

RTP-S

aktuellt

Nr 2
2015

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S, STOCKHOLMS LÄN



**Resa med "tur och otur"
Polio – runt om i världen
TeamOlmed Torsplan öppnat!**



Personskadeförbundet RTP-S i Stockholms län.

Styrelser i lokalföreningarna, förtroendevalda i distriktet samt kanslipersonal.

StorStockholms lokalförening (StS)

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

Norrtälje lokalförening (Nt)

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

Nordvästra Storstockholms lokalförening (Nv)

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

Södertälje lokalförening (Sö)

Eva Molnár, ordf
Liiza Lehto Pettersson
Monira Benjaro
Tord Lindqvist
Christer Engqvist

Vid årsmötet den 26 mars 2015 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
Monica Moberg, Sö
Jean Ruremeshamuryango, Nv
Anders Lissegårdh, Nt

Ersättare

Karolina Anner, StS
Jan Delvert, StS

REVISORER

Kurt Kalmelid, aukt. revisor
Anders Carlsson, lekmannarevisor

VALBEREDNING

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

DISTRIKTETS KANSLI

KANSLIET

Joanna Bachorz, kanslichef
Yvonne Andersson
Katharina Jansson
Christer Olsén
Eva Ruiz
Maude Stenberg
Rolf Widén

KOMMITTÉER

FÄRDTJÄNSTKOMMITTÉN

Birgitta Flognfeldt, sammankallande
Britt-Marie Sjöqvist
Irene Huber
Karin Sjögren
Anders Lissegårdh
Leila Haukkala
Kontaktperson på kansliet Yvonne Andersson

AKTIVITETSKOMMITTÉN

Karin Drougge, sammankallande
Gun Möller
Kontaktperson på kansliet Rolf Widén

ARBETSGRUPP FÖR PÅVERKANSFRÅGOR

Följande ledamöter ingår i arbetsgruppen:
Lokalföreningarnas representanter i KHR samt
ledamöter i stadsdels- och facknämnderna. Se www.rtps.se
Kontaktpersoner på kansliet Skadegruppskontakterna

SIMKOMMITTÉN

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

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

Innehåll

Med mina ord	3
Resa med "tur och otur"	4
Polio – runt om i världen	6
Immunglobulinbehandling	8
TeamOlmed Torsplan öppnat	10
Aktuellt från Färdtjänstkommittén	11
Krönika: Den mentala vätskebalansen	12
Första transplantationen av händer närmar sig i Sverige	13
Rydells blommor	14
Bad – Gymnastik – Bastu	16
Aktiviteter	17
Rapporter	23
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

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 ansvaras ej.

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

Nästa nummer utkommer: 18 september 2015

Manusstopp: 17 augusti 2015

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Onslag: Åke Broberg och Jan Drakander

Foto: TeamOlmed

Med mina ord ...

Nu är det igen dags för nya tag!

Först skall jag tacka för årsmötets förtroende att ge mig ännu ett år som ordförande för RTP-S. Att vara ordförande för vårt distrikt ser jag som en intressant, rolig och samtidigt utmanande uppgift.

Året som gått har haft flera utmaningar. Vi har genomfört en omfattande flytt, uppgraderat vår IT-plattform, bytt vår telefonväxel och mycket mer. Jag vill framföra ett speciellt tack till vår kanslipersonal som sett till att alla pusselbitar fallit på plats så att vi nu har ett nytt fullt fungerande kontor.

Jag vill också tacka alla styrelsemedlemmar i våra lokalföreningar. Ni som (trots att ni själva är drabbade av någon form av funktionsnedsättning) lägger en stor del av er tid och kraft på att driva verksamheten framåt är oundgängliga för vår förening! Slutligen vill jag också tacka de som ingått i distriktets styrelse. Ni har alla gjort ett strålande arbete för vår förening.

Jag skriver dessa rader några dagar innan den väntande påsken. Påsken firar vi naturligtvis på olika sätt allt beroende på våra egna förutsättningar. Självtillbringar jag påsken hemma tillsammans med min hustru och förhoppningsvis (eftersom jag lagar till den själv) en god påskmiddag där en oundviklig "komponent" på bordet är äggen. Trots att det just nu är en lite gråmulen och vädermässigt dystert dag, känner jag ändå våren vibrera i mina näsborrar. Våren, sägs det, är tiden för återfödelse. Detta firas i de flesta kulturer genom olika

fruktbarhetsritualer där äggen symboliserar återfödelse och fruktbarhet. Jag äter gärna ett ägg eller två för att fira vårens ankomst. I min ålder så kanske inte fruktbarheten, som dessa ägg sägs skänka, tillmäts den största betydelsen men känslan av att återfödas känns som balsam för kropp och själ. Har man, som många av oss, någon form av funktionsnedsättning så gör ljuset, den spirande grönskan, fåglarnas sång och solens allt varmare strålar att vi känner oss lite piggare och kanske också lite "pånyttfödda".

Våren är också en tid att inspireras inför det kommande verksamhetsåret i vår förening. Vi försöker alltid göra vårt bästa för att ge dig som medlem ett tydligt värde för de pengar du betalar för ditt medlemskap. Vår målsättning är att Personskadeförbundet RTP skall vara det naturliga och bästa valet av förening för de som lever med sviter efter polio eller en trafik- eller olycksfallsskada. En grundläggande förutsättning för att detta skall lyckas är DIT och alla andra medlemmars engagemang! Vi behöver DIN hjälp! Låt dig också inspireras av den kraft som kan hämtas ur den annalkande våren och hör av dig till din egen lokalförening, vårt kansli alternativt direkt till mig med de synpunkter och förslag som känns viktiga för att just du skall känna dig riktigt hemma i vår förening. Alla förslag och synpunkter i stort och smått är viktiga så hör av dig.

Jag önskar er alla en fantastiskt bra vår och sommar!

BENGT-ERIK JOHANSSON



Staffan och jag på stranden i Mèxe.

Stockholm – Paris – Montpellier, ”tur med otur” september 2014

Min 75-årsdag planerade vi (min man och två vuxna döttrar) att fira någonstans i Sydfrankrike. Jag sökte på nätet och hittade lämpligt flyg, boende och hyrbil. Således separata bokningar som jag betalade via mitt bankkonto. När samtliga beställningar var utprintade var det bara att invänta avresedagen 15 september.

Den 10 september fick jag via mail meddelande om eventuell pilotstrejk på Air France fr o m 15 september, vår avresedag. Klart besked skulle lämnas senast 24 timmar innan planerad avresetid, följande dagar blev därför oroliga för mig.

Dagen innan vår avresa meddelar Air France att vårt bokade flyg till Paris kommer att gå som vanligt, däremot är flyget Paris till Montpellier inställt. Vad göra? Jo, vi beslutar att ta tåg från Paris till Montpellier. Eftersom det var kort om tid innan avresa kunde vi inte köpa tågbiljetter via internet, utan vi köpte biljetterna på SJ – Central i Stockholm. Allt kändes klappat och klart och vi såg fram mot tågresan, med tåg får man ju se så mycket mer.

Flyget från Arlanda hade tidig avgång, varför vi bestämde oss för tåm-

ligen tidigt sänggående. En sista koll på mailen innan jag skulle stänga av datorn, gör mig galen!! Flyget från Arlanda kommer att avgå 10.30 i stället för 7.10. Det innebär att vi inte kommer att hinna med tåget. Raskt beger vi oss till SJ Centralen, vi hinna dit strax före 22.00 då kassan för utländska biljetter stänger. Vi byter våra tågbiljetter till en senare avgång.

Nästa dag när vi checkar in, meddelar man oss att bagaget går direkt till Montpellier. Vi protesterar och säger att vi har köpt tågbiljetter för resan Paris–Montpellier, eftersom vi fått besked om inställt flyg. På något vis har Air France bestämt att ett flyg ska gå sent på eftermiddagen och vi är incheckade på det flyget. Utlägget för tågresan skulle vi kräva tillbaka senare.

På flygplatsen i Paris hade vi många timmars väntan, innan vi kunde flyga vidare. Vi ringde då till biluthyrarfirman och vårt boende för att meddela vår sena ankomst.

Vi hämtade ut bilen vid flygplatsen i Montpellier, det regnade och var mörkt. Tyvärr fanns ingen karta med i hyrbilen och vårt boende på en golfanläggning låg en mil utanför Mont-

Åsa Orrgård, mångårig medlem i RTP, berättar om en händelserik resa till Sydfrankrike i samband med sin 75-årsdag i september 2014. Först en liten bakgrund om sig själv.

Jag insjuknade som 16-åring i polio med bestående förlamningar i armar/händer och nacke som följd. Efter två års sjukhus/rehab-vistelse kunde jag flytta hem och också avsluta mitt sista skolar i 7-årig flickskola. Jag fick efter avslutad skolgång anställning på ett försäkringsbolag. Inom företaget har jag kunnat vidareutbilda mig och också haft ett intressant arbete som passat mitt handikapp. Mina arbetskamrater var fantastiska, på ett naturligt sätt fick jag tex hjälp i matsalen och också av/på med ytterkläder. Jag hade arbetat 45 år på detta företag, då jag gick i pension vid 65 års ålder.

1966 gifte jag mig med min Staffan. Vi har fått en son och två döttrar. När barnen var små anställde vi barnflickor till min praktiska hjälp. Vi har under åren gjort fantastiska resor ut i världen, vi har bland annat varit på safaris i Afrika flera gånger. Eftersom jag sedan 18 år tillbaka är beroende av respirator nattetid, har det ibland varit ett litet äventyr att få tillgång till elektricitet på resorna. Det har trots allt ordnat sig och idag är jag glad över våra reseäventyr. Åldern och postpolio-symtom börjar nu bli märkbara, men lusten att upptäcka och uppleva nya länder finns kvar.

pellier centrum. Efter ett antal varv runt i staden kom vi till slut fram.

Nästa dag, min födelsedag hade vi ännu inget att äta eller dricka, men solen skiner och vi är förväntansfulla. I närmaste affär, 3 km bort, handlar vi bröd, ostar och vin mm och fyller vårt kylskåp.

Dagens utflykt går till Sète vid kusten. Vi njuter av ett glittrande hav och beskådar flamingos i massor. Mot kvällen finner vi en restaurang med utsikt över havet och vi njuter av

en måltid bestående av havets läckerheter – ostron, pilgrimsmusslor och jätteräkor. Till slut en lyckad dag!

Nästa dag är planen att bila till Le Pont du Gard (nästan 2000-årig bro/akvedukt). Visserligen regnar det vid vår avfärd, men vi har regnkläder med oss. Regnet tilltar, till slut bara vräker det ner, på motorvägen är det som att köra i en flod. Vi, liksom många andra stannar på motorvägen för att invänta bättre tider. Så småningom inser vi, att dagens mål kommer vi inte att nå i rimlig tid.

Resten av veckan gjorde vi kortare utflykter på landsbygden. Vi förvånades över att vinstockarna mer eller mindre var dränkta i vatten, liknade mer risfält. Vi hittade mysiga matställen och kunde njuta av det franska köket.

Lördag 20 september återlämnade vi hyrbilen vid flygplatsen och kollade hur pilotstrejken eventuellt kunde inverka på vår flygresa hem dagen därpå. Efter flera timmars dividerande med en mycket trevlig Air France-representant stod det klart att något flyg inte skulle gå på söndagen, vår hemresedag, men förhoppningsvis på måndagen. Air France ordnade med hotell som låg alldeles intill flygplatsen. Måndag morgon inget flyg, men vi rekommenderades ta ett flyg senare på dagen som tog oss till Paris.

Väl framme i Paris meddelar Air France att pilotstrejken är förlängd, övriga flygbolag fullbokade. Nytt be-

slut, vi tar tåg hem till Stockholm!

Taxi genom Paris till tågstationen Gare du Nord. Kön för biljettköp är jättelång. Vi kan endast få plats i 1:a klass på sträckan Paris–Köln, men vi lyckas få en sovvagn mellan Köln och Köpenhamn. Dyr resa, tur att man har bankkort att betala med.

I god tid före tågets avgång beger vi oss till perrongen, tur är väl det för det är ett tågsätt med många vagnar. Döm om vår förvåning när tågvärden för vår 1:a klass resa, meddelar att vi inte har några sittplatser. Överbokat, men gå ombord!! Vi trängs med vårt bagage utanför toalettdörren, det finns i alla fall en väggfast fällstol som jag kan sitta på. Så småningom tilldelas vi utspridda platser, men vad gör det vi är ju på väg hem. Middagen som ingick i vårt biljettköp, serveras nu till oss (övriga kupéresenärer har redan ätit), svårt för mig att äta eftersom jag inte har någon hjälp bredvid mig. Vi flyttas runt som schackpjäser, känns inte riktigt som vi fått det vi betalat för.

På grund av banarbete blir vi i sista minuten varse om att vi i Köln måste byta tåg till Dortmund, varifrån vårt nattåg kommer att avgå. När tåget kommer in ska det gå fort. Tursamt nog har vi bara 3 resväskor och min ventilator att släpa på. På detta tåg är det gott om plats, vi sätter oss och pustar ut. Plötsligt ropar en kvinna ”mina väskor”, hon hann bara få upp barnvagnen på tåget, väskorna blev

kvar. Efter någon minut sticker en yr-vaken man upp sitt huvud och frågar ”var detta Köln, här skulle jag gå av”. Det är många upplevelser på tågresor.

Nattåget som nu går från Dortmund till Köpenhamn är drygt 1 timme försenat, avgångstiden ändras hela tiden medan vi står ute i nattkylan och väntar. Tåget kommer så småningom och vi letar upp vår sovkupé. Det är en sovkupé med 6 bäddar, här kan man bara ligga, inte sitta. Mitt problem är att jag inte kan ligga utan min respirator. Som tur är, kommer vi att vara ensamma i kupén. Vi lyckas med att fälla upp en mellanbädd, nu kan tre av oss sitta en stund medan min man kopplar ihop respiratorn. Ingen tandborstning eller klädbyte, jätteskönt att få ligga raklång, respiratorn fungerar, den kommer att gå på batteri ca 4 timmar.

Vi kommer till Köpenhamn på morgonen, tåget är försenat. Ingen information om förseningen har getts, enligt tågpersonalen på grund av att man inte vill väcka resenärerna. Där- emot har vi vid 2 tillfällen och på 5 olika språk fått veta var frukosten kommer att serveras. Vi kommer att få bråttom till Stockholmståget. Vi begär information av tågpersonalen om varifrån Stockholmståget ska avgå från. Det uppger att det brukar vara plattform 5. Vi skyndar dit med vårt pick och pack, dessvärre är det fel, tåget går till Kalmar. Ner och upp igen till nästa plattform, fel det också. Vi flåsar till nästa plattform, rätt plattform men nu ser vi bara Stockholmståget rulla iväg. Vi tycker det hela känns som en Tati-film.

Dags att byta till nya biljetter för resa till Stockholm. Inget direkttåg finns, men ett sista tågbyte i Malmö tar oss hem. Vi är då drygt 2 dygn försenade.

Äventyret är slut, nu vidtog korrespondensen med Air France eftersom vi lagt ut ca 25.000 SEK. Det tog sin tid, i mitten av december fick vi emellertid full ersättning från Air France.

Våra döttrar konstaterar att det varit häftigt att tåggluffa med sina föräldrar som då var 75 och 80 år gamla.

ÅSA ORRGÅRD



Här festar vi på ostron utanför Saluhallen i Montpellier.

Polio – runt om i världen

Polio har funnits länge. En relief som hittats i en egyptisk kungagrav från 1300 f.Kr. visar en man vars ena ben är ett typiskt polioben. Bilden brukar vara med i böcker om polio och sjukdomens historia. Man lär också ha hittat ett skelett från 3 700 f.Kr. med typiska polioskador. Mycket långt senare verkar sjukdomen ha förändrats och blivit klart farligare, kanske genom mutation. Den första kända epidemin inträffade i Norge 1868. Att Sverige sedan under 1900-talet drabbades mycket hårt är väl känt. Men hur såg det ut på annat håll? Här kommer poliohistoria från några länder i världen.

Vi börjar med *Norge*. Den troligen första beskrivningen av en polioepidemi i världen gjordes av den norske läkaren Andreas Christian Bull år 1868. Fjorton personer hade insjuknat, tio av dem var barn i åldrarna 4-10 år. Fem av barnen dog. Bull kallade sjukdomen "meningitis spinalis acuta" och hans beskrivningar

av symptom som feber, smärta och förlamningar – i vissa fall även av andningsmuskulaturen – överensstämmer väl med akut polio.

Kall mark och lövhögar

Vid mitten av 1800-talet visste läkarvetenskapen inte mycket om hur sjukdomen uppkom. Ett tag trodde man att den hade att göra med utvecklingen av tänder hos barnen och kallade sjukdomen "dental paralysis". Man trodde också att barn kunde få sjukdomen om de legat på fuktig mark eller suttit på en kall sten. Något som förstås påminner om de varningar som hördes i Sverige på 40- och 50-talet om att man inte skulle leka i kalla lövhögar.

Sjuka med feber ordinerades vila och kroppen gnedes in med sprit och eteriska oljor för att försöka få förlamningen att släppa. Varma bad eller annan värmebehandling ansågs också bra. Man provade medicinering med strykning, vilket ju inte låter helt nyttigt kan man tycka!

Mot slutet av 1800-talet rapporterades om enskilda fall och mindre epidemier i Norge. År 1899 insjuknade 54 personer i Telemark, 12 tillfrisknade, 40 blev invalidiserade och 2 dog. Denna epidemi visade att sjukdomen var mycket farligare än man tidigare förstått, och läkaren Christopher Leegaard bedömde att sjukdomen orsakades av smitta med kort inkubationstid och att ingångsporten var tarmkanalen, eventuellt också mun och hals.

Många epidemier

1905 ökade antalet poliofall dramatiskt. 80 av landets 158 "legedistrikter" rapporterade om totalt 922 fall. 422 av dessa personer drabbades av invaliditet eller dog (84 personer). Många fick förlamningar som gick tillbaka efter en tid och bedömdes sedan som friska. Med dagens erfarenhet kanske en annan bedömning skulle göras eftersom många av dem långt senare i livet troligen drabbades av det vi i dag kallar postpolio. En ganska stor grupp av sjukdomsfallen 1905 fick symptom på polio men ingen förlamning alls.

Epidemierna kom sedan då och då under 1900-talets första hälft. 1911 rapporterades om 1 158 fall varav nästan 20 % dog och ungefär hälften blev svårt invalidiserade. Senare stora epidemier skedde 1925, 1936, 1941 och 1951-53.

Hygienregler

Norge var det första landet i världen som beslutade om att fall av polio måste anmälas till myndigheterna. 1912 skickade myndigheterna ut förhållningsregler för att minska smittorisen. Det handlade mycket om hygien med råd som: tvätta händerna före maten; ät inte med fingrarna; ät inte från samma tallrik som någon annan; diska bestick och tallrikar efter användning; förvara mat och dryck så att flugor inte kommer åt



Att hoppa i lövhögar ansågs farligt förr. Man kunde få barnförlamning. Dagens barn behöver inte bekymra sig om detta. Foto: Lars Epstein.

det; låt inte besökande ge husets barn någonting de haft med sig in. Dessa hygienregler hänvisade man till ända fram till 1950-talet. Därtill kom råden att inte gå med våta kläder, inte sitta på kalla stenar och att inte äta "den lille blomsten på epler". Själv minns jag från min egen barndom i Sverige på 1950-talet att det sades vara farligt att äta äppelkart.

Vaccinet kom i USA våren 1955 (Salk). Hösten 1956 var man igång med vaccinationer av skolbarn i Norge, i Sverige började man först 1957. Inga nya fall av polio har skett i Norge sedan 1974, men man är noga med att fortsätta vaccinationerna eftersom sjukdomen fortfarande inte är utrotad.

Danmark först i Europa med vaccinet

En stor epidemi skedde i *Danmark* 1934, och från perioden 1934-1954 finns över 22 000 danska poliofall registrerade. Som exempel på utbrott kan nämnas epidemin från juli 1952 till april 1953 då omkring 7 000 personer insjuknade, de flesta var barn. Av dessa fick 3 000 personer förlamningar och bestående skador av sjukdomen och 350 dog.

De första poliovaccinationerna (med Salk-vaccinet) i Europa skedde i Danmark, som faktiskt sedan var först i världen med att erbjuda skolbarn i de fem första skolklasserna gratis vaccination. 1955-56 genomfördes omfattande vaccinationsprogram för befolkningen. En polioepidemi till kom 1961 men eftersom så många då var vaccinerade blev följderna inte lika allvarliga som man befärat.

Det sista fallet av polio i Danmark rapporterades 1976. I en artikel från januari förra året står det dessvärre att WHO graderat om Danmark från ett land med låg risk för polio till ett där risken bedömdes som medel. Föräldrar låter inte vaccinera sina barn i samma utsträckning som tidigare eftersom de tror att det inte behövs. Danmark ansågs det året ha den lägsta graden av vaccinationer av de nordiska länderna och Baltikum. Man har sedan vidtagit åtgärder för att återigen poängtera hur viktigt det är att fortsätta med vaccinationerna.



Under polioepidemiernas tid under 1900-talets första hälft gick myndigheterna ut med hygienregler om vikten av att diska tallrikar och bestick, inte äta från samma fat och liknande, allt för att minska risken för smittspridning. Bilden visar ett matbord på landet i Australien, kanske tidigt 1900-tal. Foto: Gabrielle Roland Waldén.

Stora epidemier i Nordamerika

USA drabbades svårt av polio under 1900-talet. Epidemier bröt ut 1910, 1916, 1927, 1931, 1934-35 och mellan 1946 och 1952 var det varje år utbrott av polio någonstans i USA. 1946 och 1948 var det främst västra delarna av landet som drabbades, och 1948-49 insjuknade människor från kust till kust. Det var fruktansvärda epidemier. Den som bröt ut 1916 drabbade särskilt de nordöstra delarna och trakten omkring New York. 27 000 människor insjuknade och 6 000 av dem dog. På 1920- och 1930-talet verkade sjukdomen sedan röra sig över hela *Kanada* från väster till öster. En särskilt svår våg av epidemier började i landet 1936 och förvärrades alltmer under 1937, särskilt i Ontario. Det allra värsta polioåret i Nordamerika var 1952 då både USA och Kanada drabbades hårt.

Den amerikanske presidenten Franklin D. Roosevelt grundade 1938 en stiftelse med syfte att bekämpa polio, bland annat genom att samla in pengar till forskning. Den blev känd under namnet *March of Dimes* och bidrog så småningom till framtagningen av vaccin mot polio.

De sista fallen av polio i USA

skedde 1979 och drabbade personer av Amish-folket i Mellanvästern som vägrat att vaccinera sig. Men man har också under 1980-talet tråkigt nog haft poliofall som orsakats av OPV-vaccinet, det icke avdöda vaccinet som tas via munnen. OPV togs fram i USA av Albert Sabin 1961. I västvärlden och andra höginkomstländer som Australien med flera länder används företrädesvis IPV-vaccinet, ett avdödat inaktiverat poliovaccin utvecklat av Jonas Salk 1955.

Epidemier runt om i världen

Nya Zeeland och *Australien* drabbades ungefär lika hårt som de skandinaviska länderna och USA. Omfattande epidemier skedde i Australien under sent 1930-tal, på 1940- och 1950-talet. Den sista epidemin i Australien var 1956, och det sista poliofallet 1976. I dag är såväl Australien som *Nya Zeeland* och många andra länder i den delen av världen förklarade fria från polio.

På *Irland* fanns enstaka fall av polio före första världskriget men efter 1916 förekom sjukdomsfallen oftare och flera epidemier inträffade. I *Storbritannien* hade man också före vaccinet ett stort antal insjuknade per år, 1947

drabbades närmare 8 000 personer och på 1950-talet ännu fler. Tyskland, Frankrike, Estland, Sovjet... polion orsakade epidemier runt om i världen. Det finns förstås många fler länder jag skulle kunna berätta om, men artikeln håller redan på att bli för lång, så det får räcka så här.

”Det är svårt för oss som lever nu att föreställa oss hur oerhört fruktad polio var runt om i världen under 1900-talets första hälft.”

Nu finns ju vaccinet sedan mer än ett halvsekel och många länder i världen har förklarats helt fria från sjukdomen. Vi som skadades av polio innan vaccinet kom håller ju på att bli gamla och är långsamt på väg att dö ut. Polio kallas ibland ”den glömda sjukdomen” och ses kanske av många som en sjukdom från förr i tiden, som någonting man inte behöver bry sig om längre. Det är förstås helt fel.

Faran är inte över!

Flera länder i världen är fortfarande inte fria från polio. Mycket oroande är också att antalet poliofall nu ökar i länder som befinner sig i krig eller som har svåra inre konflikter. Då och då läser vi i pressen om nya poliofall och förfärligt nog också om hur sjukvårdspersonal i länder som Pakistan eller Syrien utskickade för att vaccinera barn hindras att göra detta och till och med dödas.

Även här i västvärlden finns risk att polio kommer tillbaka om man drar ner på antalet vaccinationer för att man tror att faran är över. Det ökade resandet och om allt fler ger sig ut i världen utan att vara vaccinerade kan bidra till smittospridningen, flyktingar kan föra med sig smittan från sina länder. Det finns all anledning att vara mycket vaksam när det gäller polio och att fortsätta med vaccinationerna världen över.

GABRIELLE ROLAND WALDÉN

Artikeln baseras på rapporter, artiklar och liknande från webben.

Immunglobulinbehandling på Danderyds sjukhus 2015

Vill du ha behandling och samtidigt hjälpa forskningen om behandling av Postpoliosyndromet?

Vi har under cirka 15 års tid bedrivit klinisk forskning om postpolio-syndromets bakgrund och kunnat visa att det föreligger en inflammation som går att behandla med intravenös immunglobulinbehandling (IvIg). De som har fått behandlingen har fått en förbättrad kraft och livskvalitet framförallt för vitalitet. Vi har dock haft svårt att kunna definiera vilka av våra patienter som svarar på behandlingen dvs vilka patienter som har nytta av behandlingen och vilka som inte har det. Grifols som är ett spanskt läkemedelsföretag kommer nu att sponsra en ny studie som ska avgöra effektivitet och säkerhet vid IvIg behandling vid postpolio-syndromet.

Rehabiliteringsmedicinska kliniken på Danderyds sjukhus deltar i studien och under 2015 startar projektet som är upplagt med tre olika styrkor, en stark, en svag och saltvatten, dvs en dubbel-blind studie. Patienten lottas till vilken behandling som ska ges och man får samma hela tiden. Patient eller personal vet inte vad som finns i droppåsen för att vi inte indirekt ska påverka studien i någon riktning och omedvetet behandla patienterna olika.

Vill du vara med förbinder du dig att delta 76 veckor, ca 1 ½ år totalt. Droppbehandling ges två dagar var fjärde vecka under ett år sedan sker uppföljning sista halvåret. Nedan följer ett antal kriterier som man måste uppfylla för att vara med och ett antal orsaker som förhindrar medverkan.

Kriterier för att vara med i studien:

1. Ålder mellan 18-75 år.
2. Tillräckligt goda svenska kunskaper för att förstå skriftlig information.
3. BMI under 35.
4. Postpoliodiagnos

5. Gående med eller utan hjälpmedel, klara minst 2 minuters gångtest.
6. Nyligen försvagade muskler i armar och ben.
7. Kvinnor måste avstå graviditet under tiden.
8. Tåla provtagning och gå med på att prover lagras länge.

Uteslutande orsaker:

1. Gammaglobulin i någon form de sista tre åren.
2. Rullstolsburen.
3. Stickrädd eller mycket svårstucken.
4. Svår smärta som kräver narkotiska preparat.
5. Allergi mot Sorbitol eller Fruktos
6. Tablettbehandling med kortison (inhalation är OK)
7. Allvarlig reaktion på blodtransfusion eller vaccination.
8. Haft blodproppar.
9. Hjärtinfarkt, stroke eller högt blodtryck under senaste året.
10. Kronisk allvarlig hjärtsjukdom.
11. Pågående beroende av alkohol eller droger under senaste året.
12. Allvarlig psykisk sjukdom.
13. Graviditet och amning.
14. Andra sjukdomar som är svåra att skilja från postpoliobesvären eller påverkar kroppen mycket.
15. Deltagande i annan pågående läkemedelsstudie.
16. Njur- eller leversvikt.
17. Blodbrist eller infektion.
18. Positiv HIV eller Hepatit.

Är du intresserad? Vänligen kontakta via brev eller telefon:

Gunilla Forssberg, forskningssjuksköterska eller
Kristian Borg, professor
Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken
Danderyds Sjukhus AB
182 88 Stockholm
Telefon 08-1235 6291

Poliovaccinet fyller 60 år!

I april var det 60 år sedan Dr. Jonas Salks poliovaccin förklarades säkert och effektivt och kunde börja användas. Stora delar av världen förändrades drastiskt efter att poliovaccinet infördes. Vaccinet är på WHO – Världshälsoorganisationens lista över viktiga läkemedel, en lista över de viktigaste läkemedel som behövs i ett grundläggande hälso- och sjukvårdssystem. Tack vare poliovaccinet är 99 % av världen idag poliofri och vi är närmare än någonsin att utrota polio globalt.

Bara sedan 1988 har antalet poliofall uppskattningsvis minskat från ca 350 000 till endast 223 fall 2012. I augusti 2014 var det endast 2 länder som rapporterade aktuella poliofall.



Rollatorn – en svensk uppfinning

Aina Wifalk, svensk kurator och uppfinnare själv polioskadad, uppfann rollatorn i slutet på 1970-talet. Rollatorn kom till Sverige från England på tidigt 1970-tal. I England användes ett kromat gästöd (walker) med två framhjul och doppskor av gummi på de bakre rörens ändar. Gåstativet importerades av stockholmsföretaget Akema som försåg gåstativet med bakre hjul och cykelhandbromshandtag. Gåstativet fick namnet Rollator, i Sverige används namnet rullator framförallt i tidningsartiklar. Utifrån det modifierade gåstativet utvecklades de svenska modellerna av rollatorer. Flera företag konkurrerade med nya modeller som med tiden anpassades för att tillgodose olika brukares behov. De mest kända modellerna är Carl-Oscar från Leber Rehab AB. I Sverige förskrivs det ca 60 000 rollatorer per år, vilket gör oss till det rollatortätaste landet i världen. Svensk hjälpmedelsindustri har uppmärksamats i världen och inbringat betydande exportintäkter genom åren.

Förra årets succé
är tillbaka på
Rehab Station Stockholm!

Möjlighetsdagen
9 september

Årets teman är
Möjlighet till arbete med
funktionsnedsättning samt
Rehabilitering.

Program kommer inom kort, men redan nu kan vi berätta att Rikard Wicksell, Med dr och psykolog kommer och pratar om smärta och ACT som smärtbehandling!

Anmäl ditt intresse redan nu till Malin Håkansson:
malin.hakansson@rehabstation.se
för att få ta del av information och program.

Möjlighetsdagen är ett gemensamt arrangemang av: Rehab Station Stockholm, Personskadeförbundet RTP-S, DHR Stockholms läns distrikt, Neuroförbundet Stockholms län, Reumatikerdistriktet i Stockholms län och BOSSE Råd, Stöd & Kunskapscenter.



Nu har TeamOlmed Torsplan öppnat – en av framtidens ortopedtekniska kliniker!

Nu har TeamOlmed Torsplan som är en helt ny ortopedteknisk klinik och butik öppnat invid Nya Karolinska Solna i Stockholm. Här etableras en specialistenhet för vuxna patienter med högsta servicenivå, korta väntetider, goda öppettider, attraktiva lokaler och utrustning i framkant. Målet är att Torsplan ska bli en angenäm upplevelse för patienter och kunder, deras anhöriga och alla TeamOlmeds samverkanspartners inom sjukvården.

På Torsplan blir den teknologiska nivån mycket hög, med bland annat ett rörelselabb där digitalisering, 3-D scanning och modern teknik kommer bli utmärkande. Här kommer TeamOlmeds patienter även kunna testa sitt

hjälpmedel, prova nya produkter och utbyta erfarenheter med andra patienter i en öppen, ljus och välkomnande miljö.

För butikskunder och patienter med sko- och inläggsremsor så introducerar TeamOlmed även det helt nya butikslänkande konceptet ”Rörelsecenter”. Här kommer patienterna kunna få se och prova många av klinikkens skomodeller redan vid första besöket. I butiken kommer det även finnas ett stort och brett kvalitetssortiment för leverans direkt utan väntetider. TeamOlmed Torsplan kommer också använda sig av den senaste och mest avancerade scanningtekniken för tillverkning av specialanpassade fotinlägg med högsta kvalitet och passform.

På Torsplan kommer många specialister inom ortopedteknik att arbeta med lång erfarenhet och gott renommé. Patienter och butikskunder kommer att träffa bland annat legitimerad Ortopedingenjör Åke Broberg, Jan Drakander, Bo Andersson, Akbar Rasouli och Alen Cavka samt Ortopedskotekniker Jan Forsman och Podiater/Diabetesspecialist Kristin Hjalmsdottir.

Låter detta intressant? Ring TeamOlmed Torsplan för mer information och tidsbokning på 08-690 25 40 eller ta en titt på teamolmed.se

TeamOlmed Torsplan ser fram emot att få träffa Dig i sina nya lokaler!

TEXT: KATHARINA JANSSON

FOTO: TEAMOLMED





Aktuellt från Färdtjänstkommittén

Ändrade telefontider

Från och med måndagen den 23 mars 2015 är det ändrade telefontider på kundtjänst för färdtjänst och sjukresor enl följande:

Måndag – Fredag kl 07.00-18.00

Lördag – Söndag kl 09.00-17.00

Telefon: 08-720 80 80.

Beställning av ordinarie färdtjänst- och sjukresor kan som vanligt göras dygnet runt.

Färdtjänsttaxi 08-555 78 100

Sjukresor med taxi 077-570 00 57.

Resegarantin har öppet alla dagar i veckan klockan 06.00 – 23.00.

Telefon: 0200-77 66 55.

Om du har tillgång till internet så finns det en utförligare information

på RTP-S hemsida på adress www.rtps.se/stockholm under fliken Färdtjänst.

Under en längre tid har det varit långa handläggningstider på Trafikförvaltningens tillståndsenhet, cirka 13 veckor, på grund av personalbrist. I skrivande stund har tiden blivit något kortare.

Kommittén uppmanar dig som har ett tidsbegränsat färdtjänstillstånd och ska söka på nytt, är ute i god tid, innan tillståndet upphör. Det kan i dag vara långa väntetider hos läkare och det kan ta en tid innan man får träffa en färdtjänsthandläggare i sin kommun. Tänk på att läkarintyget inte får vara äldre än 3 månader vid ansökningstillfället.

Om du behöver ytterligare information, kontakta Yvonne Andersson på 08-545 622 68.

I övrigt så fortsätter kommittén, tillsammans med de andra funktionshindradeföreningarna, att arbeta för ett resande efter behov för alla färdtjänstresenärer.

Till sist så uppmanar kommittén, alla medlemmar som är missnöjda med sin resa, att ta kontakt med Färdtjänstens Kundtjänst. Kommittén arbetar fortlopande med de problem som finns och som är av allmän karaktär, så glöm inte att meddela även till RTP när du har gjort ett klagomål.

Färdtjänstkommittén önskar alla medlemmar en trevlig sommar.

Krönika: Den mentala vätskebalansen

Tomas Sjödin om tiden vi lägger på att störa oss på och prata om saker som vi inte gillar.

Det var snålt om utrymme längs smågatorna kring Kronhusbodarna när jag skulle parkera. Jag hittade en plats och efter ett par misslyckade försök lyckades jag träckla in bilen på en ledig ruta. En bit bakom mig väntade en lastbil som inte kunde komma förbi förrän jag var klar.

När han äntligen kunde passera gjorde han tecken åt mig att veva ned rutan och jag förstod att han ville säga något. Om en okänd människa tilltalar en i ett sådant läge räknar man nästan med att man gjort något fel som skall påpekas. Men så var inte fallet. Det enda den unge chauffören ville säga var: "Vilken otroligt snygg fickparkering!" Sedan önskade mig en trevlig dag och åkte vidare.

Jag fick en fantastiskt trevlig dag och är helt övertygad om att hans vänliga kommentar bidrog till det. Det är egentligen anmärkningsvärt vad några uppskattande ord kan be-

tyda. De är direkt smittsamma. Hans vänlighet gav mig lusten att bli bättre på att använda vardagsorden till sådant som skapar något, tillför energi och gör livet en smula ljusare för andra.

Under veckan har jag funderat på hur mycket tid vi lägger på att störa oss på och prata om saker som vi inte gillar. Det är lätt hänt. Men så lite det ger eller tillför! Ingenting faktiskt. Till och med mindre än ingenting.

Det drar energi ur kroppen. Jag gissar att det fungerar ungefär som med vätskebalansen. Det finns vätskor som drar mer än de ger. Att ge plats i tanke och konversation åt allt som man stör sig på leder oftast bara till en sak, att man retar sig ännu mer – och på fler saker.

Det står naturligtvis var och en fritt att prata om vad man vill men det kan vara bra att komma ihåg att det rubbar den mentala vätskebalansen i så hög grad att om man inte är aktsam kan det leda till att man blir andligen uttorkad. Och det är ett livshotande tillstånd.

Annat då med uppmuntran. Det hörs på själva ordet att den man riktar uppmuntran mot får påfyllning av något som stärker och genererar, något som självfallet inte är hela sanningen, men som kan kompensera allt som vill få oss att krympa.

Någonstans i Bibeln föreslås det att man istället för att fokusera på det klandervärda skall ta fasta på allt som är värt att älska och allt som förtjänar beröm. Det är ett viktigt råd. Uppmuntrans syfte är inte att smickra eller fjäska, men att lyfta. Så mycket i tillvaron pressar oss nedåt, så att hylla det som hyllas kan måste vara en rimlig hållning. Och rolig!

Uppmuntran drar nämligen igång trafik från två håll. För även om det inte var syftet så blir man själv lite muntrare av att få prata om hedervärda saker hos andra. Ett underbart litet ord dessutom. Munter. Inte exakt samma som glad eller lycklig men något åt det hållet. En god känsla i själen kanske?

TOMAS SJÖDIN - FÖRFATTARE,

PASTOR I SMYRNAKYRKAN OCH GP-KRÖNIKÖR.

Första transplantationen av händer närmar sig i Sverige

En grupp experter med bland annat transplantations- och handkirurger har förberett sig i tre års tid. Nu står man redo att utföra den första handtransplantationen i Sverige.

– När jag först hörde talas om handtransplantationer tänkte jag och nog många andra att detta ska vi inte ägna oss åt i Sverige. Men med ökad erfarenhet utomlands så har frågan mognat för att på sikt utföra dessa ingrepp även i Sverige, säger Marianne Arner, docent och handkirurg vid Södersjukhuset i Stockholm.

Den första handtransplantation utfördes i Frankrike år 1998. Sedan dess har ett 80-tal patienter fått nya händer runt om i världen, enligt Marianne Arner. Att det eventuella införandet av handtransplantationer varit kontroversiellt i Sverige beror på flera orsaker.

– Det handlar om i övrigt friska personer som måste ta livslång behandling med immundämpande läkemedel. Patienter behöver också en årslång rehabilitering efteråt. Så kostnaderna är stora. Operationen i sig är dagslång och mycket komplex och innebär förstås vissa risker, säger hon.

Marianne Arner poängterar dock att det finns en stor fördel med trans-

plantation i stället för proteser, nämligen att patienterna får känsel.

– Handen har en mycket social funktion, där känseln och utseendet är viktigt. Transplanterade händer ses också av patienterna som en mer integrerad del av kroppen, säger Marianne Arner.

Tillsammans med bland andra docent Jonas Wadström, transplantationskirurg på Karolinska universitetssjukhuset i Huddinge, har hon ingått i en multidisciplinär arbetsgrupp i Stockholm som utrett frågan. Det finns även samarbete på nationell nivå och arbetsgrupper i Göteborg och Malmö.

– Vi har bland annat tittat på vilken typ av patienter och skador som är lämpliga samt hur en transplantationsverksamhet ska bedrivas. När det gäller patienterna är inte minst de psykologiska aspekterna viktiga, säger Marianne Arner.

Hittills har det inte dykt upp några kandidater, berättar hon.

En av de första transplanterades år 2000

Österrikaren Theo Kelz var år 2000 en av de första patienterna i världen som fick ett par nya händer transplanterade. Hans egna hade blivit

bortsprängda i en explosion när han jobbade som bombexpert i polisen. Transplantation gjordes av ett lag lett av kirurgen Stefan Schneeberger vid universitetssjukhuset i Innsbruck. Både Theo Kelz och Stefan Schneeberger har nyligen varit på besök i Sverige.

TEXT CARL-MAGNUS HAKE 08-40932045, CARL-

MAGNUS.HAKE@DAGENSMEDICIN.SE

DAGENS MEDICIN NR 12 -2015.



Damian Szewo från Polen, som genomgick en handtransplantation år 2008 i Polen, visar sina färdigheter med den transplanterade handen. Det går att hålla ett glas, att skriva och handen har utseendemässigt förändrats till att likna den andra handen. Foto: Ingela B Dahne.



Foto: Barbro Andersson

Hos Rydells blommor möter man våren redan i januari



En kall och regnig eftermiddag i januari styrde ett gäng medlemmar från RTP sin kosa mot Stängselboda Gård och

Rydells blommor i Vallentuna. Inne i växthuset bjöds det på en stunds paus från vintern utanför och istället kunde man få en föraning om den kommande våren och dess blommor. Inomhus rådde det nämligen en febril aktivitet med odling, skörd och packning av vårens tulpaner.

Rydells historia

Redan 1912 drev John Rydell handelsträdgård och arbetade som kommissionär på Kornhamns torg. Hans son Bertil fortsatte i pappas fotspår och var på 30-talet kommissionär åt ett femtontal trädgårdar runt Stockholm. I slutet av 50-talet kompletterades grönsaksodlingen med lökdrivning. Starten var blygsam, 30 000 jultulpaner, men resultatet var bra och odlingen fördubblades varje säsong de första åren. I dag säljer Rydells drygt 11 miljoner tulpaner varje år.

Roger Rydell, Bertils son, gjorde

odlingen till vad den är idag. Han var nytänkande och hittade flera nya lösningar för att modernisera odlingen, bland annat ett nytt, stort växthus i två våningar.

Familjen blev snabbt duktiga på att handla med blommor. De valde att sluta med grönsaksodling och började istället importera krukväxter från Danmark. Försäljningen skedde framförallt på torget fram till mitten av 30-talet då Klarahallen, en handelsplats mitt i Stockholm, stod klar. Från 1961 blev Årsta Partihallar stadens viktigaste handelsplats, även för Rydells, fram till 80-talet.

Rydells idag

Rydells är en av Sveriges ledande specialister på blommor i dagligvaruhandeln med försäljning i Mälardalen, Östergötland och Gotland. De levererar dagligen färska blommor till dagligvarubutiker. Blommorna kommer främst från egen odling i Vallentuna och lokala odlare.

Företaget ägs och drivs av Jens Rydell, Rickard Rydell, Robert Lindgren, Anders Karlsson, Micke Ullgren och Magnus Pettersson. Rickard tävlar

inom banracing men hjälper till på företaget mellan varven. Han tävlar för Chevrolet i STCC serien, Scandinavian Touring Car Championship, som han vann 2011. Tidigare har han bland annat tävlat för Volvo i BTCC serien, som han vann 1998.

Odlingsåret

Rydells odling ligger i Vallentuna, utanför Stockholm. Där odlas framförallt tulpaner, men också amaryllis, hyacinter, pelargoner, julstjärnor och stora amplar. Växthuset med sina 6 000 kvm är fördelat på två våningar. Den här säsongen kommer det att säljas drygt 11 miljoner tulpaner, 115 000 amaryllis, 700 000 hyacinter och 110 000 pelargoner och 2 500 stora amplar.

Odlingsåret hos Rydells startar i början av augusti, då förbereds sättningen av lökväxterna. Sättningen av tulpanlökar tar sedan fart i mitten av augusti och fortsätter ända till slutet av november. Detta är en mycket hektisk tid i odlingen då det under denna period även sätts hyacintlökar från slutet av augusti till slutet av september och amaryllislökar från slutet av september till början av november.

Redan i mitten av oktober är det dags att börja skördearbetet. Då tas den första amaryllisen och en månad senare de första hyacinterna. Några veckor in i december packas sista amaryllisen och hyacinterna och då börjar också skördearbetet av tulpaner i växthuset. Odlingen av pelargoner börjar i början av mars då sticklingar sätts på tillväxt i krukor. De står sedan 10 veckor i växthuset innan de i början av maj är färdiga för leverans.

Strax före midsommar tas de sista pelargonererna ur växthuset och efter det får hela anläggningen ett välbehövligt underhåll inför nästa odlings-säsong. Personalen får en välförtjänt semester och hela anläggningen står





tom tills i början av augusti då ännu ett nytt odlingsår börjar hos Rydells.

Rydells tulpaner

Samtliga tulpanlökarna som drivs upp i växthuset kommer från holländska lökodlare. Det är när lökarna anländer till Rydells som det stora arbetet i växthuset börjar. Löken sätts delvis för hand i stora lådor med torvmull, jord och sand. Där ser man till att varje lök sitter upprätt så inte tulpanen ska växa snett. När lökarna är satta, täckta med ytterligare sand och vattnade placeras de i kyla. Detta för att de ska få 14-20 veckors vintervila, som om de växte i det vilda. Tre till fyra veckor innan tulpanen ska skördas tas de ut från kylan och placeras i växthuset. Där skall det vara en temperatur på mellan 16 och 18 grader med jämn luftfuktighet för att tulpanen ska utvecklas tillfredsställande.

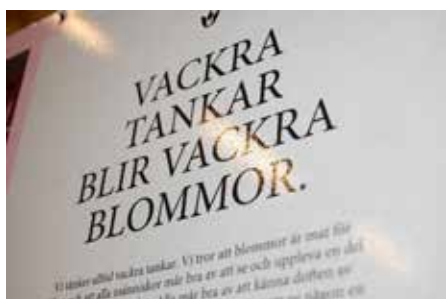
En färdig tulpan måste skördas vid exakt rätt tidpunkt, när den ännu är knoppig. Detta beror på att en lökväxt alltid växer och utvecklas även efter skörd.

Tulpanerna på Rydells skördas och packas varsamt för hand. Att packa för hand minimerar risken för klämda blommor eller ojämn kvalitet i förpackningarna. Rydells packar tulpanerna i förpackningar om 7, 10, 15 eller 25 blommor, efter sort eller mixat.

Om tulpanen

Redan för tusen år sedan kände man till tulpanen, men det var först på 1500-talet som tulpanen började bli känd på allvar. Sultanen i Turkiet var under den här tiden en framstående man – som avgudade tulpanen. Den fascinerande och dyrkade blomman blev alltså från början en rik mans egendom.

Utvecklingen fortsatte i samma riktning efter att tulpanen, genom belgaren Clusius, kom till Europa och Holland. Bara de rika hade möjlighet att odla tulpaner eftersom det då var en mycket kostsam hobby. Redan i början på 1600-talet blommade de första tulpanerna i en botanisk universitetsträdgård i Holland och i mitten av samma århundrade kom tulpanen till Sverige genom Olof Rudbeck d.ä.



De första lökarna planterades i universitetsstaden Uppsala och bara fyrtio år senare fanns det 38 olika sorters tulpaner registrerade. Priserna som tidigare har varit skyhöga sjönk och sakta men säkert blev tulpanen alltmer till glädje för gemene man.

Nya sorter utvecklades fortlöpande och flera av dem från slutet av 1800-talet ligger till grund för de sorter som idag finns på marknaden. Holland har genom åren blivit det absolut största tulpanlandet i världen och det är därifrån som de flesta lökar kommer. Lökarna är grunden till en blomma vars färg, form och blotta existens vi har lärt oss att älska.

TEXT: KATHARINA JANSSON

KÄLLA: WWW.RYDELLS.SE



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

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	Badtider	Vårens sista baddag	Höstens första baddag
Danderyds Sjukhus (1+2)	Lotta Änggård 08-767 14 11	Måndagar 17.30 – 19.00 Bassäng eller mattgympa	8 juni	17 augusti
Danderyds Sjukhus (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 11.00	11 juni	20 augusti
Danderyds Sjukhus (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 10.00 – 10.45	9 juni	18 augusti
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 14.00	18 maj	24 augusti
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Bo Nylund 070-325 66 80	Måndagar 17.30 – 19.00	8 juni	17 augusti
Liljeholmsbadet (1+3)	Christine Stenman Hultmark 070-750 53 97	Onsdagar 17.00 – 20.00	20 maj	26 augusti
Långbrobadet (1+3)	Lennart Johansson 070-602 29 91	Söndagar 09.00 – 11.00	7 juni	16 augusti
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	Lage Eckeskog 0703-66 61 33 lage.eckeskog@comhem.se	Måndagar 18.15 – 19.30	8 juni	17 augusti
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Annelie Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 17.30 – 18.30	3 juni	19 augusti
ROS Omsorg & Service Norrtälje (1+2)	Nann Palmgren 0176-161 44	Onsdagar 17.00 – 21.00	3 juni	26 augusti
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Onsdagar 18.00 – 19.00	10 juni	19 augusti
Huddinge Sjukhus Rehab-bassängen (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 17.45 – 19.30	11 juni	20 augusti

(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 nackskadades dialoggrupp.

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

20 maj, 19 augusti, 16 september, 14 oktober, 18 november.

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: Maude Stenberg 08-545 622 65.

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

Arrangör: RTP-S

Dialog Polio

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till polio dialoggrupp.

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

27 maj, 24 juni, 26 augusti, 30 september, 28 oktober, 18 november, 16 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: Rolf Widén 08-545 622 69.

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

Arrangör: RTP-S

Dialog Hjärnskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till hjärnskadade dialoggrupp.

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

9 juni, 18 augusti, 15 september, 13 oktober, 10 november och 8 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

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

Arrangör: RTP-S

RTP-S FRISKVÅRD

Träning på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13

Onsdagar kl. 17.30 – 19.30

Vårterminen avslutas 17 juni och höstterminen startar 2 september.

Vår sjukgymnast Anna Maria Jonsson hjälper dig med råd och vid behov kan du få ett individuellt träningsprogram uppgjort endast för dig.

Träningen kan du göra både i sporthallen eller 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 var- samt lösa upp spänningar i muskler och andning. Varje pass avslutas med cirka 20 minuter 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 ring Ole 0706 92 28 67 eller besök www.yogacentrum.se

Kostnad: 100 kronor/månad.

Tisdagar kl. 13.15 – 15.15

19 maj, 26 maj, 2 juni, 9 juni, 23 juni, 25 augusti, 1 september, 8 september, 15 september, 22 september, 29 september, 6 oktober, 13 oktober, 20 oktober, 27 oktober, 3 november, 10 november, 17 november, 24 november, 1 december, 8 december och 15 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



Aktiviteter

Träning för benamputerade på Bosön

Onsdagskvällar klockan 18.00.

Träningsgruppen med inriktning på benamputerade fortsätter ute på Bosön, Lidingö.

Träningsgruppen har kommit till genom ett samarbete mellan Personskadeförbundet RTP Stockholms län och föreningen RG Aktivrehabilitering.

RG har i över trettio år sysslat med rehabtränning och idrott för personer med funktionsnedsättning och har funnits ute på Bosön sedan början av nittioalet. Träningen består av tre tränarledda pass på 45 minuter med varierande, utmanande och roligt innehåll.

Lokalerna möjliggör ett mycket brett och skojigt träningsutbud där deltagarna får prova på en mängd olika motionsformer. Allt från gång och styrketräning till bollsporter, vattenpass och mycket mer. Det är egentligen bara fantasin som sätter begränsningen, ute på Bosön finns alla möjligheter.

Vill du som amputerad komma igång med träningen, så ta chansen att med erfarna tränares hjälp komma i form och prova på nya utmaningar.

Anmälan görs till Per Byquist, per@rgaktivrehab.se eller till Mathias Hackzell tel. 070-844 55 95 eller mathias@rgaktivrehab.se

Arrangör: RG Aktiv Rehabilitering Bosön

RTP-S TEMA



Hur fungerar kollektivtrafiken för personer med funktionsnedsättning

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

Onsdagen den 27 maj kl. 11.00 – 15.00

Vi bjuder på enklare lunch.

Ange om du har färdtjänstkort vid anmälan.

Vi åker buss, spårvagn, båt och tunnelbana.

Ni får några frågor om ex. bemötande, assistans, information.

Återkoppling i Kungsträdgården för avslutning och genomgång av resorna.

Anmälan till och eventuella frågor besvaras av

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

Anders Lissegårdh är ansvarig för insiktsutbildningen för SL och deltar under hela dagen.

Anmälan senast 22 maj.

Arrangör: RTP-S

Badet på Danderyds sjukhus, Hus 42, upphör

Geriatiken i Hus 42 flyttar hela sin verksamhet till Sollentuna och har därför upphört avtalet med

RTP-S gällande badverksamheten

måndagar 17.30 – 19.00 (även mattgympa)

tisdagar 10.00 – 10.45,

torsdagar 09.30 – 11.00.

Nytt bad fr.o.m januari 2016 blir

i stället på Vattenhuset Sfären i

Bergshamra Solna med samma

dagar och tider som tidigare.

Adressen är Bockholmsvägen 1,

pl. 5, Bergshamra.

Bassängen är 12,5 x 5 m, med sluttande botten

0,80-1,5 m djup. Temperaturen är minst 32 grader.

Här finns även ett stort relaxrum där man kan slå sig

ned efter badet, 3 omklädningsrum med dusch och

bastu, ett för herrar och två för damer.

Även mattgympan på måndagar fortsätter på nya stället.

Bra tillgänglighet i entrén och i hissar för bl.a elmoppe

och elrullstol. Bra tillgänglighet även på plan 5.

Bilparkering 50 m från entrén, kostnad 5:-/tim, där det

även finns 5 handikapparkeringsplatser.

Mer information kommer i kommande nummer av

RTP-S Aktuellt och på Hemsidan.

RTP-S KANSLI

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

Lunchträff för benamputerade

Vi träffas och äter en god lunch tillsammans samtidigt som möjligheten finns att ge varandra tips och råd.

Alla betalar för sin egen lunch.

Tisdagar kl. 12.00 – 13.30

16 juni, 18 aug, 22 sept, 20 okt, 24 nov, 8 dec.

Lunchalternativ;

Restaurang Lotus, Stationsgatan 1, Sundbyberg

Restaurang Galne Kocken, Kavallerivägen 30 Rissne

Ni får bestämma restaurang i anmälan.

Anmälan till Rolf Widén 08-545 622 69 eller

rolf.widen@rtps.se

Arrangör: RTP-S

Aktiviteter

Båttur i Skärgården 12 augusti

Den 12 augusti planerar vi för en båttur ut till Sandhamn i Stockholms mellanskärgård. Vi tar oss själva ut till Stavsås brygga. Här väntar en Vaxholmsbåt för en fin sjöresa på ca 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 handikapptoiletter och hiss. Båtbiljetter och lunch betalar du själv. 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



"Slottsträdgården Ulriksdal – Grön mat och njutning från Trädgårdscaféet"

Följ med oss till Trädgårdscaféet som ligger i Ulriksdals Slottsträdgård

Tisdagen den 9 juni

Vi avnjuter deras omtalade vegetariska lunchbuffé där ljuvliga varmrätter, sallader, soppor och hembakat bröd står på menyn.

Egenavgift 155:- per person.

Vegetariska buffén serveras med början kl. 11.30 och vi träffas i anslutning till caféet kl. 11.15.

Ni tar er själva till och från caféet.

Adressen är Slottsträdgårdsvägen 8, Solna.

Anmälan senast 29 maj till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Arrangör: Aktivitetskommittén



RTP-S Tvådagarsresa till Dalarna och Dalhalla 5-6 september

Dag 1: Lördagen den 5 september

Avresa från Kavallerivägen 24 i Rissne kl. 09.15, bussen framkörd kl. 08.30. Via Enköping och Sala kommer vi till Avesta där vi tar en rast för den som vill dricka en kopp kaffe eller äta en lätt lunch.

Vi anländer till Tällberg vid 14.00-tiden och tar in på förstklassiga hotell Dalecarlia med vidunderlig utsikt över Siljan. Ett par timmar kan vi nu ägna oss åt att på egen hand upptäcka Tällberg, denna idyll med genuin gammal bebyggelse i dalastil. Kanske någon besöker hemslojden vid Klockargården eller tar en promenad ner mot Siljan. En tvårätters middag serveras kl. 16.00 på hotellet. Vi åker sedan till Dalhalla i god tid före föreställningen som börjar kl. 19.00 och vi har biljetter på de bästa platserna på raderna 7-10. Dalhalla är kanske en av världens mest intressanta festspels-scener. Det nedlagda kalkbrottet utanför Rättvik har blivit mycket populärt och publiken strömmar till i stora skaror. Tänk på att finkladd i Dalhalla betyder varma fritidskläder och kraftiga skor, paraplyer är inte tillåtna under föreställningen. Ta också gärna med ett sittskydd.

Fyrverkerikonserten är finalen och en av höjdpunkterna i Dalhallas sommarprogram. DalaSinfoniettan under ledning av Jonas Nydesjö underhåller oss i nästan tre timmar. En av gästartisterna är Nina Persson som tillsammans med The Cardigans erövrade världen med sin musik för tjugo år sedan, övriga artister presenteras senare. Kvällen avslutas med ett magnifikt fyrverkeri som blivit en tradition på Dalhallas avslutningskonsert. Efter föreställningen åker vi direkt tillbaka till hotellet.



Dag 2: Söndagen den 6 september

Efter en lång och riklig frukost på hotellet beger vi oss hemåt vid 11.00-tiden. Under resan tar vi rast på någon lämplig plats och beräknar att vara åter i Rissne vid 15.00-tiden.

Pris för resan: 2 275 kronor per person vid min. 30 personer.

Tillägg för enkelrum 400 kronor.

Stiftelsen för Trafik- och Polioskadade i Stockholms Län har beslutat att bidra med en jubileumsgåva för denna resa som kommer att reducera priset för varje deltagare, exakt pris meddelas i brev till varje deltagare. Stiftelsen bildades 1994-10-20.

I priset ingår:

Resa i turistbuss med toalett och hiss för rullstolar. Del i dubbelrum med frukost och middag på hotell Dalecarlia. Entré till Dalhalla. 3 hjälpare medföljer. Kontaktperson är Rolf Widén RTP-S 08-545 622 69.

OBS ! Resan fullbokad.

Boka gärna in dig på reservlistan med möjlighet att komma med vid eventuella återbud.

Kontaktperson är Rolf Widén RTP-S 08-545 622 69.

OBS! Anmälan är bindande.

Arrangör: Aktivitetskommittén och Sundbergs Busstrafik AB

Studiecirkeln

"Färg, form och hälsa"

OBS! Kom gärna ner och titta på vad vi gör.

Plats finns.

Du som bor söder om Stockholm, vill du komma och ta en fika och pyssla lite så är du välkommen till studiecirkeln "Färg, form och hälsa".

Måndagar kl. 13.00 – 15.30

18 maj, 15 juni, 24 augusti, 21 september, 26 oktober, 23 november, 14 december.

Alla intresserade medlemmar oberoende av skada är välkomna till Moränvägen 3, ABF-lokalen, i Jordbro, Haninge.

Kaffe med bröd till självkostnadspriset 12 kronor.

Kostnad/termin 50 kr/person/medlemsavgift till ABF.



Fika på Taxinge Slottscafé

Våravslutning

Tisdagen den 26 maj kl. 13.00

Upplev norra Europas största kakbord med cirka 65 sorters hembakat bröd. Allt från smörgåsar till delikata tårter. Kakbordet ändras efter säsong och över tid, men innehåller aldrig under 65 olika sorter. Du avnjuter ditt kaffe i biblioteket, eller om vädret tillåter, i slottsparken som ligger på en udde i Mälaren. Vi träffas kl. 13.00 - du avgör själv när du vill fara hem. Färdtjänsten räcker till Taxinge Slottscafé. Kaffe/te tårta och en liten kaka. **Pris 105 kronor.** RTP-StorStockholm subventionerar med 50 %. Vi strosar omkring en stund och njuter av naturen och tittar in i bodarna.

Sista anmälningssdag 19 maj.

Från Stockholm kör du mot Södertälje, vidare E20 mot Göteborg. 10 km efter Södertälje, avfart 140 mot Taxinge Slott, följ bruna skyltar.

Studiebesök i Hågelbo Lantbod Inställt!

I lantboden kan du handla karameller i strut, klippdockor, bonader, plåtleksaker, nostalgiburkar, tvålar, honung, vykort.

Vi tar en promenad och en fika till självkostnadspris.

Torsdagen den 4 juni kl. 10.00

Sista anmälningssdag 25 maj.

Är du intresserad av att påverka i din kommun

Vi har representanter i flertalet handikappråd och behöver fler intresserade när vakanser uppstår. Hör gärna av dig i så fall.

Kurser 2015

Datacirkel i lite av varje.

RTP-StS tillsammans med ABF Norra Storstockholm startar ovanstående cirkel i september månad 2015.

Ni kommer att hantera fönster och kortkommandon i Windows, surfa med Googles, e-posta med gmail, behandla text och bilder i Word 2010, göra enklare kalkyler i Excel, skapa bildspel i Powerpoint samt göra en del bildbehandlingsprogram i några olika program.

Datasalen finns på ABF i Sundbyberg, Esplanaden 3c, bv. Lärare för cirkeln är Jörgen Alshammar.

Egenavgift: 450:-.

Kursstart: Onsdagen den 16 september 2015 kl. 09.30 – 12.00.

Antal kurstillfällen: 8 (24 lektionstimmar).

Antal deltagare: 6 st

Kontaktperson är Rolf Widén 08-545 622 69.

Intresseanmälan till datacirkeln kan göras till RTP-S kansli, 08-545 622 60 eller till info@rtps.se

Anmälan så snart som möjligt dock senast 13 augusti 2015.

Anmälan är bindande.



Måla akvarell

En kurs i akvarellmålning startar under september månad 2015.

Kursen kommer att hållas på torsdagar.

Lärare på kursen är Christina Olivecrona

Kurslokal: Kavallerivägen 24 Rissne (vid Rissne Torg).

Antal kurstillfällen: 6 ggr

Kursstart: Torsdag 17 september 2015, kl. 10.00 – 13.00 med avbrott för kaffe.

Egenavgift: 485:- (vid 8 deltagare).

Vid färre deltagare blir egenavgiften högre.

Är du intresserad av ett s.k. "startkitt" (färglåda, ett antal penslar, papper, svamp och palett) tillkommer en kostnad på 500:-.

Säg till om "startkitt" när du gör din intresseanmälan.

Intresseanmälan skall göras till Rolf Widén 08-545 622 69 så snart som möjligt dock **senast 13 augusti.**

Anmälan är bindande



StorStockholms lokalförening firar 20 år

Kom till Konsthallen Artipelag den 15 september 2015

För att fira vårt 20-årsjubileum är StorStockholm glada att inbjuda till en utflykt till konsthallen Artipelag, Artipelagstigen 1, 134 40 Gustavsberg.

Artipelag har nu funnits i några år och är en spännande anläggning med hög tillgänglighet både ute och inne. Det finns både restaurang och kafé. Gå gärna in och titta på hemsidan www.artipelag.se



Den utställning som vi ska se är:

LAND MÖTER VATTEN – EUROPEISKT OCH AMERIKANSKT FOTOGRAFI FRÅN 1860 TILL IDAG

Mötet mellan naturens grundläggande element är ett av fotografihistoriens framträdande motiv. Med sin kunskap om europeisk och amerikansk fotografi gestaltar Peter Galassi (tidigare chefsintendent vid Museum of Modern Art i New York) med okända och välkända fotografers arbeten en spännande resa från fotografiets barndom och fram till idag.

Artipelags öppettider: 11.00 – 16.00. Vi tar oss dit hur och när vi själva vill och ses i kaféet kl. 14.00. StorStockholm bjuder på entrén till konsthallen (enligt anmälningslistan) och subventionerar kafébesöket med 70 kronor.

Anmälan till Yvonne Andersson yvonne.andersson@rtps.se eller 08-545 622 68 **senast 1 september 2015.**

RTP-StS Hederspris

Med anledning av att RTP StorStockholm i år firar sitt 20-årsjubileum, har styrelsen beslutat uppmärksamma en person som har utmärkt sig inom föreningens verksamhetsområde.

Det enda kriteriet för nominering är att personen är medlem i RTP och har gjort betydande insatser som varit till gagn för föreningen och dess medlemmar.

Styrelsen vänder sig nu till alla medlemmar för att få förslag på personer som kan komma ifråga. Därefter förbehåller sig styrelsen rätten att avgöra vem som under hösten under högtidliga former kommer att uppmärksammas på lämpligt sätt.

Så tänkt till och kom med förslag senast den 1 september. Maila era förslag till Lotta Änggård lottanggard@gmail.com eller ring 073-673 97 25.



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 måndagar, tisdagar och torsdagar 09.00-15.00.

Se även www.rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening

Aktiviteter

Händer i NV Storstockholm



Foto: Lage Eckeskog

Biljard, bad, caféträffar i Upplands Väsby

Biljard: Måndagar
kl. 15.00 – 18.00

LP-stiftelsen, Finvids väg 10,
Upplands Väsby.

Bad: Måndagar
kl. 18.15 – 19.30

Vår sjukgymnast Anna Maria
Jonsson 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.

Vi behöver DIN hjälp om du har förslag på aktiviteter
eller frågor som kan tas upp med våra lokala politiker.
Hör av dig till Bengt-Erik Johansson, 070-893 21 70,
bejohansson8@gmail.com

Se även www.rtps.se

Arrangör: NV Storstockholms lokalförening

Händer i Norrtälje

Kräftskiva

Preliminärt datum 3 september.
Knytkalas på Gräddö bygdegård.

Årliga Ålandsresan

Preliminärt datum 29 september.

Dessa aktiviteter annonseras på hemsidan så fort
datum är bestämt!

Intresseanmälan till ovanstående aktiviteter:
norrtälje@rtp.se eller 070-316 10 07.

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

Kontakt: norrtälje@rtp.se eller Marie Kärlin
070-316 10 07.

Norrtälje lokalförening har en ny adress:
Hamnvägen 12, 761 32 Norrtälje.

Se även www.rtps.se

Arrangör: Norrtälje lokalförening



Händer i Södertälje

Resa till Astrid Lindgrens Näs i Vimmerby **Lördagen den 23 maj.**

Vi startar kl. 08.00 från Uthamnsvägen 2
(Gamla ÖB).

På vägen gör vi ett uppehåll på Café Columbia i Kisa
som är ett Emigrantmuseum där vi får en annorlunda
visning och fika i det gamla 1700-talshuset. Därefter
åker vi till Astrid Lindgrens barndomshem Näs i
Vimmerby. Här får vi en guidad visning och därefter
en god lunch.

Vi är tillbaka i Södertälje på samma plats kl. 19.00.

Anmälan senast 5 maj till Eva Molnar 070-486 95 13,
eller Liiza Pettersson 073-388 77 74.

Hobbyverksamhet

med smycketillverkning och glasfusing.

Vi kan även ha stick- och virkstuga om intresse finns.

**Måndagar var 14:e dag kl. 17.00 – 19.00 jämna
veckor.**

Plats: Allaktivitetshuset, Barrtorpsvägen 1A.

Vi vill gärna ha in förslag på andra hobbyaktiviteter
som vi kan göra tillsammans och framför allt välkom-
men att delta dessa kvällar!

Skadegruppsmöten

Dialogmöten för trafik- och polio/postpolioskadade
och deras anhöriga har pågått sedan förra året.

Alla skadegrupper är välkomna.

Intresseanmälan till skadegruppsmöten kommer att
skickas till samtliga medlemmar.

Frågor och anmälan till ovanstående aktiviteter

kontakta Eva Molnár 08-551 591 41,

eva.molnar@tele2.se, Liiza Pettersson 073-388 77 74,
liiza-55@hotmail.com

Se även www.rtps.se

Arrangör: Södertälje lokalförening

Inställd resa

Endagsresan till Uppsala och Gårdsjö Älgpark som var
planerad den 8 juni måste tyvärr ställas in på grund av
för få anmälda deltagare.

RTP-S och Sundbergs Buss beklagar detta och hoppas
på ett bättre deltagarantal på våra kommande resor.

AKTIVITETSKOMMITTÉN

Liljevalchs vårsalong 2015

Det återkommande årliga besöket på Liljevalchs vårsalong inföll i år den 11 mars.

Vi var 22 deltagare från RTP-S som fick se 230 verk av 119 konstnärer/grupper.

Dessa verk hade valts ut av årets jury bestående av konstsamlarna Jeanette Bonnier, Lena Josefsson, Tom Böttiger samt Liljevalchs chef Mårten Castenfors.

Totalt insända bidrag var i år 2335. Den yngste konstnären var 18 år och den äldste 89 år.

Det första verk som vår guide visade oss var en gigantisk modell "Fragile" av Simun Anund. Han hade gjutit en hel stad i betong med olika slags produktemballage av frigolit som gjutformer. Gråa byggnader stod i rad här och där avbrutna av en diagonal.

I nästa sal fanns Niki Lindroth von Bahrs två meter höga "Ghost cat", en svart kattsulptur av frigolit och spackel, som skapade ett stort fokus bland mängden av mindre bilder och objekt. Man kan nog utnämna "Ghost cat" till årets ankare på vårsalongen.

Vi såg också några textila skulpturer av Alena Törnberg, bland annat "Dimman" ett moln av kardad ull med en kristall längst därinne.

Sedan såg vi Stefan Bennedahls

"Kung Ubu", där kungen sitter på en tron av kranier omgiven av sitt stora hov av underhuggare med individuella ansiktsuttryck och blodiga händer.

Som ett fritt hängande klot i rummet såg vi Nina Lindgrens "Floating city", en kåkstad skapad av kasserade bruna kartonger som hon skurit ut till små hus. Husen var staplade över, intill och under varandra och lampor blinkade effektfullt i enskilda fönster.

Annars var det som vanligt en hel del måleri, både natur- och landskapsmåleri samt porträtt.

Vi såg ett satiriskt porträtt av Fredrik Reinfeldt som romersk kejsare och ett detaljrikt porträtt i olja på duk av Ingvar Carlsson.

Bland alla konstverk var det några som stack ut lite mer än andra, som Yvonne T Larssons tre barn i Papier Maché, den 20-åriga Ann-Sofie Claessons målning av sin farmor,

Emelie Larssons vardagsmotiv "Public transportation" från tunnelbanan i Berlin uppbyggd bit för bit med endast tidningspapper och lim samt Malin Perssons Stockholmsmotiv med husen från bland annat Brännkyrkagatan.

Hus och arkitektur var kanske det vanligaste motivet på årets vårsalong.

TEXT: ROLF WIDÉN

FOTO: LEIF LINDSTRÖM



Farmor.



Barn i papier maché.



Intresserade RTP-are.



"Fragile"



"Ghost cat"



"Floating city"



Medlemmar på mötet den 16 april. Foto: Maude Stenberg.



Christina Engström-Linse och Marit Lundgren.
Foto: Barbro Andersson.



Gunilla Forssberg och Kristian Borg.
Foto: Barbro Andersson.

Informationsmöte Postpolio

På RTP-S kansli den 16 och 23 april fick ett hundratal av RTP-S postpoliomedlemmar information/presentation om verksamheten på postpoliomottagningen Danderyds sjukhus.

Enhetschef **Marit Lundgren** och mottagningssköterskan **Christina Engström-Linse** berättade bland annat om den fortbildning och nyrekrytering av personal som pågår och att målet med mottagningen även i fortsättningen skall vara att erbjuda

en samordnad och högkvalitativ rehabiliteringsverksamhet med patienten i centrum.

Därefter presenterade professor **Kristian Borg** och forskningssjuksköterskan **Gunilla Forssberg** den nya immunglobulinstudien som startar under våren/sommaren 2015.

Mer om detta går att läsa på sid 8 i denna tidning.

ROLF WIDÉN

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

*Töm ditt sinne på framtid
och förflutet, så att det kan
fyllas av nuet.*

STEVE TAYLOR

Hjärt-lungräddning i Norrtälje

I flera år har vi önskat oss en kurs i hjärt-lungräddning, men på grund av diverse omorganisationer i kommunen har det varit svårt att få tag på handledare. Nu blev det äntligen av. Vi var ganska många som redan hade gått en kurs. Men det var ju ett antal år sedan. Mycket hade förändrats och utvecklats under årens lopp.

Vi fick var sin Mini-Anne att träna på. Det gjorde att vi snart upptäckte hur tungt det var att hjärt-lungrädda. Och som vi jobbade hela eftermiddagen, alla efter sin förmåga, men det resulterade i både blåa läppar och träningsvärk i armarna.

Det vi tog med oss var att; alla kan göra någonting, förlora ingen tid, det räcker inte bara med hjärtstartare och "Stayin Alive" så klart.

TEXT NANN PALMGREN FOTO: MARIE KÄRLIN



Rapport från Nackskadeförbundets seminarium i Täby 20-21 feb.

Att utredning av skadade är viktigt – var samtliga på seminariet helt överens om.

Under de två dagarna i Täby framkom det gång på gång att ligamentsapparaten i övre halsryggen är komplex och inkluderar de primära stabilisatorerna. Därför är det viktigt att skadade får en adekvat utredning utförd där klinisk undersökning, neurologiska utredningar samt MRI (magnetkameraundersökning) av halsryggen som inkluderar belastande och funktionella bildtagningar ingår.

En enkel grundregel är "Lyssna på Kroppen! Gör något dig sämre, undvik det!"

Bo Bertilsson Medicine- och filosofie doktor Karolinska Institutet höll

föredraget "Ett tränat öga ser mer – grundläggande klinisk undersökning av patient utsatt för whiplashtrauma". I hans avhandling 2009 berättar han om att 8 av 10 patienter som sökt för besvär i nacke, skuldra eller axel hade nervstörningar från ryggraden i det område där de upplevde sina besvär. I en av studierna i avhandlingen medger två tredjedelar av deltagarna att de har besvär på flera ställen som hör ihop med samma nervstörning när läkaren väl tog sig tid att fråga efter mer än vad patienten hade sökt för. Dr Bertilsson menar att läkare kan ha en tendens att inte låta patienten tala till punkt.

Dr Gunilla Bring, specialist i rättsmedicin som forskat och doktorerat på skador och tillstånd efter whip-

lashrelaterat våld, talade i sin föreläsning bl.a om sitt arbete som ledande whiplashexpert i våra domstolar. Hon berättade om vad som är viktigt att iaktta vid sambandsbedömningar, som sannolikheten av att besvären, symtom har uppstått för individen efter olyckan, att de kommer just från olyckan.

Det har betydelse att i akutskedet få dokumentation på att olycka inträffat, det är viktigt att dokumentera kliniskt efter förloppet, att söka hjälp för besvär som uppstått vid olyckan.

Därefter höll ett antal utländska doktorer föredrag om olika operationsmetoder.

Ytterligare info om föredragen finns hos Maude Stenberg RTP-S.

MAUDE STENBERG

Genomförda kurser i StorStockholms regi våren 2015



Några av kursdeltagarna på datakursen.
Foto: Jörgen Alshammar.

"Datacirkel i lite av varje" samlade sju deltagare och som vanligt leddes kursen av Jörgen Alshammar.

Lärare för kursen "Måla akvarell" var som vanligt Christina Olivecrona som har förmågan att möta deltagarna på deras nivå och ändå vara tydlig med sin vision för akvarellmålning.



Akvarell av Esko Mallenius.

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 17-22.

MAJ

Måndag	18	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	19	Klassisk yoga
Tisdag	19	Anmälan Fika på Taxinge Slottscafé
Onsdag	20	Dialog Nackskadade
Fredag	22	Anmälan Hur fungerar kollektivtrafiken?
Lördag	23	Resa till Astrid Lindgrens Näs
Måndag	25	Anmälan Studiebesök i Hågelby Lantbod
Tisdag	26	Klassisk yoga
Tisdag	26	Fika på Taxinge Slottscafé
Onsdag	27	Dialog Polio
Onsdag	27	Hur fungerar kollektivtrafiken?
Fredag	29	Anmälan Slottsträdgården Ulriksdal

JUNI

Tisdag	2	Klassisk yoga
Torsdag	4	Studiebesök i Hågelby Lantbod
Tisdag	9	Slottsträdgården Ulriksdal
Tisdag	9	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	9	Klassisk yoga
Måndag	15	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	16	Lunchträff för benamputerade
Tisdag	16	Lunchträff för benamputerade
Onsdag	17	Träning Rehab Station Sthlm slutar
Tisdag	23	Klassisk yoga
Onsdag	24	Dialog Polio

AUGUSTI

Onsdag	12	Båttur i Skärgården
Torsdag	13	Anmälan Datacirkel i lite av varje
Torsdag	13	Anmälan Måla akvarell
Tisdag	18	Lunchträff för benamputerade
Tisdag	18	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	19	Dialog Nackskadade
Måndag	24	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	25	Klassisk yoga
Onsdag	26	Dialog Polio

SEPTEMBER

Tisdag	1	Klassisk yoga
Tisdag	1	Sista dag att nominera till Hederspris
Tisdag	1	Anmälan StS firar 20 år i Artipelag
Onsdag	2	Träning Rehab Station Sthlm startar
Torsdag	3	Kräftskiva i Norrtälje Prel. datum

Lördag	5	Resa till Dalhalla
Tisdag	8	Klassisk yoga
Tisdag	15	Klassisk yoga
Tisdag	15	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	15	StorStockholm firar 20 år i Artipelag
Onsdag	16	Dialog Nackskadade
Onsdag	16	Kursstart Datacirkel i lite av varje
Torsdag	17	Kursstart Måla akvarell
Måndag	21	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	22	Klassisk yoga
Tisdag	22	Lunchträff för benamputerade
Tisdag	29	Ålandsresa Norrtälje lf. Prel. datum
Tisdag	29	Klassisk yoga
Onsdag	30	Dialog Polio

OKTOBER

Tisdag	6	Klassisk yoga
Tisdag	13	Klassisk yoga
Tisdag	13	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	14	Dialog Nackskadade
Tisdag	20	Klassisk yoga
Tisdag	20	Lunchträff för benamputerade
Måndag	26	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	27	Klassisk yoga
Onsdag	28	Dialog Polio

NOVEMBER

Tisdag	3	Klassisk yoga
Tisdag	10	Klassisk yoga
Tisdag	10	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	17	Klassisk yoga
Onsdag	18	Dialog Nackskadade
Onsdag	18	Dialog Polio
Måndag	23	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	24	Klassisk yoga
Tisdag	24	Lunchträff för benamputerade

DECEMBER

Tisdag	1	Klassisk yoga
Tisdag	8	Klassisk yoga
Tisdag	8	Dialog Hjärnskadade
Måndag	14	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	15	Klassisk yoga
Onsdag	16	Dialog Polio

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

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

Rolf Widén 08-545 622 69 rolf.widen@rtps.se

StorStockholms lokalförening

Yvonne Andersson 08-545 622 68

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

Lokalföreningens kansli är bemannat måndagar, tisdagar och torsdagar 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 Kårlin 08-545 622 60 norrtalje@rtp.se

Södertälje lokalförening 073-817 72 50

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

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!

Tips

Rödvin på favoritduken?

Har du någon gång spillt ut rött vin på din favoritduk? Inte roligt men det är lugnt – koka upp mjölk och lägg delen av duken med fläcken på i mjölken, låt det stå ett tag och kolla efter en stund. Fläcken går troligtvis bort!

Göra rent mikrovågsugnen!

Kör en halv citron på full effekt i några minuter och sedan är det bara att torka efter. Det blir både rent och luktar gott!

Om du har ont i öronen?

Ta en halv vitlöksklyfta, linda den i en liten bit gasbinda och stoppa in den i örat över natten. Gammal huskur som hjälper!

LEILAS HUSMORSTIPS

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 säkra på att vara uppdaterad om vad som händer inom RTP-S rekommenderar vi att ni meddelar er mailadress 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



*Vi önskar er alla
en härlig sommar!*
Redaktionen

**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

Postpolioveckor
5-7, 23-25, 36-38 och 45-47

Mälargården Rehab Center

Helhetslösningen inom rehabilitering

Mälargården Rehab Center ligger i natursköna Sigtuna och är auktoriserade av Stockholms läns landsting för rehabilitering vid neurologisk sjukdom (exempelvis post-polio, stroke, Parkinson och MS), onkologisk rehabilitering och lymfödembehandling. Har du frågor kring vårdvalet så kan du läsa mer på vårdguiden www.vardguiden.se.

Verksamhet har bedrivits sedan 1971 och personalen har ett stort kunnande om rehabilitering vid olika diagnoser.

Hos oss är du en individ och vi ser dina enskilda behov. Du får komma till oss redan på söndag kväll för att vi skall kunna starta med den individuella rehabiliteringsplanen redan på måndagen.

Förutom att du har enskild tid med sjukgymnast varje dag så finns ett stort utbud av gruppaktiviteter. Bland annat kan nämnas strokeskola och polioskola där Du får möjlighet att ta del av de senaste rönen kring din sjukdom, rehabiliteringsfilosofi, hjälpmedelsinformation m.m.

Vår underbara 34 gradiga rehabiliteringsbassäng nyttjas frekvent till både gymnastik och avslappning.

Det nyligen restaurerade gymmet är naturligtvis anpassat för funktionshindrade. Sjukgymnasten tar tillsammans med dig fram ett individuellt program för självträning i gymmet om Du så önskar.

Du bor i enkelrum med dusch och WC. Naturligtvis finns omvårdnadspersonal på plats dygnet runt för att assistera dig.

Måltiderna som är lagade från de finaste råvaror avnjuter Du i matsalen med en vacker utsikt över Mälaren.

Besök vår hemsida för mer information www.malargarden.se. Du når oss även på 08-5949 3630. Vill Du boka tid så kan Du ringa koordinatören Lena på direktnummer 08-5949 3634.

