

RTP-S

aktuellt

**Nr 2
2018**

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S, STOCKHOLMS LÄN

Valspecial

Hur vill partierna förbättra vården?

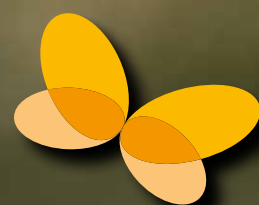
Rörelse i ett socialt sammanhang

– rehabilitering som fungerar

Tänk vad en liten ramp kan göra skillnad

Varför så normativa kroppar?

– en fråga att ställa till modevärlden



Varför klagar knäna? Fråga dina fötter. *Och oss.*

Vi är stolta över att kunna erbjuda individuellt anpassade helhetslösningar inom samtliga ortopedtekniska områden. Vi tar emot landstingspatienter såväl som privatpersoner som är i behov av proteser, ortoser/stöd, sitthjälpmedel, ortopediska skor eller inlägg/fotbäddar. Med ett unikt yrkeskunnande och en hög tillgänglighet sätter vi patientens behov i fokus.

Välkommen till ett aktivt liv.



Aktiv i Stockholm!

I våra butiker får du professionell hjälp att välja skor, inlägg/fotbäddar, ortoser och stöd som hjälper dig leva ett aktivt och rörligt liv oavsett om du är pensionär, motionär eller om du idrottar. För mer information kring våra respektive öppettider, vänligen besök aktivortopedteknik.se



Barks väg 7, Solna
bergshamra@aktivortopedteknik.se
08 - 624 95 50

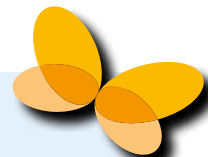
Västmannagatan 52, Stockholm
vasastan@aktivortopedteknik.se
08 - 21 23 23

aktivortopedteknik.se

Drottninggatan 5, Norrtälje
norrtalje@aktivortopedteknik.se
08 - 624 95 50

Lovisingsgatan 7, Södertälje
sodertalje@aktivortopedteknik.se
08 - 550 897 80

 **AKTIV**
ORTOPEDTEKNIK



Innehåll

Valet 2018 - vilka är de viktigaste frågorna	4
Rörelse i ett socialt sammanhang	6
Tänk vad en liten ramp kan göra skillnad	8
Varför så normativa kroppar?.....	10
Bad – Gymnastik – Bastu	12
Aktiviteter	13
Rapporter	21
Sammanställning av RTP-S	25
Kalendarium	26
Kontakta oss	27

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

Bankgiro: 134-6261

Swish: 1236783112

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare: Bengt-Erik Johansson

Redaktion: Distriktskansliet

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 per telefon eller post till RTP-S, Redaktionen, adress enligt ovan.

Nästa nummer utkommer:

21 september 2018

Manusstop: 20 augusti 2018

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: Pixabay

Bli medlem i RTP!

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

Äntligen vår!

Vi är alla väldigt glada att vi går mot varmare tider. Som ni ser på sid. 26 ordnar vi en massa aktiviteter. Hoppas du har möjlighet att delta och på så sätt göra våra aktiviteter ännu mer lyckade!

Dessutom önskar vi alla våra medlemmar en fin sommar med mycket sol, värme och lugna dagar!

Glada hälsningar
Styrelsen och personal

På gång



Distriktets och lokalföreningarnas nya styrelser.
Se sid. 25 för detaljerad information.



Öppettider i sommar: Måndagar, tisdagar och torsdagar kl. 09.00 - 15.00 under v. 28, 29 och 30. För övriga öppettider se sid. 27.



Glöm inte våra viktiga informationsaktiviteter i juni!
Försäkringsbolagens personskadereglering och egen smärtrehabilitering. Se mer på sid. 16.



Glöm inte att gå och rösta i september! Det är nämligen ett ypperligt sätt att påverka din situation. Läs Valspecialen på sid. 4 för mer information om hur partierna vill förbättra vård och omsorg.





Valspecial

Hur vill partierna förbättra vården?



Vänsterpartiet

Den grundläggande principen vid fördelning av skattemedel till vården ska vara att det ska ske efter människors behov och inte efter företags möjligheter till lönsamhet. Vinstsyftande företag ska inte kunna bedriva verksamhet med skattemedel i kärnverksamheten inom vården. Vi vill också avskaffa lagen om valfrihetssystem, LOV, som har inneburit fri etableringsrätt för privata vård företag.

- Väntetider, exempelvis inom psykiatri och cancersjukvården.
- Ojämligheten, var i Sverige du bor, hur utbildad du är och vad du tjänar spelar stor roll för vilken vård du får och för hur länge du lever.
- Vårdpersonalens arbetssituation, "sjukvårdens personal är den enskilt viktigaste faktorn för en trygg vård och socialdemokraternas viktigaste välfärdsfråga".



Centerpartiet

- Öka valfriheten i vården så att alla patienter kan välja var de ska få vård.
- Minska de skillnader i vårdkvalitet som finns i olika delar av landet. Var du bor ska inte avgöra om du får bra vård eller inte.
- Skapa en tryggare vård och ge alla patienter rätt till en ansvarig läkare.
- Öka tillgången till vård i hela landet.



Miljöpartiet

- att den som blir sjuk ska få vård av hög kvalitet oavsett var i landet den bor,
- att vården får större resurser att förebygga ohälsa,
- att personalen får goda arbetsvillkor, rätt utbildning och arbetsuppgifter,
- att samhället ska organiseras så att det främjar människors hälsa.



Feministiskt initiativ

- Öka resurser och öka personalitet inom vård och omsorg.
- All sjukvård ska bygga på vetenskap och beprövad erfarenhet.
- Inget kön ska vara norm inom medicinsk forskning, utbildning och teknikutveckling.
- Diskriminering gällande fördelning av forskningsanslag ska motverkas. Större anslag krävs också till genusforskningen inom hälsa och medicin.
- Samtliga vårdutbildningar ska ge beredskap för att motverka diskriminering och främja ett gott och likvärdigt bemötande.



Liberalerna

- Återinför kömiljarden.
- Karriärtjänster med högre lön till specialistsjuksköterskor.
- Fler enkla jobb i vården.
- Valfrihet i vården överallt där det går.
- Fast husläkare ska samordna vården.
- Alla ska få välja vårdcentral.
- Stoppa sjukvårdskarussellen för de mest sjuka äldre.
- Modern IT även i vården.



Socialdemokraterna

S har identifierat tre problem i vården som de vill satsa på nästa mandatperiod.



Kristdemokraterna

- Statligt ansvar för sjukhusvården.
- Vårdcentraler och annan primärvård – fler satsningar på primärvården.
- Vårdserviceteam – för att avlasta vårdpersonal.
- Kapa vårdköerna med återinförd kömiljard.
- Stärkt vårdgaranti.
- Rädda LSS.
- Fler vårdplatser.
- Äldreboendegaranti och äldreboendemiljard.
- Återinför patientansvarig läkare.
- Krafttag mot psykisk ohälsa bland barn och unga.
- Ökad trygghet inom hemtjänsten.
- Hemtagningsteam – efter sjukvårdsvistelse.



Moderaterna

- Hålla ordning och reda i finanserna för att kunna fortsätta satsa på vården.
- Hålla vårdköerna borta genom fler vårdgivare.
- Utöka patientens rätt att välja vårdgivare genom att fortsätta utveckla vårdvalet, där vårdgivarna också ges ett större ansvar i utbildning och forskning.
- Förstärka akutsjukvården med upprustade akutmottagningar, fler jourläkarbilar och utökad hemsjukvård.
- Implementera den nya närakutstrukturen, minst 12 närakuter som ska avlasta de stora akutsjukhusens akutmottagningar.
- Fortsätta utflytten av vård som inte kräver akutsjukhusens

resurser utanför de stora sjukhusen och närmre invånarna.

- Stärkt primärvård med tydligare uppdrag till husläkarna.
- Patienter ska erbjudas en fast läkarkontakt som ansvarar för patientens samlade behov av sjukvård.



Sverigedemokraterna

- Rätt till heltid för personal inom offentlig sektor – Fler händer i vården.
- Stärkt högkostnadsskydd för vård och mediciner.
- Ingen patientavgift för personer över 85 år.
- Riktade statliga anslag för att åtgärda bristen på vårdplatser.

Informationen i artikeln kommer från respektive partis hemsida!

Vi besöker valstugorna!

Under sommaren kommer vi att besöka valstugorna och ställa frågor till våra landstingspolitiker.



Har du egna frågor du vill ställa?
Lämna dem då till oss!

Resultatet kommer publiceras på vår hemsida och på Facebook i sommar.

info@rtps.se

08 - 545 622 60



TeamOlmed på uppdrag av SLL i över 30 år

Utifrån dina unika behov och önskemål förskriver vi ortopedtekniska hjälpmedel för att hjälpa dig till ett rörligare liv.

TeamOlmed Torsplan vid nya Karolinska Solna

Tel: 08-690 25 40

TeamOlmed Södersjukhuset

Tel: 08-658 79 50

TeamOlmed Huddinge Sjukhus

Tel: 08-585 802 22

TeamOlmed Barn & Ungdom Solna

Tel: 08-619 28 00

TeamOlmed Södertälje

Tel: 08-401 28 40

för ett rörligare liv

www.teamolmed.se

Rörelse i ett socialt sammanhang – rehabilitering som fungerar

Anne lever sedan länge med kvarstående skador efter polio och har på senare år drabbats av sena effekter s.k. postpolio. Den har haft stor negativ påverkan på hennes kropp. Under sommaren 2017 tillbringade Anne för första gången två veckor på Mälargården. Rehabiliteringen hon deltog i och det sociala sammanhanget hade stor effekt på hennes hälsa.

Att leva med postpolio

Postpolion har haft stor påverkan på Annes kropp. Innan rehabilitering på Mälargården led hon av flertalet fysiska problem. Nervsjukdomen drabbar ibland dem som i ett tidigt skede av sitt liv haft polio. Många lever problemfritt stor del av livet men får problem när de blir äldre. Anne led bland annat av svår yrsel som i sin tur gjorde henne ostadig på benen. Eftersom balansen var så dålig blev rullatorn en ständig följeslagare. Under vintermånaderna tvingades hon även använda permobil för att kunna ta sig fram på ett säkert sätt på det hala väglaget. Men det största problemet enligt Anne var den starka smärta som fick henne att sova dåligt och svårt att röra på sig. Framförallt var det hennes axlar, armar och höfter där smärtan var som kraftigast. För att lindra besvären tog Anne smärtstillande varje dag. Yrseln och smärtan som begränsade Anne, tömde henne på energi och tvingade henne att anpassa sig och planera sina veckor i detalj. En aktivitet per dag och vilodagar var standard.

Som medlem i RTP-S har Anne hittat olika sätt att lindra sin smärta. Varje vecka deltog hon i den vattengymnastik som föreningen anordnar. Värmen och de fysiska rörelserna hjälpte henne till viss del att stävja alla



fysiska svårigheter. Genom åren som medlem i RTP-S har Anne fått många vänner med liknande fysiska hinder med kroppen. Ofta pratar vännerna om sina problem och sätt att lindra sin värk. Anne fick själv rådet ifrån vännerna att söka rehabilitering hos Mälargården Rehab Center i Sigtuna. En plats där många av hennes vänner själva varit för att få hjälp.

För att lindra besvären tog Anne smärtstillande varje dag.

De trodde att Anne som första gångsbesökare skulle ha möjlighet att ta sin hälsa till en helt ny nivå. Trots att hon var osäker på om platsen var rätt för henne kontaktade hon Postpoliomottagningen i Danderyd för att få en remiss till Mälargården. Det tog inte lång tid innan en inbjudan till Rehab Centret i Sigtuna damp ned i brevlådan.

Sommar på Mälargården

Sommaren 2017 skrevs tio personer in samtidigt med Anne på Mälargården. Hon kände några av dem redan innan. Den lilla gruppen tränade tillsammans varje dag och när de schemalagda aktiviteterna var slut umgicks de på kvällarna. Eftersom alla delade ungefär samma upplevelser hade de mycket utbyte av erfarenheter under vistelsens gång. Enligt Anne var det ovanligt att träffa så många personer i liknande situation och umgänget blev en viktig del i rehabiliteringsprocessen.

Träningsprogrammet som Anne fått i början av sin vistelse var fullspäckat av aktiviteter. Fysiska sådana men även föreläsningar och nöjen. Trots att schemat var så fullspäckat upplevde hon aldrig att dagarna var för krävande. Varje träningspass pågick 30 minuter. Efteråt fanns det gott om tid att ta igen sig.

Från måndag till torsdag började gruppen dagen med morgongympa efter att frukosten var avklarad. På fredagarna var det istället medicinsk yoga. Därutöver var veckorna fulla av gymträning med en fysioterapeut, balansträning, handgympa, neuroaktivitet, hälsoskola, vattengympa, qigong, avslappning och träff med läkare. Nöjen, såsom filmkvällar, och föreläsningar om kost och stressreducering, stod också på schemat. Redan efter några dagar i rehabiliteringen märkte Anne skillnad på sin hälsa. Gradvis kunde hon börja anpassa sig till de förändringar hon märkte. Det innebar att hon inte behövde använda sina kryckor som innan och att hon kunde sluta med de smärtstillande tabletter som hon tagit innan.

Tiden gick fort och när det väl var dags för permission ställdes Anne

inför valet om hon skulle åka hem eller inte. Beslutet var inte så självklart som man kanske skulle kunna tro. Mälargården hade kommit att bli hennes andra hem. Eftersom familjen betyder så mycket för Anne så tog hon beslutet att åka hem över en helg. Väl hemma på permission blev resultatet av rehabiliteringen mer påtagligt.

Resultatet

Effekterna av alla aktiviteter som Anne ägnat sig åt på Mälargården visade sig tydligt i de tester som fysioterapeuterna utförde. Innan Anne började rehabiliteringen gjordes en rad tester.

Väl hemma på permission blev resultatet av rehabiliteringen mer påtagligt.

Resultatet av dessa ställdes sedan mot samma tester som hon gjorde efter att hon avslutat rehabiliteringen. Balansen var den faktor som Anne upplevt störst problem med.

Till en början kunde hon endast balansera på en balansdyna i 3 sekun-



der. Vid slutet så hade de sekunderna blivit till hela 27. Därtill hade det tidigare varit jobbigt för henne att stå med höger fot framför den andra. Vid första försöket klarade hon bara av att stå med fötterna så i 9 sekunder. Men innan hon åkte hem klarade hon av hela 32 sekunder. De stora förändringarna visar att den fysiska aktiviteten haft stor effekt på hennes balans och styrka.

Anne är nu tillbaka i vardagen tillsammans med sin man, barn och barnbarn. Tillvaron är lika full av aktiviteter som innan. Skillnaden är att hon orkar mycket mer idag än innan rehabiliteringen på Mälargården. Viktigt är också att hon fortsätter att utföra det träningsprogram som fysioterapeuten gett henne. Men nu är det anpassat till hennes hemmiljö. Varje kväll tränar hon. Tiden på Mälargården fick henne att förstå vikten av hur viktigt det är att träna kroppen om man vill bibehålla sin hälsa. Smärtan i axlarna är fortfarande ett minne blott. Yrseln, som fick Anne att tvingas gå med rullator, är mycket lindrigare än innan. Bara när hon går ut på längre promenader behöver hon rullator. De nya vänner hon fick på Mälargården har hon fortfarande kontakt med. De utgör ett kontaktnät som är svårt att skaffa sig. Hon hoppas att hon snart kan få komma tillbaka till Mälargården på en ny rehabiliteringsrond. Det kanske inte alls är så konstigt kan man tycka. Inte med tanke på allt det goda som kom ut ur de tre veckor hon redan tillbringat där.

ELIN LANGEMAR

Postpolioveckor på Mälargården Rehab Center

När var du på postpoliorehabilitering senast?

Under våren 2018 kommer Mälargården att genomföra postpolioveckor under **perioden 10 juni t.o.m. 29 juni**. Behöver du träna upp dina förmågor och få tips om träning eller motivation, be din läkare skriva en remiss för planerad specialiserad rehabilitering. Remissblanketter finns på www.malargarden.se
Remissen ska skickas till:

Stockholms läns landsting
Hälso- och sjukvårdsförvaltningen
Individuella vårdärenden
Avd. Särskilda Vårdfrågor
Box 6909, 102 39 Stockholm

Vill du ha mer information?

Kontakta då Lena Sahlström tel. 08-594 936 34.



Foto: Sten Skoglund



Tänk vad en liten ramp kan göra skillnad

Det är fascinerande vad teknik kan förenkla livet för oss personer med funktionsnedsättning. Trots att jag är rullstolsburen och lite luttrad av alla hjälpmedel som jag omger mig med för att få vardagen att fungera, så har jag nyligen fått vara med om en fantastisk aha-upplevelse, tack vare en liten hopfällbar ramp.

För att ta mig fram använder jag både elrullstol och manuell rullstol. Båda rullstolarna har sina specifika användningsområden samt fördelar och nackdelar. Elrullstolen är ganska bekväm att sitta i och jag kan köra den själv med en joystick men elrullen är tung och lite otymplig när markens underlag inte är slätt och jämnt. Den manuella rullstolen kan jag inte köra själv på grund av nedsatt hand- och armfunktion, men rullstolen är lätt att packa ihop vid flygresor och det funkar bra att åka i rulltrappor med den om jag har en erfaren assistent som hjälper till.

Förutom rullstolarna har jag en rymlig bil som transportmedel. I den kan jag köra in med elrullen med lätthet. Rullstolen spänns fast i bilen med

ett elektriskt golvås. Bilen är ett bra alternativ till kollektivtrafiken när jag använder elrullstol, eftersom det kan vara lite si och så med tillgängligheten ibland. Det krävs lite mer research och planering innan jag ger mig ut med buss, pendeltåg och tunnelbana om jag ska till en plats jag inte besökt tidigare. Så är det för de flesta med rörelsehinder.

Inlevelseövningar

På Funka genomför vi inlevelseövningar för kunder och även för nyanställd personal så att man själv kan få prova på vad det innebär att ha en funktionsnedsättning. Deltagarna testar bland annat hur det är att ta sig runt i rullstol eller som synskadad. Inlevelseövningarna brukar vi förlägga utomhus i den fysiska gatumiljön för att deltagarna ska få en god inblick i hur det är när det fungerar och när det inte fungerar.

Nyligen genomförde vi inlevelseövningar för ett antal kollegor. Vi valde en rutt som inkluderar en tur med tunnelbanan för att alla skulle få känna på den lilla stress som uppstår när tunnelbanetåget öppnar sina

dörrar och resenärer väller ur vagnarna. Därefter ska man inom några sekunder, ta sig in i tunnelbanevagnen i rullstol. Då gäller det att kunna hantera rullstolen själv om ingen annan bistår med hjälp. Det stora hindret består av skarven mellan perrong och tunnelbanevagnen, där får man se upp att inte fastna med den manuella rullstolens främre små hjul. Om man fastnar gäller det att snabbt komma loss innan tunnelbaneföraren hinner stänga dörrarna.

För mig som använder elrullstol är det bakhjulen som är problemet. Bakhjulen vill alltid jäklas när man ska ombord på tunnelbanan. Med tiden har jag dock lärt mig att ta rejält med sats på perrongen så att jag får bra fart. På så sätt kan jag undvika att fastna med bakhjulen i skarven. Men denna teknik är väldigt skumpig och våldsamt eftersom jag kan köra på andra resenärer om det är fullt med folk på tåget och en väldigt kort bromssträcka. Det är alltså ingen smart metod.

Rampen gör skillnad

Därför var det med glädje som jag fick inviga min nyinköpta hopfällbara

ramp vid Funkas inlevelseövningar senast. Rampen väger bara 3,5 kg och går lätt att vika ihop och stoppa ner i en väska som hänger på rullstolen. Det finurliga med rampen är att den inte bara hjälper till i tunnelbanan. Det går ju att använda rampen på många ställen, exempelvis in och ut från butiker som har höga trösklar samt upp på båtbyggor som inte byggts med bästa tillgänglighet. Det finns många hinder att utjämna med ramper, vare sig ramperna är fast monterade eller mobila.

Det är fantastiskt vad en ramp kan göra livet enklare!

STEFAN PELC
WEBBREDAKTÖR, SKRIBENT, BILDREDAKTÖR
OCH UTBILDARE PÅ FUNKA.

Funka är ett projekt inom funktionshinderörelsen och marknadsledande inom området tillgänglighet.

Fakta om ramper

- SL erbjuder service där du kan beställa ramp till den perrong du vill för att det ska vara lättare att komma på och av tunnelbanan. Du ringer SL:s kundtjänst och beställer rampservice så kopplar den automatiska talsvarstjänsten dig rätt. Rampservice går att beställa till samtliga tunnelbanestationer i Stockholm. Men det betyder att du måste planera din resa i förväg.
- Den som vill vara lite mer självständig kan köpa en egen hopfällbar ramp som går att bära med sig i en tygpåse på rullstolen.
- Butiker, fastighetsägare och offentlig sektor kan se till att göra entréer tillgängliga genom att bygga om eller köpa färdiga ramper för fast montage. I vissa fall kan det fungera med mer mobila ramper. Se bara till att lutningen inte blir för brant, tänk på att gående med rullator och barnvagn också har nytta av ramper.

Möjlighetsdagen 2018 14 september



Tema: Föräldraskap och funktionsnedsättning

Var? Rehab Station Stockholm

Frösundaviks allé 4

När? Kl. 10.00 - 15.00

Anmälan

receptionen@rehabstation.se

eller 08-555 440 00

Kostnadsfritt!

VARFÖR SÅ NORMATIVA KROPPAR?

– en fråga att ställa till modevärlden

Det är ett allmänt faktum att modeller inom modebranschen tillhör en snäv norm. På modevisningar runt om i världen ser vi modeller som mer eller mindre ser likadana ut. Men varför finns inte resten av mångfalden representerad och till vilka konsekvenser?

Louise Linderöth tog förra året examen från Textilhögskolan i Borås. Inkluderande mode är den unga modedesignerns fokus. Alla – även de som använder rullstol – ska kunna använda Louises kläder! Tidigare i år var planen att hon skulle presentera sin examenskollektion på Copenhagen Fashion Week i Danmark. Men väl på plats nekades hon att delta med sina modeller som satt i rullstol. Enligt Aftonbladet var det projektledare Stina Vanessa Knudsen som tog beslutet att utesluta Louis. Knudsen hävdade i samband med uteslutningen att Louise enbart fokuserade på kläder för rullstolsburna för att dra till sig uppmärksamhet. Louise såg annorlunda på saken. Hon lämnade modemässan i protest. Enligt henne måste attityder och inställningar förändras – alla människor ska vara välkomna.

Hon lämnade modemässan i protest

För ett och ett halvt år sedan började Louise själv använda sig av rullstol. Hon märkte hur folk runtomkring henne började titta på rullstolen istället för på hennes ansikte. Under en period ville hon inte acceptera sin nya situation. Men idag arbetar hon



för att ändra attityder och inställningar. Kläderna hon designar är hennes verktyg.

Louise har haft mycket att göra den sista tiden. Som nyutexaminerad modedesigner har hon rest världen runt med sin kollektion. "Have a seat" – en kollektion skapad för en sittande position. Kläderna är menade för alla som kan ha glädje av dem. Hennes kollektion har blivit hyllad av Vogue och hon har fått mycket uppmärksam-

het från medier runtom i världen. Uppmärksamheten och erkännandet av hennes kreativa tankar och idéer ledde nyligen fram till ett samarbete med jeansmärket Dr. Denim. Till sammans med företaget ska hon lansera jeans som är snygga och som är sköna att sitta ned i.

Erfarenheter från livet har färgat Louises arbete. Som liten fick hon en ryggmärgsskada efter en svår lunginflammation och har sedan dess haft

problem med att gå. Att ha jeans på sig i en sittande position är inte alltid så bekvämt och det kan vara svårt att hitta några passande och bra par. I dagens modevärld finns det få, om knappt några, alternativ för den som vill ha snygga kläder och moderna modeikoner att se upp till.

”Have a seat” – en kollektion skapad för en sittande position



Louises målsättning blev därför att skapa ett mer inkluderande mode där det finns snygga kläder för alla. Hon vill samtidigt lyfta frågan varför dagens modebransch gynnar en viss typ av norm kring hur en människa ska se ut. Genom att bara låta en viss typ av personer ta plats exkluderas andra från att synas. Det i sin tur sänder ut signaler till allmänheten – och inte minst till barn och ungdomar – om hur man ska se ut och vad som ses som vackert. Måste man strutta fram på höga klackar för att ses som fin?

Louise ses som en aktivist av många. Hon utmanar starkt befästa normer samtidigt som hon jobbar för att åstadkomma förändring. Men enligt Louise var det aldrig tanken från början. Hon blev designer för att hon älskade färger och det kreativa skapandet. Situationen – och de orättvisor hon stötte på i modebranschen – var det som gjorde henne till den aktivist hon är idag.

TEXT: ELIN LANGEMAR
BILD: S ARMSTRONG OCH
LOUISE LINDEROTH

Vill du veta mer?

Louise Linderoths hemsida:

www.louiselinderoth.com

Jeansen lanseras i sommar på

www.zalando.com och

www.drdenimjeans.com

**Delta med oss i sommarens största folkfest
4 augusti!**



Vill du gå med oss i paraden?

ELLER

vill du ställa upp som ledsagare?

Hör då av dig till oss! :)

08-622 545 60 eller info@rtps.se

Alla kan vara med och fira kärleken för de mänskliga rättigheterna och mångfalden!

Bad – Gymnastik – Bastu

Vill Du som medlem i RTP

– få guldkant på tillvaron? – må bättre? – få motion i en bassäng med varmt vatten? Det finns hjälpare vid de flesta av våra bad! Det finns lediga platser på några av baden, kontakta respektive kontaktperson eller kansliet. Badavgiften är **260 kronor per termin** och sätts in på **bg 134-6261** eller via **Swish 1236783112** senast veckan efter badstart. Glöm ej avsändare och vilket bad insättningen avser.



Bad	Kontaktperson	Badtider	Vårens sista baddag	Höstens första baddag
Vattenhuset Sfären (1+2)	Dick Grün 070-324 49 95	Måndagar 17.30 – 18.30 Bassäng eller sittgympa	11/6	13/8
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	14/6	16/8
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	12/6	14/8
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 14.00	4/6	20/8
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	Christine Hultmark Stenman 070-750 53 97	Onsdagar 19.00 – 20.00 Dusch o. bastu 18.30 – 21.00	30/5	22/8
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Bo Nylund 070-325 66 80	Måndagar 17.30 – 19.00	18/6	13/8
Långbrobadet (1+3)	Lennart Johansson 070-602 59 91 Roswitha Kempe 070-602 59 91	Söndagar 09.00 – 10.30	10/6	19/8
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	Lage Eckeskog 070-366 61 33 lage.eckeskog@gmail.com	Måndagar 18.15 – 19.30	18/6	13/8
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Anneli Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.30 – 17.15	13/6	15/8
Norrtälje ROS Omsorg & Service (1+2)	Nann Palmgren 070-743 24 73	Onsdagar 17.00 – 21.00	13/6	22/8
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Onsdagar 15.00 – 16.00	13/6	15/8
Huddinge Sjukhus Rehab-bassängen (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 17.45 – 19.30	21/6	23/8

(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, var också uppmärksam på SMS-information från RTP-S 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 DIALOGGRUPPER

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till Dialoggrupperna! Vi tar upp aktuella ämnen eller problem och delar med oss av erfarenheter och vår mångåriga kunskap av rehabilitering, hjälpmedel m.m. Om inte annat anges så hålls dialogträffarna i RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24, Sundbyberg. Kaffe/te till självkostnadspris.

Dialog Polioskadade

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

23 maj, 13 juni, 19 september, 17 oktober,
21 november, 19 december.

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

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

Dialog Hjärnskadade tillsammans med Hjärnkraft

Måndagar kl. 13.00 – 15.00

21, 28 maj, 4, 11 juni, 27 augusti, 3, 10, 17,
24 september, 1, 8, 15, 22, 29 oktober, 5, 12, 19,
26 november, 3, 10, 17 december.

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

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

Dialog Kronisk smärta

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

15 maj, 12 juni, 11 september, 9 oktober,
13 november, 11 december.

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

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

Dialog Nackskadade

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

15 maj, 12 juni, 11 september, 9 oktober,
13 november, 11 december.

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

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

Dialog Ryggmargsskadade

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

Dialog Amputerade

Första måndagen varje månad kl. 17.30 – 18.30

Plats: Rehab Station Stockholm i caféet,
Frösundaviks Allé 4, Solna.

För anmälan och mer information kontakta
Elin Langemar 08-545 622 69 eller elin.langemar@rtps.se

RTP-S FRISKVÅRD

Träning på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 4

Kom och träna med oss!

Måndagar och Onsdagar kl. 17.30 – 19.30

Höstterminen startar måndagen den 13 augusti och
onsdagen den 15 augusti. Avslutning 17 december resp.
19 december.

Vår sjukgymnast hjälper dig med råd och vid behov kan
du få ett individuellt träningsprogram.

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

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

Aktiviteter

Yoga

Vi bjuder nu in våra medlemmar till en fantastisk träningsmöjlighet. Yoga stärker både kropp och själ samtidigt som den ger varje person en underbar möjlighet till avslappning. Yoga kan utföras av alla oavsett individuella förutsättningar och man kan välja att antingen sitta på brits eller ligga på en matta på golvet.

Vår yogagrupp håller till på Olivia Rehabilitering i Danderyd.

Avgift: 260 kr per termin.

Plats: Olivia Rehabilitering.

Adress: Vendevägen 85B, Danderyd.

Tid: Varje tisdag kl. 14.00 – 15.00

Vårterminen avslutas 19 juni. Höstterminen startar den 4 september och avslutas den 11 december.

För anmälan och frågor kontakta Christer Olsén christer.olsen@rtps.se eller 08-545 622 63.

Arrangör: RTP-S

RTP-S NÖJE

Segling – Skota hem

Vill du hänga med och Prova segla?

Segling är en fantastisk aktivitet för att öka både fysisk och mental hälsa. Oavsett om du har en funktionsnedsättning eller inte är det en källa till inspiration och glädje som ger en stark frihetskänsla – en känsla alla mår bra av.

Stiftelsen Skota Hem är en organisation som möjliggör segling för personer med funktionsnedsättning i specialanpassade segelbåtar. Verksamheten bedrivs vid en anläggning i Saltsjöbaden. Effekterna av den här aktiviteten är ökat självförtroende, bättre självkänsla och större självständighet – vilket ger livsviktiga verktyg för ökad samhörighet och delaktighet.

Har du aldrig seglat eller är osäker på om det fungerar med din rörelsenedsättning? Varför inte prova? Oftast räcker det att kunna röra fötter och ett par fingrar. Att göra fel gör inget eftersom båtarna inte kan välta. I gladaste båtarna på Baggensfjärden vinner ideligen nya Skota Hem-seglare, med rullstolen stående kvar på bryggan, den största seger som finns. Segern över sig själv och sina egna tillkortakommanden.

Kostnaden beror på hur många som anmäler sig men ca 300-400 kronor per person och kostnaden kommer att vara bindande.

Tid: Fredagen den 1 juni, kl 10.00 – 15.00

Anmälan: senast tisdagen den 15 maj.

Arrangör: Stiftelsen Skota hem i samarbete med RTP StorStockholms lokalförening

Studiebesök på Linds Ortopediska

Följ med oss på studiebesök till Linds Ortopediska i Solna där vi bland annat kommer att få se ortoser och proteser.

Tid: Torsdagen den 17 maj kl. 16.00 – 18.00

Plats: Sundbybergsvägen 1, Solna.

Gemensam fikastund under besöket.

Intresseanmälan: senast måndag 14 maj till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

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

Arrangör: RTP-S

Krångel med mobil eller dator?

Vill du veta mer om Facebook eller andra sociala medier?

Då är du välkommen på drop-in hos oss på onsdagar!

Vi hjälper dig så gott vi kan med alla dina tekniska problem. Det bjuds på fika.

Var: RTP-S kansli, Kavallerivägen 24, Sundbyberg

När: Onsdagar klockan 13.00 – 14.00

Kontaktperson: Elin Langemar 08-545 622 69 eller elin.langemar@rtps.se

Välkommen!

Arrangör: RTP-S

ABBA The Museum

Välkomna att följa med tillbaka i tiden för att uppleva ABBA tillsammans med oss på RTP-S!

ABBA The Museum är mer än bara ett vanligt museum!

Här är även du en viktig del av upplevelsen som den femte medlemmen av gruppen. Du får testa att ta på dig deras legendariska scenkostymer, sjunga i Polarstudion och att vara en del av häftiga hologram genom att kliva upp på scenen tillsammans med bandet.

Kostnad: 250 kr. **Betalas på plats med kort (kontanter accepteras ej).**

Tid: Torsdagen den 31 maj kl. 11.00

Mötesplats: ABBA The Museums huvudentré.

Adress: Djurgårdsvägen.

Anmälan: senast 30 maj till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

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

Arrangör: RTP-S

Aktiviteter

AKTIVITETER I SAMVERKAN MELLAN HJÄRNKRAFT OCH RTP-S

Träff för dig mellan 34-49 år med förvärvad hjärnskada

Möt personer i samma situation och ålder som du själv. Träffarna leds av Michael Lundqvist från Hjärnkraft, Stockholms läns distrikt.

När: 29 maj kl. 17.00 – 19.00

Var: Hjärnkrafts lokaler på Nybohovsgränd 16, Liljeholmen.

Anmälan: senast en vecka innan träffen till 08-447 45 31 eller kansli@sthlm.hjarnkraft.se. Meddela vid anmälan om du kommer själv eller har med dig ledsagare eller assistent eller om det är något annat viktigt vi bör veta.

Kostnad: 20 kr för fika.

Mer info på: www.sthlm.hjarnkraft.se

Öppet hus hos Hjärnkraft!

Nu öppnar vi dörrarna till föreningens lokaler! Kom och umgås med andra i en liknande situation som du själv.

När: 4 juni kl. 17.00 – 20.00

Var: Nybohovsgränd 16, Liljeholmen.

Ingen anmälan krävs, kom bara förbi!

Konstvandring för att se Moderna monument i City

Välkomna på en sommarvandring utomhus tillsammans med guiden Eva Palmqvist för att få höra och se vilken historisk handling eller berättelse som döljer sig bakom olika konstverk i vår stad.

Under 1990-talet fanns en ambition att förnya den offentliga konsten i Stockholms City.

Detta skedde i samband med ombyggnadsprocesser, historiska händelser och jubileer. Men vem eller vilken historisk handling eller berättelse representerar dessa konstverk i vårt offentliga stadsrum?

Vill du veta? Då är du välkommen!

Datum: Måndag den 11 juni kl. 10.00 – 11.30

Mötesplats: Berzelii park vid Statyn av Berzelius. Parken ligger mellan Nybroplan, Hamngatan och Norrmalmstorg.

Intresseanmälan skall göras senast den 8 juni till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan-Bergqvist 08-545 622 64.

OBS! Anmälan är bindande.

Arrangör: RTP-S



Foto: Waxholms hotell

Sommarlunch på Lilla Strand i Vaxholm

Onsdagen den 13 juni kl. 11.30 träffas vi för en sommarlunch på Waxholms Hotells uteveranda Lilla Strand, ett stenkast från skärgårdsbåtarnas ankring. Ni tar er själva till och från Vaxholm. Bra tillgänglighet med ingång direkt från gatan. Bordsservering. Max 15 deltagare, först till kvarn! Plats finns för ett visst antal elmpoppar och rullstolar. Handikapptoiletter inne i restaurangen.

OBS! Inga hjälpare finns på plats.

Vid extremt dåligt väder ställer vi in lunchen.

Dagens rätt kostar 115 kr.

Finns även en à la carte meny

Adress: Hamngatan 2, Vaxholm

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

Arrangör: Aktivitetskommittén

Båttur till Sandhamn

Torsdagen den 9 augusti gör vi en båttur ut till Sandhamn i Stockholms mellanskärgård. Vi tar oss själva till Stavnäs brygga. Här väntar en Waxholmsbåt för en fin sjöresa på ca 1 timme ut till Sandhamn och lunch på Seglarhotellet.

Waxholmsbolaget 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.

Har du färdtjänstkort gäller detta som färdbevis i Waxholmsbolagets 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



Aktiviteter

RTP-S INFO

Rapporten "Försäkringsbolagens personskadereglering"

Välkommen till medlemsmöte med representanter från Västerås lokalförening.

Rapporten "Försäkringsbolagens skadereglering" som är en sammanställning av ett stort antal enkäter med nackskadade inom Personskadeförbundet RTP kommer att presenteras. Rapporten har presenterats för Finansinspektionen och också SVT som ett av underlagen till ett uppmärksammat reportage i konsumentmagasinet Plus.

Tid: Torsdagen den 7 juni kl. 17.00 – 20.00

Plats: RTP-S kansli på Kavallerivägen 24, Sundbyberg.

Anmälan: Senast den 5 juni, tel 08-545 622 60.

Arrangör: RTP-S



2018

HJULTORGET

h j ä l p m e d e l s m ä s s a

Kistamässan Stockholm 23-24 maj



hjultorget.nu

Välkomna till Öppet hus!

Torsdagen den 14 juni

kl. 17.00 – 20.00

Att leva med daglig smärta och hitta en väg framåt med hjälp av egen rehabilitering

En dag fylld av information om smärta och rehabilitering, en livslång rehabilitering. Vilka aktiviteter har RTP-S att erbjuda efter avslutad medicinsk rehabilitering? Hur får du inspiration till egen rehabilitering och varför är det viktigt? Hur lever man med daglig smärta och hittar en väg framåt för att öka aktivitetsförmågan och därmed funktionsförmågan i den sociala tillvaron för att få en bättre livskvalité?

Vi har bjudit in överläkaren Ola Svensson från enheten för smärtherehabilitering på Danderyds sjukhus för att gästa oss och svara på dessa frågor.

RTP-S kommer även att informera om friskvårdsaktiviteter som kan erbjudas i form av egen rehabilitering, som bad, gymnastik och träning, yoga m.m. Behöver man prata av sig om sin smärta har vi även en dialoggrupp, "kronisk smärta", som vi kommer att berätta om.

Vi gästas även av Johanna Olin från Olivia Rehabilitering som kommer att föreläsa om yoga och mindfulness.

Varmt välkomna till RTP-S kansli!

Intresseanmälan senast måndagen den 11 juni till

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

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

Arrangör: RTP-S

Händer i Norrtälje

Badavslutning Badterminen avslutas med vår obligatoriska vårfest nära naturen för alla badare. Troligen vecka 24. Mer information ges i badet.

Ålandsresa Tisdagen den 11 september sker den årliga Ålandsresan. Vi reser med Vikingline från Kapellskär.

Intresseanmälan norrtalje@rtp.se eller Marie Kärln 070-316 10 07. Självkostnadspris.

Föreläsning Under hösten planeras en föreläsning om smärta/läkemedel. Information kommer fortlopande på hemsidan. Är du intresserad att delta så kontakta gärna norrtalje@rtp.se eller ring Marie Kärln 070-316 10 07.

Se även www.rtps.se

Arrangör: Norrtälje lokalförening

Händer i NV Storstockholm

Strömmingsfiske med Jonas Nilsson

Välkommen till en härlig dag på havet för att pröva lyckan som strömmingsfiskare tillsammans med Jonas Nilsson på hans båt som är anpassad för oss med funktionsnedsättning (Jonas är själv rullstolsburen).

Tid och plats: Fredagen den 1 juni 2018. Vi samlas vid Oscars brygga senast kl. 09.30 och vi fiskar mellan ca kl. 10.00 till 16.00.

Transport: Du ordnar själv din transport till/från Oscars brygga. Vi skickar ut färdbeskrivningen i separat brev till dem som anmäler sig.

Övrigt: Ta med varma kläder och regnkläder om det ser ut att bli sämre väder. Jonas har all utrustning, för både säkerhet och fiske. Det finns ingen matservice så den som önskar äta får **ta med egna mackor och kaffe i termos.**

Anmälan: Senast den 15 maj till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se **OBS!** Anmälan är bindande och antalet platser är begränsat till 6 fiskare, så "först till kvarn..."

Deltagaravgift: för medlemmar i RTP 300 kr/deltagare och icke medlemmar 375 kr/deltagare. **Avgiften betalas till bg 5144-1707 senast 2018-05-15**, skriv "Fisketur2" på inbetalningen.

Varmt välkomna till en härlig dag på havet (och förhoppningsvis, som vid vår fiskeres 2017, en massa fisk)!



Foto SFFF



Välkommen till en härlig dag på havet och en rundtur på Åland

Lördagen den 16 juni gör vi i RTP Nordväst återigen en **endagstur till Åland**. Vi reser med egen buss som har plats för 19 passagerare. Vi startar i Upplands Väsby (se detaljer nedan) och tar båten ifrån Grisslehamn till Eckerö. Väl framme tar vi en rundtur på Åland och besöker ett antal intressanta platser. Någonstans under vägen tar vi en paus för gemensam lunch. På återvägen

tar vi en gemensam middag (ingår i priset) i båtens à la carte-restaurant.

OBS! Då vi har egen buss går vi på och av båten ombord. Tyvärr har den buss vi använder på resan ingen lyft/plats för rullstol.

Tid och plats för upphämtning av passagerare:

kl. 07.40 vid Ellenius Bussgarage Voltgatan längst upp mot skogen.

kl. 08.00 vid Pingstkyrkan i Upplands Väsby, adress Kapellvägen 1 (invid Circle K-macken). Bussen står på parkeringen bakom kyrkan där det också finns möjlighet att parkera för de som eventuellt kommer med egen bil.

Övriga hålltider

Kl. 10.00 avgår båten Grisslehamn till Eckerö

kl. 17.30 (lokal tid) startar återresan från Eckerö till Grisslehamn.

Cirka kl. 21.30 beräknar vi vara tillbaka vid Pingstkyrkan i Upplands Väsby.

Anmälan: Senast den 30 maj till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se **OBS!** Anmälan är bindande och antalet platser är begränsat till 19 personer, så "först till kvarn..."

Deltagaravgift: för medlemmar i RTP 375 kr/deltagare och icke medlemmar 450 kr/deltagare.

Avgiften betalas till bg 5144-1707 senast 2018-05-30, skriv "Ålandsresa" på inbetalningen. I avgiften ingår buss/båt-resa samt en middag (3-rätters) i båtens à la carte-restaurant. **OBS!** en öl eller vatten ingår i priset.

Eventuell ytterligare eller annan dricka till maten betalar var och en själv samt fika på båten till Åland och den lunch som intas på Åland bekostar var och en själv.

Varmt välkomna till en härlig dag på Åland!

Se även www.rtps.se

Arrangör: NV Storstockholms lokalförening

Händer i StorStockholm

Följ med oss på en tur till Långholmen!

Långholmen bjuder på ett kulturarv som är värt att se! Vi kommer ta oss en tur omkring i det vackra landskapet för att därefter fika med en vacker vy över staden. Det kommer att bli både spännande och lärorikt eftersom vi får sällskap av Anders Andrea som är vår guide. Anders är van att ta sig fram igenom skog och mark med sin rullstol. Du kan välja att ta med dig din elmoped, rullstol, rullator eller att promenera. Guidning med smörgås och kaffe/te – 150 kr för privatpersoner.

Tid: Onsdagen den 23 maj kl. 12.00 och vi är sedan ute i ca 3 timmar.

Om du tycker detta låter som en rolig idé så hör av dig till Yvonne!

Årsta slott

Varje dag serverar Årsta slott välldagad mat i stor variation med husmanskost som tema. Hembakat bröd och ett stort urval av sallad finns att tillgå samt måltidsdryck och kaffe & kaka.

Tid: maj/juni 2018.

Kostnad: Endast 99 kr (måndag-fredag).

Kafé Radiokakan och Mopedum

I Nynäshamn finns ett fik i gamla badhusets lokaler. Här är nostalgin hög med inredning från 50-, 60- och 70-talet. Här hittar du en miljö som väcker många minnen. Här kan man fika, äta en lunch och givetvis prova radiokakan. Intill kaféet i samma byggnad hittar man Mopedum som är museet som visar mopedens historia och mycket annat från tidsperioden mellan 1952 och 1979. Vad sägs om att besöka Kafé Radiokakan och Mopedum och återupptäcka dina minnen i en nostalgisk miljö? Mer info om Kafé Radiokakan och Mopedum hittar du på www.kaferadiokakan.se och www.mopedum.se

Plats: Gamla Nynäshamns badhus, Vikingavägen 39, Nynäshamn.

Tid: Hör av dig vid intresse så kommer vi överens om dag och tid.

Kostnad: Entreavgift till museet: 60 kr, pensionär 50 kr och ungdom 20 kr. Ni kan självklart besöka enbart Kafé Radiokakan utan att betala museiavgift.

Tillgänglighet: Hiss finns för smidig tillgänglighet för rullstolar, barnvagnar m fl.

Bergianska trädgården

Ett besök på Bergianska trädgården, en botanisk trädgård i naturskönt läge vid Brunnsviken har mycket att erbjuda, såväl inne i växthusen och utomhus – året runt.

I Bergianska finns träd och buskar från olika delar av världen, köksväxtland, japansk damm, frukt- och bärträdgård. Det finns även växtgeografiska områden och stora växtsystematiska kvarter som visar hur olika växter är släkt med varandra. I Edvard Andersons växthus strövar du från medelhavsområdets doftande ginst och lavendel genom Sydafrikas och sydvästra Australiens blommande buskmarker till kalifornisk öken och fuktig regnskog.

I det kupolformade Victoriahuset från 1900 upplevs jättenäckrosen Victoria och många andra tropiska växter.

Tid: Tisdagen den 12 juni kl. 11.00

Färdtjänst, taxi och buss är **Gustafsborgsvägen 4**, 60 meter från ingången till Edvard Andersons växthus. Vänligen följ skyltningen för buss och taxi.

Sista anmälningdag: 11 juni.

Lunch i Nynäshamn

Kanske en räkmacka/lunch eller fika med glass i hamnen som ligger nära taget.

Fiskebodarna och rökeriet är en härlig sommarupplevelse där vi också kan njuta av havet, fåglarna och alla båtar.

Tid: Onsdagen den 27 juni kl. 11.00

Kostnad: Självkostnadspris

Stavgång i Haninge

I Haninge nära pendeltågstationen finns en slinga som kallas Hälsans stig. Här kan vi ta en promenad med stavar, elmoppar eller rullstol. Vi anpassar vår tur så det passar oss alla. En utflyktskorg med fika för en billig peng kommer att finnas.

Tid: maj/juni 2018.

Kostnad: Fika till självkostnadspris.

Anmälan till aktiviteter: Se nästa sida!

Se även www.rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening

Händer i StorStockholm

Taxinge Slottscafé

Häng med på Slottscafé och upplev norra Europas största kakkbord med ca 65 sorters hembakat bröd. Allt från smörgåsar till delikata tårter. Kakkbordet ändras efter säsong och över tid. Men innehåller aldrig färre än 65 olika sorter.

Du avnjuter ditt kaffe i biblioteket eller, om vädret tillåter, i slottsparken som ligger på en udde i Mälaren. Njut av det populära kak- och tårterbordet. Till skillnad mot andra bufféer så betalar du endast för det kaffebröd du lägger på tallriken. Så du väljer efter mage och humör!

En tur för att kolla i bodarna eller ta en promenad och njuta av naturen innan vi far hem.

Tid: Torsdagen den 20 september kl. 11.00 och tills du vill åka hem.

Kostnad: Kaffe/the, tårta och liten kaka 110 kr.

Senaste anmälningdag: 13 september.

Adress: Taxinge slott, Näsby 52, Nykvarn

BIN – till nytta, smak och nöje!

Honung har använts i tusentals år som livsmedel och läkemedel. 1/3 av vår mat är beroende av pollinering. Utan den pollinering som främst bin står för skulle det bli svält i världen. I oktober kommer Marita Delvert – biodlare och f.d. ordförande i Biodlarnas Riksförbund – och berättar om den nytta och glädje biodlingen ger. Marita har också givit ut ett par böcker om honung i matlagning och bjuder på några smakprover. Håll utkik efter mera info i Aktuellt nr 3.



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

Kontaktperson för intresseanmälan: Yvonne Andersson 08-545 622 68 eller yvonne.andersson@rtps.se
Yvonne arbetar mån, tis, tors. 09.00 – 15.00.

Kurser hösten 2018

Måla akvarell

Välkommen på akvarellkurs med Christina Olivecrona!

Torsdagar kl. 10.00 – 13.00

Kursstart: 13 september.

Plats: RTP-S kansli, Kavallerivägen 24, Sundbyberg.

Egenavgift: 828 kronor (minst 5 deltagare).

Är du intresserad av ett s.k. "startkitt" (färglåda, ett antal penslar, papper, svamp och palett) tillkommer en kostnad på 500 kronor. Säg till om "startkitt" när du gör din anmälan.

Arrangör: StorStockholms lokalförening



Allmänna upplysningar om våra cirklar

- Minsta antalet deltagare är 5, vid färre deltagare ställs cirkeln in.
- Anmälan är bindande men du har en lagstadgad ångerrätt på 14 dagar från anmälningdatum.
- Deltagaravgiften baseras på antalet deltagare: färre deltagare ger högre kursavgifter, fler deltagare ger lägre. Den angivna avgiften baseras på 5 deltagare.
- Den låga angivna avgiften beror på att vi i StorStockholm subventionerar cirkarna.
För nya deltagare reduceras priset med 50%, för gamla med 25%.

Foto

Är du intresserad av foto?

Då är du välkommen på fotokurs med Staffan Kvist!

Kursen riktar sig till dig som vill utveckla dina kunskaper i fotografiskt seende tillsammans med andra. Under kursens gång kommer du att lära dig att fotografera olika skeenden, objekt och platser. Mycket fotograferande kommer ske ute i naturen och varje kurstillfälle avslutar vi med en fikastund. Är du intresserad eller har frågor så hör av dig!

Onsdagar alt. torsdagar kl. 9.30 – 12.00
(24 lektionstimmar).

Kursstart: September.

Plats: Vernissagesalen i Allaktivitetshuset, Sturegatan 10, Sundbyberg.

Egenavgift: 650 kronor för nyanmälda (minst 5 och högst 6 deltagare).

RTP-StS är tillsammans med ABF Norra Storstockholm medarrangör av Fotokursen.



OBS! Anmälan till samtliga kurser:

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

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

Resa med RTP-S

Tredagarsresa Siljan Runt 27 – 29 augusti 2018

DAG 1, 27 AUGUSTI

Resan startar från Kavallerivägen i Sundbyberg 08.30 på morgonen, bussen framkörd 08.00. Vi åker genom Uppsala och tar väg 272 kallad Tidernas Väg till Gysinge där vi dricker förmiddagskaffe. Vi fortsätter den vackra vägen förbi Österfärnebo och Årsunda, på broar över Storsjön till Sandviken, vägen mot Falun och vidare till Hantverksbyn i Rättvik där vi äter lunch. Här finns också möjlighet att titta in i hantverksbutiken. Nusen är starkt förknippat med Nils Olsson och dalahästar. Den äkta dalahästen tillverkas på ett enda ställe i hela världen och det är här i Nusen. Vi ser tillverkningen av den svenska symbolen som fortfarande är ett gediget hantverk och den som vill kan köpa en dalahäst med sig hem. Hotell Dalecarlia i Tällberg blir vår bostad i två nätter där vi bor i superiorrum och äter middag i matsalen kl. 19.00. Hotellet är mycket vackert beläget med utsikt över Siljan, så kanske någon tar en promenad efter middagen. Vi har också fri entré till spa- och relaxavdelningen.



DAG 2, 28 AUGUSTI

Dagen inleds med en stor frukostbuffé på hotellet. Vi möter vår lokalguide Agnetha Björkman för en rundtur här i Dalarna. Vi tar övre vägen förbi Orsa och besöker Fryksås fåbod, där vi tar en liten promenad och får med hjälp av Agnetha en inblick i fåbodlivet samtidigt som vi beundrar den strålande utsikten. "Bussfika" blir det på lämplig plats. Våmhus är känt för sina hår- och korgarbeten och på Våmhus Gammelgård får vi ett smakprov på hur detta speciella hantverk går till. På vägen tillbaka till Mora passerar vi många pittoreska och typiska dala-byar. Vasastugan i Mora står sedan för dagens lunch. Efter lunch besöker vi Zornmuseet och beundrar en av Sveriges största konstnärers kända verk. Förutom den permanenta Zornutställningen har man oftast också en intressant specialutställning. Färden går vidare mot Sollerön där vi från bussen ser hembygdsgården, vikingagravar och vidare till Gesunda by och Måstätt där första spelmansstämman ägde rum 1906. Efter rundturen på Sollerön vänder vi tillbaka till hotellet där middagen serveras på kvällen.

DAG 3, 29 AUGUSTI

Idag tar vi sovmorgon, innan en lång och härlig frukostbuffé väntar. På Dalecarlias frukostbuffé finns allt som man kan begära av en hotellfrukost. Innan vi lämnar hotellet finns det gott om tid att bekanta sig med omgivningarna. Kanske ett besök på Klockargårdens hemslojd passar någon. På sena förmiddagen åker vi från hotellet hem mot Stockholm. Vi tar vägen över Falun, där vi gör en rundtur bland annat till stora Stöten. Därefter åker vi vidare mot Gävle och om önskemål finns så tar vi en kort rast på Gävlebro.

Till Sundbyberg beräknas vi anlända vid 16.00-tiden efter tre dagar i Dalarna.

Resan är subventionerad för RTP-S medlemmar.

Pris för resan: 2.975 kr för medlemmar och 3.975 kr för icke medlemmar vid min. 30 personer.

Tillägg för enkelrum: 700 kr.

Inkl. del i dubbelrum med frukost och middag.

5 anpassade rum.

Dag 1 och 2 förmiddagskaffe och lunch.

Visningar, entréer och guider enl. program.

Intresseanmälan: senast 15 juni till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan-Bergqvist 08-545 622 64.

OBS ! Anmälan är bindande



Arrangör: RTP-S och Sundbergs Buss AB

Våffelafton

På årets våffelafton den 15 mars samlades ett stort gäng på 14 våffelsugna medlemmar.



Det luktade härligt gott av nygräddade våfflor i hela lokalen denna sena eftermiddag. Våffelfesten startade direkt och alla var våffelsugna! Grädden och sylten började direkt att vandra för fullt efter smak mellan borden vartefter någon beslutade att ta en till våffla. Man åt, skrattade och njöt av varandras sällskap. Det var en mycket lyckad våffelafton, tyckte alla! Hurra för våfflor, säger vi här på RTP-S kansli!

CHRISTER OLSEN OCH
PETRA KASCELAN-BERGQVIST

Fotografiska – ett ovanligt museum

Det var ett mycket sevärt och trevligt besök på Fotografiska museet den 11 april. En glad liten skara av våra medlemmar fick se fantastiska fotoutställningar med olika teman, som bjöd på många sevärdheter och tankeställare. Några av utställarna var Zanele Muholi, Ellen Von Unwerth, Christian Tagliavini, Ann Claren, Hans Strand m.fl. Som grädde på moset fick vi också fika och beundra den vackra utsikten som sträckte sig över vattnet mot Djurgården denna soliga eftermiddag. Utan tvekan är nog Fotografiska verkligen allt annat än ett vanligt museum, som verkligen omfamnar en med olika estetiska upplevelser!

PETRA KASCELAN-BERGQVIST



Vi tog en runda på Medelhavsmuseet

Det var en riktigt vacker dag den 22 mars när ett gäng RTP-S medlemmar besökte Medelhavsmuseet. Vårsolens strålar hade precis börjat att titta fram. Det var ett mycket glatt och trevligt sällskap som tillsammans denna dag gick omkring och tittade på alla intressanta fynd från forna Egypten, Cypern, Grekland, Romariket och Mellanöstern. Tiden bara flög i väg långt från nutiden in i dåtidens historiska djup och helt plötsligt hade vi tillbringat tre timmar tillsammans med att bara vara och titta på allt intressant vi kunde hitta. Vi glömde förstås inte att ta en tur



På Medelhavsmuseet.

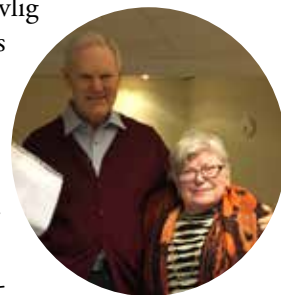
upp till fiket, "Bagdad Cafe", som ligger på övervåningen i museet. Det blev våfflor med grädde för vissa och god mat för andra. Besöket avslutades med en liten titt in i butiken, som har många fina saker och ligger precis vid ingången.

PETRA KASCELAN-BERGQVIST

Årsmöte och Utdelning av RTP StorStockholms Hederspris för 2017

Den 6 februari gick StorStockholms årsmöte av stapeln på Kansliet, Kavallerivägen 24. Efter gemensam förtäring och trevlig samvaro vidtog årsmötesförhandlingarna, som leddes av Marie Kärin, ordförande i RTP Norrtälje.

Kvällen avslutades med att RTP StorStockholms **Hederspris** delades ut till **Ingvar Möller**. Han avtackades för att under många år som hjälpare möjliggjort för våra medlemmar att delta i våra resor och andra aktiviteter. Han är en fin representant för våra hjälpare som är ryggraden i vår utåtriktade verksamhet.



Ingvar Möller och Lotta Änggård.

Årsmöte i Norrtälje

Den 22 februari höll Norrtälje lokal-förening i RTP sitt årsmöte i samlingssalen på ROS. Vi ville så gärna ha någon från Stiftelsen för Trafik- och Polioskadade att sitta som ordförande, eftersom vi har fått så mycket stöd och hjälp från dem.

Ylva Lissegårdh hörsammade inbjudan och skötte årsmötesförhandlingarna med den äran. Därefter berättade hon om vår egen stiftelse och andra stiftelser i största allmänhet samt hur viktigt det är att hålla sig till stadgarna.

NANN PALMGREN

Årsmöte Distriktet

Onsdagen den 21 mars hade RTP-S sitt årsmöte. Många deltog och det bjöds på smörgåstårter. Efter problem med hissen i möteslokalen fick kansliets lokaler bli provisorisk plats för mötet. Många intressanta diskussioner följdes av en presentation som gavs av Västerås lokalförening. Eftersom intresset var stort men tiden knapp bestämdes det att en längre föreläsning istället skulle hållas i juni. Resultatet berör Västerås lokalförenings utredning kring försäkringsbolagen och nackskadades rätt till ersättning.

ELIN LANGEMAR

Informationsmöte med Postpoliomottagningen

Med anledning av artikeln "Vanliga frågor, Postpoliomottagningen ger oss svaren" i RTP-S Aktuellt nr 4-2017, väcktes en hel del frågor och funderingar hos våra medlemmar med polioskador. Därför hade RTP-S bjudit in representanter från Postpoliomottagningen tillsammans med ett 20-tal medlemmar till ett informationsmöte onsdagen den 28 mars 2018.

Postpoliomottagningen representerades av läkaren Eva Melin, enhetschefen Susanne Hagman och arbetsterapeuten och samordnaren av postpolioteamet Anna Uher.

Många av våra medlemmar upplever att det numera är nästan omöjligt att få en tid till Postpoliomottagningen på Danderyds sjukhus, istället blir de hänvisade till sina vårdcentraler. Detta har skapat stor oro hos många. Att tidigare ha kunnat vända sig till Postpoliomottagningen och fått hjälp, råd och stöd med det mesta rörande sin polioskada har för många känts som en stor trygghet.

För att nu få en läkartid till Postpoliomottagningen, ska man ha haft polio eller andra sällsynta neuromuskulära sjukdomar, aldrig tidigare varit i kontakt med mottagningen eller blivit så mycket sämre i sin postpolio. På frågan varför läkare på Postpoliomottagningen ej längre skriver intyg för färdtjänst, parkeringstillstånd etc. blev svaret att enklare intyg ska skrivas av läkare inom primärvården, gäller även förnyelse av intyg. Är man inte i en rehabiliteringsfas får man söka sig till primärvården för att få hjälp med olika intyg. Mer komplexa intyg där prognos krävs hanteras av Postpoliomottagningen enligt Eva Melin. Många upplever ett stort problem att gå till husläkaren med frågor gällande postpolio och att det är svårt att även ställa krav på sin läkare.

På frågan om vårdcentraler har till-



Foto: Joanna Bachorz

räcklig kunskap om polio/postpolio svarade Eva Melin att man har en intern kompetensutveckling för att säkerställa kompetensen inom enheten. Får man inte ett bra bemötande från sin läkare på vårdcentralen bör man vända sig till en annan läkare.

Någon undrade om inte Postpoliomottagningen kan hjälpa till att öka kunskapen om polio/postpolio hos personal på vårdcentralerna och fick svaret att även om Danderyd skulle kunna göra detta, är det svårt att vidmakthålla kunskapen som behöver finnas på vårdcentralerna.

Enligt Eva Melin kommer husläkaren så småningom att på en specifik sida få information om polio (sidan är tyvärr ej uppdaterad ännu) och där kunna få tillräckligt stöd att skriva intyg etc. Husläkaren har även möjlighet att från landstingets gemensamma system ta ut information samt vid behov ringa Postpoliomottagningen, förutsatt att patienten medger att så kan ske.

Under föregående år gick två läkare på Postpoliomottagningen i pension och på frågan om det kommer att anställas nya läkare, blev svaret från enhetschef Susanne Hagman att det så småningom kommer att anställas

fler läkare och att detta just nu är i en process.

På frågan om bristen på läkare är anledning till att man inte längre skriver enklare intyg och om detta återupptas då nya läkare anställs, blev svaret att uppdraget är detsamma, dvs. konceptet med ansvaret på primärvården kommer att bestå och det blir ingen ändring av detta även om fler läkare anställs till mottagningen.

En annan fråga gällde hur nyanställda läkare och övrig personal får kunskapen om polio/postpolio då de anställs på Postpoliomottagningen. Svaret blev att ny personal får en internutbildning. Eva Melin berättade att hon själv har flerårig erfarenhet av polio/postpolio, även disputerat i ämnet och att hon och professor Kristian Borg är några av de experter på polio/postpolio som finns i Sverige.

På frågan om hur poliovården fungerar i övriga landet informerades vi om att förutom Stockholm finns det en enhet i Göteborg. I Örebro finns en mottagning där man kan få polioistöd och att den i Uppsala och Linköping ingår i den öppna neurologiska vården.

ANTECKNAT AV ROLF WIDÉN OCH
BENGT- ERIK JOHANSSON

Liljevalchs Vårsalong 2018

I år var vi en grupp på 28 deltagare som besökte Liljevalchs vårsalong den 7 mars och med tanke på det vintriga vädret som rådde vid tillfället hade Vintersalong passat bättre. I nyrenoverade lokaler och tillbaka till Djurgårdsvägen 60 fick vi som vanligt se en utställning med konst i alla dess former, keramik, textil, papper, måleri och skulpturer av olika material. Till årets vårsalong sökte 2 423 personer, av dessa antogs 137 konstnärer med 284 verk.

Av de 137 var 79 kvinnor och 58 män, den yngsta var 19 år den äldsta 93 år. Årets jury var konstnärerna Sara-Vide Ericson och Dan Wolgers, författaren Lena Andersson samt Liljevalchschefen Mårten Castenfors. Till Vårsalongen hör numera ett par riktigt stora verk, så ock i år.

Modeskaparen Bea Szenfeld hade gjort en stor installation i klippt papper av spädbarn, "station 5", ett sorgens monument över dem som aldrig fick leva längre.



Station 5 av Bea Szenfeld.

Konstnären och yogautövaren Stefan Bennedahls massiva verk "Andas in – andas ut, ett år med yoga" upptog huvuddelen av en annan sal. Hans verk bestod av inte mindre än 365 figurer i keramik på träplattor som utförde olika yogaposer. I en annan sal såg vi Monika Erikssons verk "Akademiledamot" föreställande Sara Danius huvud i tovad ull och Simon Fergins virkade "Kanin med morot" där hundratalet t-shirtar i olika färger



Monika Erikssons verk "Akademiledamot" föreställande Sara Danius huvud i tovad ull.

blivit konst. Den yngsta konstnären i årets vårsalong var 19-åriga Marielle Göthberg som bidrog med tre stora kol- och blyertsteckningar "Landskap" föreställande ögon och huden runt dem.

Den äldste konstnären i årets vårsalong var 93-åriga Siv Appelqvist som bidrog med "Samlaren nr 3" i tusch och akryl. Det är sjätte gången som Siv Appelqvist blir antagen till Liljevalchs vårsalong, i hård konkurrens. Ändå hade hon hunnit fylla 80 år innan hon började måla. Ovan nämnda konstverk är ju en bråkdel av allt vi fick se och uppleva av årets vårsalong. Nästa år gör vi för hoppningsvis ett nytt besök på Liljevalchs konsthall och då hoppas vi att de har ordnat en bättre entré med fungerande hiss och att vi slipper de tillfälliga träramperna i kringelkrok. Den nya tillbyggda delen med 2 400 kvadratmeter yta som får ny entré från Falkenbergsgatan blir enligt nuvarande planer klar först till våren 2020.

TEXT: ROLF WIDÉN

BILD: LEIF LINDSTRÖM

Resa i tid och teknik

Detta skulle bli en resa för alla som har barnasinnen kvar. Och vi är ju några som har det. Första stopp skulle bli World of Classics, som någon av oss hört talas om. Vi körde efter GPS:en för att hitta dit, ändå blev vi osäkra när vi svängde ner genom den djupa granskogen, men se, det var rätt.

Vi fick ett mycket trevligt mottagande, och blev bjudna på kaffe, färskbullar hade vi med oss själva. Det smakade bra med förmiddagskaffe då. Vi blev glatt överraskade över hur välordnad och tillgänglig hela byggnaden var. Hela huset var fyllt av ca 100-talet amerikanska bilar från 50- och 60-talet. Jag kan väl förstå att detta kan bli ett stort intresse. Detta är inte bilar bara för att förflytta sig med, många

Så det blev en mycket trevlig utflykt i vårvintern när det är lite knepigt att hitta aktiviteter.

är rena konstverk. Alla var i fantastiskt skick, vi stod och tittade på en som hade motorhuven öppen och den såg helt ny ut, det visade sig att den hade gått 130 mil, och det är ju i princip nytt. Det fanns också lite andra tids- typiska saker att titta på.

Vi fortsatte mot Södertälje och Tom Tits. Flera hade varit där tidigare och tyckt att det var roligt, tyvärr levde det inte längre upp till förväntningarna. Synd, då teknik kan vara så kul.

När vi var på Tom Tits passade vi på att äta en sen lunch. I och för sig är hunger bästa kryddan, men denna måltid överträffade alla våra förväntningar. Stort salladsbord, flera varmrätter att välja på samt ett efterrättsbord som hette duga, dessutom kaffe efter. Allt vällagat och mycket gott. Så det blev en mycket trevlig utflykt i vårvintern när det är lite knepigt att hitta aktiviteter.

NANN PALMGREN



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 lärbet-
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
handledsortos.

OBS! Ny adress fr.o.m. 1 januari 2017: Sundbybergsvägen 1, 171 73 SOLNA

www.lindsortopediska.se

Personskadeförbundet RTP-S i Stockholms län.

Styrelser i lokalföreningarna, förtroendevalda i distriktet samt kanslipersonal.

StorStockholms lokalförening (StS)

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

Norrtälje lokalförening (Nt)

Marie Kårlin, ordf.
Nann Palmgren
Anita Knutsson
Siv Palm
Berit Grahm
Raija Korhonen
Solveig Boije
Barbro Wadling

Nordvästra Storstockholms lokalförening (Nv)

Bengt-Erik Johansson, ordf.
Lage Eckeskog
Leif Ekström
Hernan Ravanal
Inger Hovind
Tommy Svensson
Mia Svensson
Bengt Säfström
Inger Nilsson

Södertälje lokalförening (Sö)

Eva Molnár, ordf.
Liiza Pettersson
Monira Benjaro
Annikki Kruuna

Vid årsmötet den 21 mars 2018 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
Marie Kårlin, Nt
Leif Ekström, Nv
Eva Molnár, Sö

Ersättare

Nils Junehill, StS
Rolf Widén, StS

REVISORER

Kurt Kalmelid, aukt. revisor
Solveig Boije, lekmanarevisor

VALBEREDNING

Maude Stenberg, Nv
Liiza Pettersson, Sö
Mohamed Latrach, StS

DISTRIKTETS KANSLI

KANSLIET

Joanna Bachorz, kanslichef
Yvonne Andersson
Petra Kascelan-Bergqvist
Elin Langemar
Christer Olsén
Eva Ruiz

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

 Praktikertjänst
REHAB STATION

Kalendarium

Anmäl ditt deltagande via telefon 08-545 622 60 eller 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 13-20.

MAJ

Måndag	14	Anm. Studiebesök på Linds Ortopediska
Tisdag	15	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	15	Dialog Nackskadade
Tisdag	15	Anmälan Strömmingsfiske
Tisdag	15	Anmälan Segling – Skota hem
Torsdag	17	Studiebesök på Linds Ortopediska
Måndag	21	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	23	Dialog Polioskadade
Onsdag	23	Tur på Långholmen
Måndag	28	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	29	Träff för dig med förvärvad hjärnskada
Onsdag	30	Anmälan ABBA-museet
Onsdag	30	Anmälan Endagstur till Åland med Nordväst
Torsdag	31	ABBA-museet
Torsdag	31	Anm. Sommarlunch i Vaxholm

JUNI

Fredag	1	Strömmingsfiske
Fredag	1	Segling – Skota hem
Måndag	4	Dialog Hjärnskadade
Måndag	4	Öppet hus hos Hjärnkraft
Tisdag	5	Anm. Försäkr.bolagens personskaderegler
Torsdag	7	Försäkringsbolagens personskadereglering
Fredag	8	Anm. Konstvandring Moderna monument
Måndag	11	Anm. Besök på Bergianska trädgården
Måndag	11	Dialog Hjärnskadade
Måndag	11	Konstvandring Moderna monument i City
Tisdag	12	Anm. Öppet hus. Att leva med daglig smärta
Tisdag	12	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	12	Dialog Nackskadade
Tisdag	12	Besök på Bergianska trädgården
Onsdag	13	Dialog Polioskadade
Onsdag	13	Sommarlunch i Vaxholm
Torsdag	14	Öppet hus. Att leva med daglig smärta
Fredag	15	Anmälan Siljan Runt
Lördag	16	Endagstur till Åland med Nordväst
Tisdag	19	Yoga: Vårterminen avslutas
Onsdag	27	Lunch i Nynäshamn

AUGUSTI

Torsdag	9	Båttur till Sandhamn
Måndag	13	Träning på Rehab Station Stockholm startar
Onsdag	15	Träning på Rehab Station Stockholm startar
Måndag	27	Dialog Hjärnskadade
Måndag	27	Tredagarsresa Siljan Runt

SEPTEMBER

Måndag	3	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	4	Yoga: Höstterminen startar
Måndag	10	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	11	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	11	Dialog Nackskadade
Tisdag	11	Ålandsresa Norrtälje lokalförening

Torsdag	13	Kursstart Måla akvarell
Torsdag	13	Anmälan Taxinge Slottscafé
Måndag	17	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	19	Dialog Polioskadade
Torsdag	20	Kursstart Foto
Torsdag	20	Taxinge Slottscafé
Måndag	24	Dialog Hjärnskadade

OKTOBER

Måndag	1	Dialog Hjärnskadade
Måndag	8	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	9	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	9	Dialog Nackskadade
Måndag	15	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	17	Dialog Polioskadade
Måndag	22	Dialog Hjärnskadade
Måndag	29	Dialog Hjärnskadade

NOVEMBER

Måndag	5	Dialog Hjärnskadade
Måndag	12	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	13	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	13	Dialog Nackskadade
Måndag	19	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	21	Dialog Polioskadade
Måndag	26	Dialog Hjärnskadade

DECEMBER

Måndag	3	Dialog Hjärnskadade
Måndag	10	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	11	Yoga: Höstterminen slutar
Tisdag	11	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	11	Dialog Nackskadade
Måndag	17	Dialog Hjärnskadade
Måndag	17	Avslutn. Träning Rehab Station Stockholm
Onsdag	19	Dialog Polioskadade
Onsdag	19	Avslutn. Träning Rehab Station Stockholm

Postpoliomottagningens kontaktinformation:

Telefontid:

Telefon 08-123 576 41

Måndag, tisdag, torsdag kl. 09.30 – 10.30

onsdag kl. 13.00 – 14.00

Återbudstelefon:

Telefon 070-168 41 07 Telefonsvarare dygnet runt

Faxnummer: 08-123 577 53

Besöksadress:

Postpoliomottagningen

Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken

Hus 60, plan 2

Danderyds sjukhus AB

Kontakta oss!



Distriktet och lokalföreningarna

Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid 09.00 – 15.00, 1 maj – 31 augusti fredagar 09.00 – 13.00

Lunchstängt 11.30 – 12.00.

Under veckorna 28, 29 och 30 är kansliet bemannat måndag, tisdag, torsdag.

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-Bergqvist	08-545 622 64	petra.kascelan-bergqvist@rtps.se
Eva Ruiz	08-545 622 67	eva.ruiz@rtps.se
Yvonne Andersson	08-545 622 68	yvonne.andersson@rtps.se
Elin Langemar	08-545 622 69	elin.langemar@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, 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 Kärln 070-316 10 07 marie.karlin@hotmail.se

Södertälje lokalförening

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

Glad Sommar!



2018 års majblomma

Vi har Swish!

Vid aktivitet, ange namnet på personen som ska delta, aktiviteten och dess datum.

Swishnummer: 1236783112



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 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!

**Stöd utgivningen av
RTP-S Aktuellt
genom att sätta in lägst**

50 kronor på bankgiro 134-6261.

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

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.



www.malargarden.se