhet, och Henry Svahns *Fabriksgratan 16* i Umeå på samma tema.

Modern och barnet av Ann-Sofie Claesson i olja på duk var en av de målningar man stannade till vid lite extra, modern med den intensivt tomma blicken och barnets ovanligt vuxna och insiktsfulla blick. Två andra målningar man också minns är Maria Olssons *Prästgata 1* i akryl och olja på pannå med den stränge mannen på sin gård i centrala Östersund. Konstnären själv hade hittat inspiration under sina promenader i staden. Linnea Wetterström Engmans *Systrar* i olja på duk föreställande konstnären själv och hennes systrar i baddräkt. Förlagan till båda målningarna var fotografier.

På de senaste årens vårsalonger har det varit mindre med skulpturer, men i år var dessa tillbaka. Där fanns bland annat *Man med svan* i trä av Annika Wennberg, *Flygande katt* i trä av Inga Hjolman, två skulpturer i polyester av Johan Paalzows samt Anneli Shorters

Linné och Linnea i papier-maché och metall. Men framförallt den iögonfallande *Big Head* av Gert Germeraad i juteväv och hönsnät.

Vi såg också en hel del broderier. Inga Britt Hjærtbergs *En pensionärs dagbok* om hur livet förändrades efter pensioneringen, och Astrid Bäckströms bildväv av Ellen Key där ett fotografi av författaren dök upp i konstnärens släktalbum och tjänade som förlaga till broderiet.

Det näst dyraste verket på vårsalongen var Cecilia Pfaffs handstickade skulptur *Mikaela* för 450 000 kronor (konstnärerna sätter priserna själva) av en naken människokropp i naturlig storlek. Detta var också det som stack ut mest på hela utställningen. Men allra dyrast var Julia Helanders rörliga skulptur *Abervink* för 590 000 kronor.

Efter avslutad guidning och där efter egen tid vid utställningsföremålen smakade det bra med en kopp kaffe och en bulle i caféet där Liljevalchs hade haft vänligheten att reservera bord åt oss.

TEXT: ROLF WIDÉN

FOTO: LEIF LINDSTRÖM

Studiebesök på Linds Ortopediska Solna

Onsdagen den 2 mars gjorde 13 medlemmar från RTP-S ett studiebesök hos Linds Ortopediska i Solna.

Roger och Lars Lind tog emot oss med öppna armar och innan rundvandringen i lokalerna startade bjöds vi på en lättare förtäring.

Vi fick information om verksamheten och fick se en del av deras många produkter.

Linds Ortopediska är en ny ortopedteknisk verksamhet som ingått avtal med Stockholms läns landsting och som startade den 1 oktober 2014.

Personalen med leg. ortopedingenjörer, ortopedtekniker m.fl. har lång erarenhet inom branschen och de flesta kommer från andra ortopediska verksamheter i Stockholm.

Förutom Linds Ortopediska i Solna, som ligger på Charlottenburgsvägen 13, har de också verksamhet i Södertälje på Wedavägen 4 d.

Vi tackar Roger och Lars för ett intressant och mycket givande besök (se Linds annons sid 2).

ROLF WIDÉN



Roger och Lars från Linds Ortopediska berättar om verksamheten för intresserade åhörare. Foto: Petra Kascelan.



www.teamolmed.se

teamolmed
för ett rörligare liv

Postpoliomottagningen Kontaktinformation:

Mottagningssköterska för tidsbokning
och rådgivning

Måndag, tisdag, torsdag kl. 09.00 – 10.30

Onsdag kl. 13.00 – 14.30

08-123 576 41

Återbud: 070-168 41 07 (telefonsvarare)

Fax: 08-123 577 53

Kurator: 08-123 552 17

Arbetssterapeut: 08-123 579 14

Sjukgymnast: 08-123 576 45

Besöksadress:

Postpoliomottagning
Rehabiliteringsmedicinska
Universitetskliniken
Hus 38, plan 2

Personskadeförbundet RTP-S i Stockholms län.

Styrelser i lokalföreningarna, förtroendevalda i distriktet samt kanslipersonal.

2016

StorStockholms lokalförening (StS)

Lotta Änggård, ordf.
Anita Lindskog
Jan Delvert
Nils Junehill
Tommy Engh

Norrtälje lokalförening (Nt)

Marie Kårlin, ordf
Solveig Boije
Anita Knutsson
Marie Bolmgren
Siv Palm
Nann Palmgren
Berit Grahn
Raija Korhonen

Nordvästra Storstockholms lokalförening (Nv)

Bengt-Erik Johansson, ordf.
Sven-Axel Lundström
Leif Ekström
Hernan Ravanal
Inger Hovind
Tommy Svensson
Mia Svensson

Södertälje lokalförening (Sö)

Eva Molnár, ordf
Liiza Pettersson
Monira Benjaro
Leila Haukkala
Maainikki Pellikka

Vid årsmötet den 31 mars 2016 valde ombud från ovanstående fyra lokalföreningar i Stockholms län distriktets (RTP-S) styrelse, revisorer och valberedning.

DISTRIKTETS STYRELSE, REVISORER OCH VALBEREDNING

ORDFÖRANDE

Bengt Erik Johansson, Nv

ORDINARIE LEDAMÖTER

Ann-Charlotte Änggård, StS
Anders Lissegårdh, Nt
Monica Moberg, Sö
Jean Ruremeshamuryango, Nv

Ersättare

Jan Delvert, StS
Rolf Widén, StS

REVISORER

Kurt Kalmelid, aukt. revisor
Anders Carlsson, lekmannarevisor

VALBEREDNING

Marie Kårlin, Nt
Lars Peterson, Nv
Anita Lindskog, StS
Leila Haukkala, Sö

DISTRIKTETS KANSLI

KANSLIET

Joanna Bachorz, kanslichef
Yvonne Andersson
Katharina Jansson
Petra Kascelan
Christer Olsén
Eva Ruiz
Jesper Sellerberg
Maude Stenberg

KOMMITTÉER

FÄRD TJÄNSTKOMMITTÉN

Birgitta Flognfeldt, sammankallande
Anders Lissegårdh
Britt-Marie Sjöqvist
Irene Huber
Leila Haukkala
Antonio Giovagnoli
Ahmed Abdullah

Kontaktperson på kansliet Yvonne Andersson

AKTIVITETSKOMMITTÉN

Rolf Widén, sammankallande
Karin Drougge
Gun Möller

Kontaktperson på kansliet Petra Kascelan

SIMKOMMITTÉN

Kontaktombuden för respektive bad utgör kommittén.
Kontaktperson på kansliet Yvonne Andersson

ARBETSGRUPP FÖR PÅVERKANSFRÅGOR

Bedrivs i samråd med lokalföreningarna.
Följande ledamöter ingår i arbetsgruppen:
Lokalföreningarnas representanter i KHR.
Kontaktpersoner på kansliet Skadegruppskontakterna

Ytterligare information om lokalföreningarnas vice ordförande, sekreterare och kassör återfinns på hemsidan www.rtps.se.

Kalendarium

Anmäl ditt deltagande genom att ringa eller skicka e-post till kansliet, telefon 08-545 622 60 eller e-post info@rtps.se
Adressen är RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24, Rissne Torg i Sundbyberg om inget annat anges!

Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

På kvällarna kan det vara svårt att parkera intill kansliet på Kavallerivägen 24 i Sundbyberg.

Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera. Detaljer om aktiviteterna hittar du på sidorna 13-22.

MAJ

Måndag	16	Anmälan Stadsvandring
Måndag	16	Anmälan Hur fungerar kollektivtrafiken..
Tisdag	17	Ålandsresa
Tisdag	17	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	17	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	17	Klassisk yoga
Onsdag	18	Dialog Nackskadade
Fredag	20	Anmälan Föreläsning. Universell design
Fredag	20	Stadsvandring Ö i Stockholm
Fredag	20	Anmälan Sommarlunch i det gröna
Fredag	20	Anmälan Latinsk afton
Fredag	20	Anmälan Medlemsresa till Arboga
Måndag	23	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	24	Klassisk yoga
Tisdag	24	Anmälan Våravslutning Rörstrands slott
Tisdag	24	Hjultorget dag 1
Onsdag	25	Hjultorget dag 2
Onsdag	25	Föreläsning om Universell design
Onsdag	25	Dialog Polioskadade
Onsdag	25	Hur fungerar kollektivtrafiken...?
Onsdag	25	Latinsk afton i Upplands Väsby
Torsdag	26	Öppet Hus: Hälsa och Välbefinnande
Tisdag	31	Klassisk yoga
Tisdag	31	Intresseanmälan Värmdö Ridklubb

JUNI

Torsdag	2	Dialog Ryggmärgsskadade
Torsdag	2	Sommarlunch i det gröna
Lördag	4	Medlemsresa till Arboga
Tisdag	7	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	7	Våravslutning Rörstrands Slott
Tisdag	7	Klassisk yoga
Onsdag	8	Anmälan Avslutning vid Bögs gård
Onsdag	8	Dialog Nackskadade
Torsdag	9	Dialog Amputerade
Lördag	11	Avslutning vid Bögs gård
Måndag	13	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	14	Klassisk yoga
Tisdag	14	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	15	Anmälan Allsång på Skansen
Måndag	20	Anmälan Tredagarsresa till Småland
Måndag	20	Anmälan Vikingadag på Storholmen
Onsdag	22	Dialog Polioskadade
Tisdag	28	Allsång på Skansen

JULI

Tisdag	5	Intresseanmälan Kurs i turistspanska
Tisdag	5	Intresseanmälan Fotokurs

AUGUSTI

Torsdag	4	Båttur till Sandhamn
Fredag	19	Anmälan Släktforskning för nybörjare
Fredag	19	Anmälan Måla akvarell
Måndag	22	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	23	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	23	Klassisk yoga
Onsdag	24	Dialog Nackskadade
Torsdag	25	Dialog Ryggmärgsskadade
Torsdag	25	Intresseanmälan Modevisning
Fredag	26	Intresseanmälan Glamour för en kväll
Tisdag	30	Intresseanmälan Svensk skyttesport
Tisdag	30	Klassisk yoga
Onsdag	31	Tredagarsresa till Småland

SEPTEMBER

Torsdag	1	Dialog Amputerade
Lördag	3	Tyresöfestivalen
Tisdag	6	Klassisk yoga
Torsdag	8	Vikingadag på Storholmen
Tisdag	13	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	13	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	13	Klassisk yoga
Onsdag	14	Dialog Nackskadade
Torsdag	15	Dialog Ryggmärgsskadade
Fredag	16	Möjlighetsdagen 2016
Måndag	19	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	20	Klassisk yoga
Onsdag	21	Dialog Polioskadade
Onsdag	21	RTPs 70-årsjubileum
Torsdag	22	Dialog Amputerade
Torsdag	22	Måla akvarell
Tisdag	27	Klassisk yoga
Onsdag	28	Släktforskning för nybörjare

Fortsättning på höstens aktiviteter kommer i nästa nummer.

Kontakta oss!



Distriktet och lokalföreningarna

Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid 09.00 – 15.00, 1 maj – 31 aug. fredagar 09.00 – 13.00

Lunchstängt 11.30 – 12.00

Kansliet har semesterstängt veckorna 28, 29, 30.

Växel 08-545 622 60

E-post till RTP-S info@rtps.se

Hemsida: www.rtps.se

Joanna Bachorz,

kanslichef 08-545 622 62 joanna.bachorz@rtps.se

Christer Olsén 08-545 622 63 christer.olsen@rtps.se

Petra Kascelan 08-545 622 64 petra.kascelan@rtps.se

Maude Stenberg 08-545 622 65 maude.stenberg@rtps.se

Katharina Jansson 08-545 622 66 katharina.jansson@rtps.se **Föräldraledig!**

Eva Ruiz 08-545 622 67 eva.ruiz@rtps.se

Yvonne Andersson 08-545 622 68 yvonne.andersson@rtps.se

Jesper Sellerberg 08-545 622 69 jesper.sellerberg@rtps.se

StorStockholms lokalförening

Yvonne Andersson 08-545 622 68

E-post till RTP-StS yvonne.andersson@rtps.se

Lokalföreningens kansli är bemannat måndag, tisdag och torsdag 09.00 – 15.00.

Meddelanden kan lämnas till växeln 08-545 622 60 övriga tider eller e-post.

Nordvästra Storstockholms lokalförening

Bengt-Erik Johansson 070-893 21 70 bejohansson8@gmail.com

Norrtälje lokalförening

Marie Kärllin 08-545 622 60 norrtalje@rtp.se

Södertälje lokalförening

Eva Molnár 070-486 95 13 eva.molnar@tele2.se

Tips



Du vet väl att Personskadeförbundet RTP-S finns på Facebook? Där hittar du den senaste informationen om våra aktiviteter och nyheter som är relevanta för dig som medlem. Och vi vill ha dina åsikter! Tagga bilder du lägger på din egen Facebook med Personskadeförbundet RTP-S, ställ frågor och engagera fler! <https://www.facebook.com/PersonskadeforbundetRtpS>

Viktigt meddelande/tips till våra läsare:

RTP-S Aktuellt utkommer med 4 nr/år. Flera av våra aktiviteter sträcker sig över en längre period, så därför är det viktigt att Ni sparar tidningen tills nästa nummer kommer för att inte missa något! För att vara helt säker på att vara uppdaterad om vad som händer inom RTP-S rekommenderar vi att ni meddelar er mejladress till oss på info@rtps.se för att kunna få nyhetsbrev. Håll även utkik på hemsidan www.rtps.se och "gilla" gärna vår Facebook-sida "Personskadeförbundet RTP-S", där finns alltid det senaste nytt och eventuella förändringar!

RTP-S KANSLI

Här finns vi på RTP-S !



**Kavallerivägen 24, Rissne Torg, 3 tr,
Tel. 08-545 622 60**

Hitta till oss:

T-banestation Rissne. Kansliet ligger mittemot baksidan av T-baneutgången.



Linje 10 Blå linjen Kungsträdgården-Hjulsta, gå av vid station Rissne



Linje 35 Nynäshamn-Bålsta, gå av vid station Sundbyberg C, ta T-bana mot Hjulsta, gå av vid station Rissne



Buss 118, 155, 157, 504 och 512 stannar vid Rissne Torg



Parkering, flera platser mittemot Kavallerivägen 24



Hiss 2 st i entrén

Välkomna!



***Vi önskar alla våra läsare
en härlig sommar!***

**Stöd utgivningen av
RTP-S Aktuellt
genom att sätta in lägst
50 kronor på PlusGiro 2 94 10-8.**

B Posttidning

Kontrollera att Din adress är korrekt! Om inte
– meddela ändring till kansliet, telefon 08-545 622 60

Retur till:

RTP-S, Kavallerivägen 24, 174 58 Sundbyberg



Framgångsrik rehabilitering i naturskön miljö

Hösten 2016 kommer vi att erbjuda särskilda polioveckor.

Under vecka 47-49 är du välkommen att delta i vårt Postpolioprogram tillsammans med andra poliodrabbade.

Du är givetvis hjärtligt välkommen på rehabilitering även övriga veckor.

På Mälargården möts du av erfaren och kunnig personal. Vi är till för att din rehabilitering ska bli så framgångsrik som möjligt. Vår anläggning ligger i natursköna Sigtuna och här kan du fokusera på din rehabilitering utan störande moment. Vår 34-gradiga rehabiliteringsbassäng nyttjas frekvent till både gymnastik och avslappning. Funktionsnedsättning är inget hinder för att träna på vårt gym.

Förutom att du har enskild tid med sjukgymnast varje dag så finns ett stort utbud av gruppaktiviteter. Tillsammans tar vi fram ett rehabiliteringsprogram anpassat till dina förutsättningar.

Mälargården bedriver neurologisk rehabilitering för stroke, MS, postpolio och Parkinsons sjukdom.

För ytterligare information kontakta vår koordinator Lena på direktnummer 08-594 936 34.