

RTP-S aktuellt



FÖR TRAFIK & POLIOSKADADE

NR 1 • 2006



Innehåll

Ledare

Ledare.....	2
Södertälje lokalförening	3
Baden	5
Aktiviteter.....	6
Aktuell information	10
Kalendarium.....	12
Färdtjänst	14
Rapporter	18
Poliokliniker	18

Nytt år och nya utmaningar?

Då har vi åter passerat ett årsskifte. Vid varje nyår är det naturligt att man funderar på vad som hänt föregående år och vad som ligger framöver. Om vi tittar i backspegeln var 2005 ett intressant RTP-S år. Distriktet genomförde Hjultorget, ett evenemang som kräver stora resurser av kansliet och förtroendevalda. Ur utställarsynpunkt och besökssynpunkt var Hjultorget en framgång. De flesta utställare var nöjda med sitt deltagande. Man kan konstatera att för varje Hjultorg presenteras nyheter på hjälpmedelssidan till gagn för våra medlemmar. Nu är det i praktiken så att allt som visas inte finns hos hjälpmedelscentralerna. Förhoppningsvis kan man köpa produkterna privat.

Färdtjänst och Rehabilitering är två stora frågeställningar som vi behandlat under 2005. För färdtjänstfrågor har vi en mycket aktiv och kompetent kommitté som försöker påverka och förbättra situationen för färdtjänstresenärer. Intressant var politikermötet med Anna Kettner och Johan Sjölander. Det finns en klar politisk vilja att föra över så många som möjligt av färdtjänstresenärerna till kommunala trafikmedel i och med förbättrad tillgänglighet. Det som kommit i skymundan är att hela färdvägen måste vara tillgänglig och att många inte orkar ta sig för egen maskin till närmaste station eller hållplats. Enskilda resor som går

snett måste rapporteras på sådant sätt att färdtjänsten har en möjlighet att kontrollera resan. Våra medlemmar får en sämre livskvalitet om och när färdtjänsten försämras eller om legitimationen inte förlängs. RTP-S kommer naturligtvis att aktivt arbeta med färdtjänstfrågorna under 2006. Ett nytt politikermöte är redan planerat till sommaren.

Rehabiliteringsmedicinska resurserna i länet har koncentrerats till Danderyds sjukhus i en ny organisationsform. För RTP-S är det viktigt att inte specialistmottagningen för polio/postpolio får minskade resurser och kompetens. Vår önskan är också att ett kompetenscentrum för whiplashskador etableras. Att kroniker också skall få tillgång till kontinuerlig rehabilitering efter att man pensionerats eller fått sjukersättning är något självklart för oss men inte alltid för våra beslutsfattare.

Som alltid under våren är det dags för lokalföreningarnas årsmöten i februari och för distriktet i april. Utnyttja din möjlighet som medlem att delta på årsmötet i din lokalförening och på distriktet! Årsmötet är rätt forum för att åstadkomma förändringar.

Björn Svedheim
RTP-S kanslichef

RTP-S Aktuellt utges av:
Riksförbundet för Trafik- och
Polioskadade i Stockholms län,
RTP-S

Adress: Starrbäcksgatan 11, 172 74
Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

Fax: 08-545 622 75

E-post: rtp-s@telia.com

Postgiro: 82 59 87-1

Postgiro för gåvor: 90 10 20-8

Org.nr: 816000-2054

Annonser:

Björn Svedheim 08-545 622 66

Ansvarig utgivare: Rolf Andersson

Redigering: Inga Borggren

Nästa nummer utkommer: Maj 2006

Manusstopp:

Måndagen den 3 april 2006

Layout och Tryckeri:

Globalt Företagstryck AB

Omslagsbild: Inga Borggren/HHH

Redaktionskommittén har ordet

Alla bidrag stora som små är välkomna till vår medlemstidning. Tänk på att det du läst eller hört kanske har gått andra förbi. Bilder är mycket välkomna.

Skriv till oss i redaktionskommittén om du har idéer, uppslag eller bilder? Har Du kanske vackra vårt- och vinterbilder eller foton från aktiviteter du deltagit till nästa nummer.

Kom ihåg att ange namn, adress och telefonnummer. Sänd materialet i god tid före manusstopp.

Redaktionskommittén förbehåller sig rätten att redigera insända bidrag.

MANUSSTOPP: MÅNDAGEN DEN 3 APRIL 2006 är absolut sista dagen att lämna material till tidningen.

Nummer 2 / 2006 utkommer omkring 5 maj.

Skriv till RTP-S, Starrbäcksgatan 11, 172 74 Sundbyberg eller skicka fax 08-545 622 75 eller e-post till rtp-s@telia.com
Ange "Ämne: RTP-S Aktuellt".

Telefonnummer till RTP-S och RTP-StS

Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid Mån – Tors 09.00 – 16.00, Fre 09.00 – 14.00

Lunchstängt 11.30 – 12.00

Växel	08-545 622 60	Karl-Axel Stenqvist
Fax	08-545 622 75	
E-post till RTP-S		rtp-s@telia.com

Björn Svedheim	08-545 622 66	bjorn.rtp-s@telia.com	kanslichef
Anders Lissegårdh	08-545 622 68	anders.rtp-s@telia.com	
Christer Olsén	08-545 622 63	christer.rtp-s@telia.com	
Eva Ruiz	08-545 622 67	eva.rtp-s@telia.com	
Joanna Bachorz	08-545 622 62	joanna.rtp-s@telia.com	
Lena Ericson	08-545 622 73	lena.rtp-s@telia.com	
Maude Stenberg	08-545 622 65	maude.rtp-s@telia.com	
Yvonne Andersson	08-545 622 70	yvonne.rtp-sts@telia.com	

StorStockholms lokalförening

RTP-StS 08-545 622 70

E-post till RTP-StS rtp-sts@telia.com

Upprop

• Vakanser i handikappråden • årsskiftet 2005-2006

• Du som är intresserad av påverkans-
• arbete kanske vill bli nominerad till
• handikappråd av RTP-StS. Vakanser
• finns i Katarina-Sofia, Liljeholmen,
• Rinkeby, Skärholmen, Spånga-Tensta
• samt Brand- och Civilförsvarsnämnden.

• Anmäl ditt intresse till Björn Sved- • heim RTP-S Kansli 08-545 622 60

• Utställning med alster från • VSA-medlemmar på RTP-S • Kansli

• VSA + RTP = sant

• Nej, RTP tänker inte slå sina påsar
• ihop med VSA men en liten romans på
• vårkanten är inte att förakta, eller hur?
• Speciellt som VSA står för "Very Special
• Arts", en förening som omfattar många
• olika konstnärliga uttrycksformer som
• t.ex. dans, måleri, poesi, keramik, textil
• och som främst vänder sig till personer
• med funktionshinder.
• VSA är världsomfattande och finns nu
• i 90 länder. Svenska sektionen har sitt
• säte i Göteborg där många aktiviteter är
• på gång men vi satsar nu på att få fler
• aktiviteter i Stockholm med omnejd.
• Vi startar med en utställning i RTP-S
• lokaler på Starrbäcksgatan 11 med alster
• från VSA-medlemmar. Utställningen
• finns tillgänglig från början av januari
• och stannar kvar i 2-3-mån. I anslut-
• ning till utställningen kommer det att
• finnas informationsmaterial om VSA.
• Förhoppningsvis kommer det framöver
• att ordnas kortkurser i keramik och
• måleri.
• **Välkomna att se utställningen och
• bli medlemmar.**

• Kerstin Waldton 08-716 98 05

• waldton.k@telia.com

• Mona Ekritsare Häggkvist 08-618 11 88

• mona.ekritsare@ownit.nu

Res till Teneriffa



Gör så här:

Vänd dig till Humlegården på telefon 08-505 553 55. (Eller per e-mail till: humlegarden@swipnet.se) Berätta vid vilken tid du vill resa på rehabilitering. Vi skickar en remiss som du tar med till din läkare. Han/hon skriver en ansökan som skickas vidare till Landstingets handläggare. När du fått besked från Landstinget är du välkommen till en stimulerande rehabiliteringsperiod på Teneriffa.

Betalar du själv din resa kan vi erbjuda flera olika boendeanvändningar.

Vid strandpromenaden i Los Cristianos ligger Vintersol. Här erbjuds ett komplett rehabiliteringsprogram för neurologiskt sjuka och skadade.

Vi har svensktalande personal, individuell sjukgymnastik och arbetsterapi, vattengympa, mattgympa, handgrupp, fotgrupp och pinngrupp.

Vi har kurator, psykolog, läkare och sjuksköterskor. Två stora pooler, gymnastiksal och gym för egen träning. Egen restaurang och fritidsverksamhet.

Vi har avtal med Landstinget och kan erbjuda stabilt barometertryck och många timmars solsken.

Humlegården

Stiftelsen Humlegården, Box 36, 193 21 Sigtuna, Tfn: +34 922 77 79 00, Fax: 08-505 553 99, e-post: humlegarden@swipnet.se.



- **Neurologisk rehabilitering**
- **Spetskompetens inom Post Polio rehabilitering och trafikskador sedan 1970-talet**
- **Xepolbehandling vid PPS**
- **Arbetslivsinriktad rehabilitering**



Stiftelsen Mälargården Rehab Center

Box 46 • 193 21 SIGTUNA • Besöksadress: Hertigvägen 5
Tfn 08-5949 3630 • Fax 08-592 518 22 • www.malargarden.se

Gymnastik • Simning • Bastu

BAD	KONTAKTPERSON	BADTIDER	VÅRENS SISTA BAD	
Danderyds Sjukhus (1+2)	Åsa Orrgård 08-755 69 93 Dick Grün 0703-24 49 95	Måndag 17.30–18.30 Bad eller matta	12/6	
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Ruth Lindberg 08-570 241 80	Måndag 17.00–19.00	12/6	
Liljeholmsbadet (1+3)	Else-Britt Österberg 08-32 37 08 kvällstid 0733-78 26 64	Onsdag 17.00–20.00	31/5	ej 24/5
Långbrobadet (1+3)	Sonja Pettersson 08-97 33 10 Lennart Kämpe 08-91 17 10	Söndag 09.00–11.00	28/5	
Dragongården (2) UpplandsVäsby	Rolf Andersson 08-580 178 21	Måndag 17.00–18.00	inget uppehåll ej röda måndagar	
R.O.S omsorg & service (2) Norrtälje	Marie Kårlin 0176-23 99 90	Onsdag 17.00–20.00 4 grupper	7/6	ej 24/5
Södertälje (Lotsen) (2)	Marita Jansson 08-550 149 48	Onsdag 17.15–18.15 1 grupp	7/6	ej 24/5
Aktiva Re Åkersberga vårdcentral (1+2)	Åsa Fagerström 08-587 521 40	Tisdag 14.30–15.00	30/5	
1) sjukgymnast finns 2) 32 – 34 grader i vattnet 3) 27 - 30 grader i vattnet				
OBS! Anmäl alltid förhinder till badets kontaktperson.				

Är Du Trafik-, Polio- eller Olycksfallsskadad och medlem i RTP ?

Vill Du få guldkant på tillvaron? Vill Du må bättre? Vill Du få motion i en bassäng med 34° vatten? Det finns hjälpare vid våra bad!

Kontakta någon av personerna ovan så försöker vi ordna en plats åt Dig.

Aktiviteter

MEDLEMSAKTIVITETER för RTP-MEDLEMMAR

- ♥ Alla medlemmar i RTP Stockholms län bjuds in till samtliga temakvällar och föreläsningar. Många aktiviteter är av intresse för flera skadegrupper oberoende av vilken skadekommitté som initierat aktiviteten.
- ♥ Det är få skadespecifika aktiviteter exklusive Erfarenhetsgrupperna av naturliga skäl.
- ♥ Öppna Hus för alla högst två gånger per år för att samla nya och gamla medlemmar oberoende av skada.

MEDLEMSTRÄFF PÅ MÄLARGÅRDEN

- **Torsdag 9 februari** 18.30 – 20.30
Mälargården, Sigtuna

RTP-NV inbjuder till medlemsträff på Mälargårdens Rehabcenter där Suzanne Bergman, ny verksamhetschef, presenterar sig och verksamheten och hur hon har tänkt om behandlingsformerna i framtiden. Lennart Silverstolpe talar om djupa smärtor i det 3:e nervsystemet samt visar bilder.

Kaffe med tillbehör serveras utan kostnad. Antalet deltagare är begränsat.

Anmälan senast torsdag 2 februari till RTP-S växel 08-545 622 60 eller rtp-s@telia.com

RTP-NV

- du använder käpp, rullator eller rullstol spelar mindre roll men du måste ha lite styrka i armarna.
- **Anmäl dig** till Britt Ljunggren 08-85 94 50.
- **Välkommen!**

KOM OCH SJUNG med Bofinkarna



- **Tisdag 7 februari, 7 mars, 4 april, 2 maj och 6 juni** 18.00 – 20.30

- **Kören Bofinkarna** träffas första tisdagen i månaden.
- Du som tycker om sång och musik, kom och sjung med Bofinkarna! Hör gärna av dig till RTP-S för mer information. RTP-S kansli 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
- **Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!**

UPPSALA DOMKYRKA MED GUIDE

- **Lördag 18 februari** 11.00

RTP-NV inbjuder till en guidad tur i Gustav Vasas fotspår i Uppsala Domkyrka med besök i skattkammaren. Entré 20 kronor. Transporten sker med egna bilar. Medåkning går att ordna.

Anmälan senast torsdag 16 februari till RTP-S växel 08-545 622 60 eller rtp-s@telia.com

RTP-NV

AKVARELLMÅLNING



- Vill du vara med i vår grupp och måla akvarell på RTP-S kansli? Vi målar tillsammans och lär av varandra men du som är nybörjare är också väldigt välkommen.
- Gruppen går också på olika konstutställningar och gör en del resor till självkostnadspris.
- Ta med papper, penslar och färger om du har samt eget fika för att vi ska ha ännu trevligare tillsammans.

BOULE PÅ DJURGÅRDEN

– intresseanmälan –

Kom och spela inomhus på Prins Bertils Boulebana på Djurgården höst- och vårterminer på fredagar 12.00–14.00. Det finns plats för flera deltagare. Om



- **Onsdag 8 februari, 8 mars, 5 april, 3 och 31 maj** 13.00 – 15.30

Anmäl dig till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
 Kontaktperson är Åsa Fagerström, 08-732 93 11, 0704-84 38 13 eller e-post asafagerstrom@hotmail.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ERFARENHETSGRUPP FÖR HJÄRNSKADADE



- **Tisdag 14 februari, 14 mars, 18 april, 16 maj och 13 juni** 13.00 – 15.00

Erfarenhetsgruppens möten är öppna för alla med erfarenhet av att leva med en hjärnskada. Deltagarna tar upp aktuella ämnen eller problem och diskuterar lösningar. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.

Anmäl dig till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
 Kontaktperson är Christer Olsén 08-545 622 63 eller e-post christer.rtp-s@telia.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ERFARENHETSGRUPP POLIO



- **Tisdag 28 februari, 28 mars, 25 april och 30 maj** 13.00 – 15.00

Erfarenhetsgruppens möten är öppna för alla med erfarenhet av att leva med polio. Deltagarna tar upp aktuella ämnen eller problem och diskuterar lösningar. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötesdagen till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
 Kontaktperson är Inga Borggren 08-754 43 02.
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ERFARENHETSGRUPP WHIPLASH



- **Onsdag 15 februari, 15 mars, 19 april, 17 maj** 14.00 – 16.00
- **Torsdag 16 februari, 16 mars,**

- **20 april och 18 maj** 18.30 – 20.30
- Erfarenhetsgruppen för whiplashskadade träffas under våren på onsdagar på dagtid eller på kvällstid torsdagar. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.
- **Anmälan senast måndagen före mötet** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
- Kontaktperson är Maude Stenberg 08-545 622 65 eller e-post maude.rtp-s@telia.com
- **Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!**

STUDIECIRKELN "FÄRG, FORM OCH HÄLSA" I HANINGE



- **Måndag 27 februari**
- **Glasmålning** 13.00 – 16.00
- **Måndag 20 mars**
- **Handarbete** 13.00 – 16.00
- **Måndag 24 april**
- **Lera** 13.00 – 16.00
- **Måndag 22 maj**
- **Utflykt till Tyresta by** 13.00 – 16.00

- Alla intresserade medlemmar oberoende av skada kan anmäla sig till studiecirkeln "Färg, form och hälsa".
- Välkomna till Moränvägen 3, ABF-lokalen i Jordbro i Haninge. Ingen deltagaravgift! Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.
- **Anmälan** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
- Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

SPELKVÄLLAR



- **Tisdag 21 Februari** 16.00 – 19.30
- **Torsdag 23 mars, 20 april, 18 maj och 15 juni** 16.00 – 19.30

- **Kortspel och samvaro!** Kaffe med bröd till självkostnadspriset 15 kronor.
- **Anmälan senast tisdagen före mötet** till RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70
eller e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan
11 Sundbyberg!

STADSPROMENADER

- intresseanmälan



Vårens stadspromenader med vår guide Jerker Thorén presenteras i nummer 2.

Observera att promenaderna är tillrättalagda för våra medlemmar. Förutsättningen är att du klarar dig utan hjälpare för i nuläget saknar vi hjälpare. Tillgängligheten på toalett och eventuellt café har vi kollat upp. Anmäl snarast ditt intresse att ingå i ett promenadgång så kontakter vi dig när vi har ett promenadmål på gång. Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70, e-post yvonne.rtp-sts@telia.com

Poliokliniker i Stockholms län

DANDERYDS SJUKHUS

Geriatriska kliniken

Poliomottagningen

Tidsbeställning och information

08-655 58 08

Tala med Britt-Marie eller Gunilla

HUDDINGE SJUKHUS

Rehabiliteringsmedicinska kliniken

Tidsbeställning och information

08-585 822 97

hos Helena Ekelund

mån - tors 08.00–16.00.

Postpoliomottagningen Huddinge har
flyttat till Danderyds Sjukhus.



Foto: Inga Borggren, Nynäshamn, nov 2005.

Aktuell information

Träning på Rehab Station Stockholm

Vi vänder oss till alla våra medlemmar oavsett skada! Ryggmärgsskadade tränade i Rehab Stations Stora Sporthall på onsdagskvällar hösten 2005. Ett tiotal medlemmar har tränat efter egen förmåga och nytta har förenats med nöje. Deltagarna har fått råd och hjälp av en sjukgymnast. Träningen har varit individuell och inte i form av grupp gymnastik.

Stiftelsen för Trafik- och Polioskadade i Stockholms län finansierade pilotverksamheten 2005. Styrelsen för RTP-S har beslutat att fortsätta och att utveckla dessa onsdagskvällar inom ramen för ordinarie verksamhet.

Det är inte klart vem som ska leda onsdagsträningen och därför vet vi inte exakt vid tryckningen av detta nummer när vi kan dra igång.

Kostnad per termin är 300 kronor men första gången är gratis som en "pröva-på-aktivitet". Du betalar för ditt fika.

Anmäl snarast ditt intresse till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller rtp-s@telia.com så återkommer vi med startdatum.

Ryggmärgsskadekommittén

RTP-S kansli, Björn Svedheim informerar:

• Motioner till RTP-S årsmöte!

Distriktets högsta beslutande organ är årsmötet. Årsmötet beslutar bl.a. om ansvarsfrihet för avgående styrelse som också inför mötet ska svara för verksamheten under föregående år. Vill man ta upp en speciell fråga för beslut på årsmötet gör man det genom att skriva en motion som enligt stadgarna skall behandlas på årsmötet.

Observera att det på årsmötets föredragningslista inte finns punkten "övriga frågor".

En motion skall enligt stadgarna vara distriktet tillhanda senast den 1 mars 2006.

Till distriktets årsmöte utser lokalföreningarna ledamöter på sina respektive årsmöten. Dessa personer får separat kallelse till årsmötet. Enskild medlem är välkommen att delta men har då ingen rösträtt. Av praktiska skäl anmäl ditt deltagande senast fredagen den 31 mars till RTP-S kansli på telefon 08-545 622 60 eller e-post: rtp-s@telia.com.

• Vad gör våra kommittéer?

RTP-S kommittéer består av intresserade medlemmar som i hög grad påverkar respektive verksamhetsområde. Distriktets årsmöte väljer ledamöter till distriktets olika kommittéer. Distriktet har 10 olika kommittéer

som verkar för verksamheten inom sitt specialområde. Kommittéerna för respektive skadeområde föreslår olika aktiviteter. De olika skadekommittéerna har också möjlighet att ta initiativ till påverkansarbete mot exempelvis landstinget.

Färdtjänstkommittén redovisar sin verksamhet fortlöpande i RTP-S Aktuell. Färdtjänstkommittén kämpar hårt mot försämringar och påtalar när det inte fungerar för våra medlemmar som utnyttjar färdtjänsten.

Skadeförebyggande kommittén arbetar med att förebygga trafikskador. Christer Olsén och Lena Ericson är ute i skolor och informerar ibland i samarbete med NTF. Kommittén arbetar i övrigt med att sammanställa befintlig information från försäkringsbolag, körskolor, Vägverket etc om hur man skall motverka skador i trafiken. Så småningom räknar man med att kunna sprida informationen till en bredare krets i syfte att förebygga trafikskador.

Ortoped/protestekniska kommittén försöker följa utvecklingen på det ortopedtekniska området. Genom kommitténs försorg har ett informationsmöte hållits för medlemmar 2005 och ett planeras även för 2006. Förbättringar av hjälpmedel är exempelvis nya typer av

dorsalskenor i kolfiber och vajerlåsning av knäortoser. Se artikel på annan plats i detta nummer av RTP-S Aktuellt.

Resekommittén tar initiativ till och ordnar resor för medlemmarna. Resorna utannonseras i RTP-S Aktuellt där också reseberättelser införs.

Simkommittén är referensgrupp till vår badverksamhet och ledamöterna i kommittén är också badombud vid våra bad.

Redaktionskommittén är den kommitté som tar ansvar för RTP-S Aktuellt. Kommittén tar initiativ till olika artiklar och går igenom inkommet material till tidningen.

Synpunkter

Kontakta kontaktpersonen på kansliet eller sammankallande i kommittén om Du har synpunkter/idéer.

<u>Kommittén för:</u>	<u>Kontaktperson</u>
Färdtjänst	Yvonne Andersson
Hjärnskadade	Christer Olsén
Ortoped/protesteknik	Lena Ericson
Polio	Lena Ericson
Resor	Joanna Bachorz
Redaktion	Björn Svedheim
Ryggmargsskadade	Anders Lissegårdh
Sim verksamheten	Joanna Bachorz
Skadeförebyggande	Björn Svedheim
Whiplash	Maude Stenberg

• Långremisser för sjukgymnastik.

Landstingets sjukvårdutskott har beslutat om regler för långremisser för sjukgymnastik. Långremisser kan utfärdas från och med 1 november 2005. Följande regler gäller:

- Långremiss kan utfärdas för funktionshindrade patienter med långvariga och/eller frekvent återkommande behov av sjukgymnastisk behandling.
- Långremiss kan utfärdas av läkare eller tandläkare.
- Långremissen gäller i två år räknat från första besöket hos sjukgymnasten.
- Remissvar skall skrivas till den som skrivit remissen.

Samma blanketter gäller som tidigare. I fältet särskilda instruktioner till vårdgivaren anges att det gäller långremiss.

• Sjukresor återigen!

Vi har tidigare informerat om att Du som deltar i

föreningens badverksamhet är berättigad till sjukresor till och från baden. Anmälan avseende RTP-S "gamla badare" gjordes tidigare till badombudet om vilket resesätt man använde till och från badet.

"Nya badare" måste anmäla sitt resesätt till RTP-S kansli. "Gamla badare" måste anmäla om förändringar görs i resandet. Kontakta Joanna Bachorz som har hand om sjukresorna, telefon 08- 545 622 62 eller e-post: joanna.rtp-s@telia.com.

RTP-S kontaktar Sjukreseenheten där resorna laddas in för respektive person. Efter cirka två veckor fungerar en anmäld förändring i praktiken.

Observera, du ska inte kontakta det sjukhus där vi bedriver badverksamheten.

Sjukhuset har ingenting med vår verksamhet att göra utöver att RTP hyr bassäng/lokal.

Beställning av sjukresor för taxikunder sker via telefon 0775-70 00 57

• Varning för extraknäck och ideellt arbete!

Det har framkommit att Försäkringskassan ifrågasätter arbetspotentialen hos de personer som uppbär sjukersättning. Jag har gjort en sammanställning av vad som gäller vid olika ersättningsnivåer.

Hel sjukersättning

Har man hel sjukersättning har man rätt att engagera sig i externa aktiviteter som exempelvis ideellt arbete eller extraknäck motsvarande 1/8 av hel arbetstid dvs 5 timmar i veckan. Tiden är den avgörande faktorn, inte om man får betalt.

Överskrider man 5 timmar i veckan kan Försäkringskassan anse att man har en arbetspotential och kan reducera sjukersättningsgraden.

Arbetar man 10 timmar en vecka och 0 timmar nästa vecka är det inte godtagbart utan då har man visat att man kan jobba mer än stipulerade max 5 timmar.

Partiell sjukersättning

Har man redan en partiell sjukersättning har man inte rätt till något extra engagemang över huvudtaget. Försäkringskassan anser då att man redan har en förankring i samhället vilket är motivet för att godkänna 5 timmar om man uppbär hel sjukersättning.

Fritidsverksamhet

Kan insatserna jämföras med fritidsaktiviteter hos en yrkesverksam person, påverkas inte bedömningen. Här finns ingen lista över vilka insatser som jämföras med förvärvsarbete eller med fritidsaktiviteter. Istället gör Försäkringskassan en bedömning i varje enskilt ärende.

Reglerna bekräftade

Reglerna har bekräftats av generaldirektören för Försäkringskassan Curt Malmberg. RTP-S har varit i kontakt med Försäkringskassan i länet som i stort bekräftar reglerna. Man kommer dock inte öppna upp alla fall med sjukersättning utan gör en omvärdering då någon förändring sker av sjukersättningen av andra skäl. Enligt vad som framgår av tidningarna samkör man generellt inte heller inkomstdeklarationer med Försäkringskassans register för att se om folk extra knäcker och får extra betalt utöver pensionen. Uppbär man sjukpenning gäller samma hårda regler som för sjukersättning men med det tillägget att man inte har några "fria" 5 timmar.

Dessa regler är inte nya utan har aktualiserats av att RTP-are har fått reducerad sjukersättning, *se senaste numret av LIV*, på grund av engagemang som förtroendevalda inom RTP. I praktiken innebär det att personer i distrikt och lokalföreningar överväger att hoppa av sina uppdrag. Man vågar inte riskera sin sjukersättning. Personer som inte berörs är naturligtvis de som arbetar heltid eller är ålderspensionärer.

Vår förbundsordförande har skrivit en insändare i Kristianstadsbladet och fått svar från Försäkringskassan att regelverket gäller. Nya kontakter med Försäkringskassan kommer att tas för att visa vilka orimliga konsekvenser detta kommer att få för ideella organisationer vid rekrytering av förtroendevalda.

Försäkringskassan centralt har informerat om att man ska se över handikappersättningen.

I först omgången de handikappersättningar där det inte skett någon förändring eller omvärdering under de senaste tio åren. Handikappersättning får man om man kan dokumentera merkostnader på grund av funktionshindret. Försäkringskassan ska ta ställning till om någon del kan anses vara kommunens ekonomiska ansvar eller att exempelvis avdrag för extrakostnader får göras i deklaration (kan gälla exempelvis bilkostnader för egen bil till och från arbetet).

- **Stort stöd för lättöppnade förpackningar**
Reumatikerförbundet har i samarbete med PRO, SPF och Sveriges konsumentråd samlat in namnunderskrifter för kravet på lättöppnade förpackningar. När man startade insamling av namn hade man som målsättning 50.000 namn med delmålet 10.000 underskrifter till julen 2005. Målet har överskridits med råge då man redan vid Lucia hade 30.000 namnunderskrifter. Uppropet görs med anledning av designåret i Sverige. Omkring 1,5 miljoner människor uppskattas ha nedsatt handfunktion och problem med de förpackningar som finns på marknaden.

Namnlistor finns på RTP-S kansli på Starrbäcksgatan så det finns fortfarande möjlighet att skriva på uppropet **"jag kräver att företag satsar mer pengar på att utveckla bra förpackningar"**.

Björn Svedheim

Lathund för att diagnostisera whiplashskada.

På läkarnas riksstämman 2005 lanserades resultatet av Whiplashkommissionens arbete.

En lathund ska hjälpa läkarna på vårdcentralerna att ge patienten rätt diagnos och ett bättre omhändertagande. Patienterna ska följas upp och uppmuntras att röra huvud och axlar till smärtgränsen. Behandlingen ska vara regelbunden, tidsbegränsad och den ska följas upp.

Utdelning av S:t Julianpriset

Stockholms stad kommer att dela ut S:t Julian-priset för första gången 16 februari 2006 till den butik / bank / restaurang / bar / café / biograf / teater / kulturlokal / hotell / konferenslokal som gjort förtjänstfulla insatser för att förbättra tillgängligheten i sina lokaler eller verksamheter.

Efter en nomineringsomgång kommer en jury att utse pristagarna som får ta emot priset under festliga former i Stadshuset. S:t Julian är värdshusvärdarnas och gästfrihetens skyddshelgon, vilket gör honom till den perfekta symbolen för ett stadsliv där alla är välkomna. Priset kommer fortsättningsvis delas ut årligen fram till 2010.

Alla kan tipsa om bra ställen på telefon 08-508 266 99 eller på www.stockholm.se/tillganglig.

Mer information finns hos Tillgänglighetsprojektet, Box 8311, 104 20 Stockholm, telefon 08-508 272 00.

Kalendarium

Obs! Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

På kvällarna kan det vara svårt att parkera intill kansliet på Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg.

Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera.

Februari

Tisdag	7	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	8	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 6
Torsdag	9	18.30 – 20.30	Medlemsträff på Mälargården	Sid 6
Tisdag	14	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 7
Onsdag	15	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 7
Torsdag	16		Anmälan till Uppsala	Sid 6
Torsdag	16	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 7
Lördag	18	11.00	Uppsala domkyrka	Sid 6
Tisdag	21	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 7
Måndag	27	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 7
Tisdag	28	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 7

Mars

Tisdag	7	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	8	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 6
Tisdag	14	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 7
Onsdag	15	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 7
Torsdag	16	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid 7
Måndag	20	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid 7
Torsdag	23	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid 7
Tisdag	28	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid 7

April

Tisdag	4	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Onsdag	5	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid 6
Tisdag	18	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid 7

Kalendarium

Onsdag	19	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid	7
Torsdag	20	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid	7
Torsdag	20	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid	7
Måndag	24	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid	7
Tisdag	25	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid	7

Maj

Tisdag	2	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid	6
Onsdag	3	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid	6
Tisdag	16	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid	7
Onsdag	17	14.00 – 16.00	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid	7
Torsdag	18	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid	7
Torsdag	18	18.30 – 20.30	Erfarenhetsgrupp, Whiplash	Sid	7
Måndag	22	13.00 – 16.00	Studiecirkel i Haninge	Sid	7
Tisdag	30	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Polio	Sid	7
Onsdag	31	13.00 – 15.30	Akvarellmålning	Sid	6

Juni

Tisdag	6	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid	6
Tisdag	13	13.00 – 15.00	Erfarenhetsgrupp, Hjärnskadade	Sid	7
Torsdag	15	16.00 – 19.30	Spelkväll	Sid	7

OBS!

Anmäl ditt deltagande genom att ringa, faxa eller skicka e-post till distriktskansliet, telefon 08-545 622 60, fax 08-545 622 75 eller e-post rtp-s@telia.com

OBS! Adressen är RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg om inget annat anges!!

Färdtjänst

Resetilldelning

Landstingsfullmäktige beslöt 2005 i november om **budget 2006** för Stockholms läns landsting. Det beslutades att alla färdtjänstresenärer har rätt till 72 resor per år. I skrivande stund, första veckan i januari, har det inte fattats beslut om den extra tilldelningen för året. Ett förslag finns om att färdtjänstresenärer med specialfordon, även bårburna resor, fortfarande ska ha ett fritt resande. Det föreslås även att resenärer som beviljats undantag från samplanering, taxikunder, ska få resa efter behov. För taxikunder som samplaneras föreslås samma extratilldelning som 2005, 17 resor/kvartal. Beslut tas i Färdtjänstnämnden den 17 januari.

På www.sll.se/fardtjanst kan Du läsa både nämndhandlingar och beslutsprotokoll, pressmeddelanden m m. Om du inte har tillgång till Internet kan du kontakta kundtjänst för att få reda på resetilldelningen.

Resor till tandläkare

Från 1 januari 2006 kan man inte få extra tilldelning av resor för tandläkarbesök. Resorna görs på sjukreskortet med samma regler som för andra sjukresor.

Närtrafik

Landstingsfullmäktige beslutade att närtrafiken ska utökas med totalt 4 linjer under 2006. Dessa linjer måste dock upphandlas först, vilket innebär att trafikstart kan ske tidigast 2007-01-02. Områden som är aktuella för översyn och utbyggnad är Lidingö, Solna-Sundbyberg, Handen och eventuellt Nynäshamn. I Solna och Sundbyberg har arbetet med översyn av 2 befintliga närtrafiklinjer samt planering av en ny linje påbörjats i samarbete med kommunerna. Färdtjänsten i samarbete med SL och Stockholms stad, som sedan en tid arbetar med att göra gatumiljön tillgänglig för funktionshindrade, ska bygga ut två anpassade busslinjer som ska vara så tillgängliga för funktionshindrade som möjligt. Även omgivningen/gatumiljön där bussarna trafikerar ska göras tillgänglig. Man ska sedan samla in synpunkter på dessa linjer

från handikapp- och pensionärsorganisationer för att kunna bygga ut trafiken efter denna modell. Man hoppas komma igång med linjerna nästa år.

Nytt projekt

På initiativ av DHR, *De Handikappades Riksförbund*, är arbetet i full gång med att starta ARK-projektet, *Att Resa Kollektivt*. Det har bildats en projektgrupp som består av representanter från färdtjänsten, HSO, *Handikapporganisationernas samarbetsorgan*, DHR och SRF, *Synskadades riksförbund* samt en styrgrupp där representanter från färdtjänsten, HSO, DHR, SRF, SL och KSL, *Kommunförbundet Stockholms län*, ingår.

Syftet med projektet är

- att på frivillig väg förbättra och öka valfriheten i resandet för individen
- att möjliggöra ett aktivare liv
- att erbjuda ett komplett utbud av resor inom Stockholms län i form av färdtjänst och kollektivtrafik
- att samordna och komplettera de insatser som behövs för att stötta resenärer att använda den anpassade allmänna kollektivtrafiken
- att genom "prova på-verksamhet" låta individen hitta möjligheter och eventuella begränsningar i sitt resande
- att omfördela resurser till de resenärer som trots anpassning inte kan nyttja den allmänna kollektivtrafiken.

Skriv till oss om varje resa som strular

Färdtjänstkommittén uppmanar medlemmarna att fortsätta skicka in brev angående färdtjänstproblem, så att vi kan gå vidare i vårt "påverkansarbete" mot beslutsfattarna.

Skriv om ditt färdtjänstproblem. Kom ihåg följande punkter:

- Beskriv problemen runt själva resan
- Datum och tid för resan
- Resa med taxi eller färdtjänstbuss
- Taxibolaget
- Har Du haft problem att få nytt eller förlängt färdtjänstillstånd. Vi vet att många fått problem och vill få det bekräftat så att vi kan agera.

För Färdtjänstkommittén

Birgitta Flognfeldt

RTP-S färdtjänstkommitté mötte landstingspolitiker.

RTP-S Färdtjänstkommitté inbjöd i november Anna Kettner, trafiklandstingsråd, och Johan Sjölander, ordförande i Färdtjänstnämnden till en diskussion om färdtjänsten.

Från kommitténs sida har man ansett att samplaneringen inte fungerar tillfredsställande och att ett bättre verktyg, datorsystem, skulle innebära fördelar för både landstinget och färdtjänstresenären genom ett effektivare utnyttjande och bättre tidpassning vid hämtning.

Politikerna anser att det i dagsläget inte finns något bättre datorsystem än det man använder. Systemet förbättras kontinuerligt och i dagsläget är en investering i datorsystem inte prisvärt. Genom installation av GPS i specialfordonen och rätten att utnyttja kollektivkörfält samt införande av trängselskatten hoppas man på positiva effekter för kunderna.

En opartisk utredning om existerande system tror man inte på. Om en utredning ska tillsättas borde perspektivet breddas och gälla flera regioner. Anna Kettner kommer att ta upp frågan i Svenska lokaltrafikföreningen.

Beträffande specialfordonen, bårtransporter och färdtjänstbussar klagas det på funktionalitet och service från chaufförerna. För att en förbättring ska ske poängterade våra ansvariga politiker att det är viktigt att anmäla klagomål på enskild resa. Färdtjänsten har då möjlighet att följa upp ärendet. En förutsättning är att man har detaljerad information om resan, tid, taxibolag, etc. Färdtjänsten har 1,5 tjänster för kontroll av specialfordonen. De som utnyttjar bårtransporter är

en speciellt utsatt grupp. Kettner meddelade att gruppen ska prioriteras men att möjligheten att låsa bilarna enbart för sådana transporter inte är genomförbart.

Utnyttja kollektivtrafiken!

En bärande tanke från politikerhåll är att allmänna kollektivtrafiken ska göras så tillgänglig att behovet av färdtjänst reduceras. Vissa svårigheter finns dock. För tunnelbanan har man långa stela vagnar i kombination med böjda perronger samt dörrar som går utåt. Det blir alltför dyrt att åtgärda detta men en viss anpassning av stationerna sker. En idé man arbetar efter är att några anpassade vagnar ska stanna på samma ställe på stationerna. En del handikapporganisationer är emot detta eftersom man anser det vara en diskriminering.

Resegarantin gäller om inte tillgänglighet finns i den utsträckning som utlovats.

Har man planerat att utnyttja kommunala trafikmedel och det inte fungerar har man rätt att utnyttja resegarantin på samma sätt som övriga kollektivresenärer. Man kan ta en taxi på gatan efter 20 minuters försening och sänd in taxi kvittot. Det kan vara fel på en hiss eller förhållandet perrong och tåg omöjliggör påstigning.

Färdtjänstkommittén kommer att följa upp politiker-mötet under våren.

Det är viktigt att påtala de fel och brister upplever färdtjänstkunderna.

Björn Svedheim

Stöd utgivningen av ^{RTP-S}aktuellt genom att sätta in lägst 50 kronor på pg 2 94 10-8.

Rapport

Presentation av resultatet av intresseanmälan i nr 4/2005 till nedanstående aktiviteter:

Spela bridge?

Vi efterlyste intresset för en bridgegrupp. Det var bara två personer som visade något intresse och anmälde sig utöver den instruktör vi hade vidtalat. Det innebär tyvärr att det inte blir några bridgekvällar under våren.

Friskvårdscirkel med fokus på mat och motion – och lite till!

”Våga bli bättre” uppmanade vi medlemmar att bli genom att gå med i en friskvårdscirkel med start i januari. Det var inte tillräckligt många som vågade bli bättre varför det inte finns någon grund för att starta upp cirkeln.

Studiecirkel i datakunskap för nybörjare!

Cirkeln blev snabbt övertecknad vilket inneburit att det för närvarande finns en lång lista på medlemmar, 15 stycken, som vi av utrymmesskäl i datasalen inte kunnat ta emot. Cirkeln har redan startat med 10 deltagare.

RTP-S Resekommitté informerar!

Resmålet 2006 är Schwarzwald – Alsace

11 – 20 augusti

Fredag 11

Avresa från Stockholm med handikappanpassad buss till Skåne via Öresundsbron till Danmark. Övernattning i Falster med smakfulla smörrebröd och det ”lynevarma”, som garanterar att vi sover gott efter en lång dag.

Lördag 12

Efter morgenmaden kör vi en kort sträcka ner till Rödby och tar färjan över till Puttgarden. Väl framme i Tyskland fortsätter vi söderut mot Schwarzwald. Det är ännu inte bestämt hotell för övernattning.

Söndag 13

Under eftermiddagen anländer vi till den lilla staden Elzach i det

sägenomspunna Schwarzwald. På trevliga Hotel Aktiv stannar vi 5 nätter. Hotellet är anpassat och mycket uppskattat. Det är en utmärkt utgångspunkt för utflykterna i Schwarzwald. Mer information om hotellet finns på www.aktivhotel-elzach.de.

Måndag 14

Dagen börjar med ett kort besök i Donaueschingen, platsen för Donaukällan. Brunnen/”källan” brukar fotograferas av alla.

Därefter till Mainau, framlidne Greve Lennart Bernadottes blomsterö. Körsträcka till Mainau är cirka 8 mil. Här växer palmer, apelsin- och citronträd, orkidéer, rosor, dahlior, tulpaner och påskliljor, allt beroende på årstid. Hösten är mångas favorit med praktfulla dahlior av alla de slag och i alla färger. Besökarna

hjälpas åt att kora drottningen bland dahliorna. Oavsett årstid är det alltid intressant att gå omkring och titta på de olika exotiska träd som Lennart Bernadottes farmors far planterade. Vi stannar minst 4 timmar på ön och inleder med en orienterande vandring runt öns centrum. Var och en kan sedan själv hitta sin favoritplats och sina smultronställen. Det finns gott om serveringar och restauranger för den som blir hungrig av blomsterdoften.

Tisdag 15

Vi tar oss över gränsen till Frankrike och området Alsace där vi besöker Colmar och några av de vackra småstäderna. Naturligtvis kommer det att bli en välsmakande lunch och vinprovning. Mer information om detta program lämnas senare till resenärerna.

Onsdag 16

Dagen ägnar vi åt södra Schwarzwald och dess ljuva natur med vackra, smala och vindlande vägar. Från Elzach kör vi in på den berömda Schwarzwald-Panoramastrasse och kommer upp till utsiktspunkten Kandel, 1 243 m.ö.h. Härifrån ser vi ända bort till Vogeserna i Frankrike. En picnic vid någon trevlig plats förgyller dagen. Vi fortsätter till sägenomspunna och historiska Titisee, den lilla sjön med den storslagna utsikten, vidare mot Triberg och världens största gökur! På vägen passerar vi Schönwald, där urmakaren Franz Ketterer år 1730 introducerade det första gökuret. Åter till hotellet för en lugn eftermiddag i hotellets vackra omgivning.

Torsdag 17

Utflykt till mellersta och norra Schwarzwald med kurorternas kurort Baden-Baden, det var här romarna upptäckte traktens helande vatten. Bad hinner vi inte med men väl en promenad längs den vackra Lichten-taler Allee, kantad av mäktiga ekar, azalea, magnolia, silverpoppel, tulpanträd, ginkoträd m.m. I Bad Wildbad kanske vi kan ta bergbanan upp på Sommerberg, 784 m.ö.h. innan vi återvänder till hotellet i Elzach. Vi ska hitta en trevlig restaurang för god och välsmakande lunch.

Fredag 18

Resan hemåt påbörjas. Under sena förmiddagen kommer vi upp mot Romantischer strasse och gör ett besök i Rothenburg ob der Tauber. Vi följer därefter Hoha Tauerns böljande kullar upp mot Kasseltrakten där vi tar in på Hotel Ambassador för middag och övernattnig.

Lördag 19

Mot Lübecktrakten där vi stannar för

lunch och inköp innan vi tar färjan över till Danmark. Etappmålet är Lund och Star Hotell. Middagen äter vi antingen i Danmark eller i Lund.

Söndag 20

Hemfärd mot Stockholm.

För dig som har rest med RTP-S tidigare är det även i år Åke och Elisabeth som är "bussledare" och Bosse "reseledaren från researrangören" samt ett antal hjälpare.

Mer och fullständigare information om detta program lämnas senare till resenärerna.

Förfrågningar om resan kan ställas till Joanna Bachorz på RTP-S kansli telefon 08-545 622 66 som förmedlar kontakten med någon i resekommittén.

I priset 10 900 kronor ingår resa i modern anpassad buss, 9 övernattningar i dubbelrum inkl. frukost, 11 middagar/luncher samt 1 picnic, utflykter, entréer och vinprovningar.

Enkelrumstillägg 1 485 kronor/person. Avbeställningsskydd 250 kronor/person.

Bindande anmälan senast fredag 7 april till RTP-S Kansli telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com.

OBS! Första delbetalningen

5000 kronor senast måndag 8 maj 2006 och andra delbetalningen 5 900 kronor senast fredag 30 juni.

Grattis Annalena



Yvonne Andersson

Annalena Fuxing

RTP-medlemmen Annalena Fuxing har fått ett ungdomsledarstipendium på 10 000 kronor för sitt stora engagemang i Handikappridning för barn och ungdomar. Stipendiet delades ut den 15 november 2005 i Stadshuskällaren. Menyn vid middagen var densamma som nobelpristagarna fick njuta av år 2004.

Annalena har lagt ner sin själ i ungdomarna i handikappridningen i 8 år och har också varit en trogen RTP-medlem i cirka 40 år. Annalena fick 1953 polio vid 1 års ålder.

Som åttaåring började hon rida i Stockholms Handikappridklubb efter tips av läkare och hon är fortfarande aktiv i klubben. Ridningen har stärkt hennes fysik och föreningslivet med många kamrater och god sammanhållning är en viktig del i hennes liv.

Jag fick äran att vara med och glädjas åt att Annalena fick den uppskattning hon förtjänar och som sporrar henne till att fortsätta.

Yvonne Andersson

Besök på Aktiv Ortopedteknik i Stockholm

Ortopedingenjör Jenny Utbult visar dynemabygel och vajerlåsning av knäled.



RTP-S Lena Ericson har besökt Aktiv Ortopedteknik och rapporterar från besöket.

Arbetet som ortopedingenjör förenar ny teknik och individuella behov för att förbättra funktioner för personer med rörelsehinder. Man kan naturligtvis få sina "gamla lösningar" men många skulle kunna bli hjälpta av ortopedtekniska nyheter.

- Det är naturligtvis roligt om patienten kommer med tydliga önskemål och kanske egna idéer, säger ortopedingenjör Jenny Utbult. Vi försöker alltid tillgodose såväl fysiska som estetiska behov. Små förändringar som gör ortosanvändningen lite enklare är viktiga.

Nya lösningar på ortopedtekniska hjälpmedel presenterades av Jenny på Aktiv Ortopedteknik på Drottninggatan.



Tv den klassiska stålleden med fjädrar som lyfter foten på en helbensortos och till höger det nya dorsallyftet av kolfiberfjädrar

Ett alternativ för den som behöver hjälp att lyfta foten är dorsallyft med hjälp av en bakre fjäder (se bild). Idén till denna är hämtad från de enkla dorsallyftskenor som länge funnits på marknaden. Denna lösning är betydligt lättare än den klassiska fjädrande stålleden. Dock skall noteras att denna typ av dorsallyft inte ger samma sidostabilitet som det traditionella utförandet med stålleder gör.

En gammal nyhet på materialfronten är dynemafibern som fått nya användningsområden. Dynema är ett lätt, starkt och flexibelt fibermaterial som bland annat används till skottsäkra västar. Att välja dynema i stället för en traditionell hård bygel i kolfiber eller stål till lårrets baksida ger både större sittkomfort och en mer estetisk/följsam lösning. På bilden kan man se hur lätt dynemabygeln ger efter för Jennys tumtryck. Förutom ökad sittkomfort och det estetiskt förhöjda värdet, kan också bygeln ge mindre slitage på kläder. På samma bild ser man hur Jenny håller upp en vajer från helbensortosen. Den kontrollerar låset i knäleden. I stället för att låsa/låsa upp knäleden med en resår i bygeln bakom knäet kontrolleras låsmekanismen med en vajer. Denna kan manövreras från exempelvis fickan. Ortosen låser precis som vanligt när benet rätas ut men låses upp genom ett drag i vajern. Även denna lösning ger större sittkomfort och ger ett kosmetiskt bättre resultat då man slipper en bygel som sticker ut bakom knäet.

På Aktiv Ortopedteknik experimenterar man också med förbättrade alternativ till klassisk läderklädsel till ortoser. Man testar bland annat en textilpolstring som är tvättbar och som också är varmare och därför bra till personer som fryser.

- Ett tips i vinterkylan är batteridrivna skosulor som värmer fötterna hos frusna, berättar Jenny. De är svåra att få som hjälpmedel, men finns att beställa på Aktiv Ortopedteknik, men också i vissa skidbutiker. En elkabel som går mellan batteriet (som man har på benet eller i fickan) och sulan värmer en eltråd som går genom sulan.

Aktiv Ortopedteknik finns i Stockholm på Drottninggatan 99 och på Karolinska Universitetssjukhuset

Årsmöten 2006

- **Nordvästra Storstockholms Lokalförening**
Tisdag 21 februari, 19.00 – 21.00

HSO:s lokal, Dragonvägen 64 Upplands Väsby

Anmälan senast tisdag 14 februari

till Rolf Andersson 08-580 178 21 eller till RTP-S kansli 08-545 622 60.

- **Norrtälje Lokalförening**
Onsdag 22 februari, 19.00 – ca 20.30

Samlingssalen R.O.S. Roslagens sjukhem,
Hamnvägen 12, Norrtälje.

Anmälan senast fredag 17 februari

till Anita 0176-179 80 eller Nann 0176-161 44.

Kaffe och smörgås serveras efter mötet. Ca 20.00

- **Storstockholms lokalförening, RTP-StS**
Torsdag 23 februari, 18.00 – 19.30

Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg

Efter årsmötet serveras enklare måltid samt ett glas vin eller alkoholfri dryck.

Anmälan senast tisdag 14 februari till RTP-StS

08-545 622 60 eller e-post: yvonne.rtp-sts@telia.com

- **Södertälje Lokalförening**
Lördag 25 februari, 14.00 – 17.00

Gruvan, Allaktivitetshuset,

Barrtorpsvägen 1 A, Södertälje

Anmälan senast måndag 13 februari till Eva Molnar

08-551 591 41 eller RTP-S kansli 08-545 622 60.

- **RTP-S Årsmöte**
Torsdag 6 april, 18.00 – ca 20.30

Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg

En lättare förtäring serveras från 18.00. Årsmötesförhandlingarna börjar 19.00.

Ombuden till RTP-S årsmöte väljs på respektive lokalförenings årsmöte och de valda ombuden får separat kallelse till årsmötet.

Motioner till årsmötet skall vara distriktsstyrelsen tillhanda senast 1 mars 2006.

Anmälan senast fredag 31 mars för medlemmar som vill delta utan rösträtt på årsmötet.

• Föredragninglista för lokalförening

• ÅRSMÖTE 2006

• Mötets öppnande

• Förslag till föredragninglista

• § 1 Prövning av årsmötets stadgeenliga utlysande

• § 2 Val av presidium

• mötets ordförande

• protokollförare

• två protokolljusterare

• två rösträknare

• § 3 Fastställande av föredragningslistan

• § 4 Fastställande av röstlängd

• § 5 Styrelsens årsredovisning

• verksamhetsberättelse

• fastställande av resultat och balansräkning

• föredragning av revisorernas berättelse

• ansvarsfrihet för styrelsen

• § 6 Behandling av

• Motioner

• Styrelsens förslag

• § 7 Fastställande av antal ledamöter i styrelsen

• § 8 Val av

• ordförande för ett år

• halva antalet ledamöter för 2 år

• två revisorer för 1 år

• två revisorsersättare för 1 år

• ombud till distriktets årsmöte 2006

• nominering till kongressombud och

• ersättare för dessa

• valberedning

• § 9 Fastställande av budget + verksamhetsplan 2006

• § 10 Mötet avslutas

• Det kan tillkomma punkter men Lokalföreningens årsmöte måste enligt stadgarna behandla ovanstående punkter.

• RTP-S Valberedning

• Valberedningen behöver din hjälp med förslag på lämpliga personer till distriktets styrelse.

• Kontakta RTP-S valberedning:

• Kjell Ivarsson, 08-540 66 114 sammankallande

• Birgit Peterson 0176-140 36

• Mia Svensson 08-512 99 127

• Leila Haukkala 08-551 505 67

Polio ska vara utrotad 2006

Från *www.dn.se/vetenskap* har vi saxat:

Nästa år kommer sjukdomen polio att vara utrotad från jordens yta. Det förutspår en expertkommitté från WHO som har till uppgift att övervaka arbetet med att eliminera virussjukdomen. Genom att använda ett mer specialiserat vaccin, som är effektivare mot den helt dominerande formen av poliovirus, har smittspridningen drastiskt minskat i de länder där sjukdomen fortfarande finns.

– Med den goda effekt vi ser av vaccinet finns det ingen medicinsk orsak till att polio skulle behöva finnas någonstans på jorden efter nästa år, säger Oliver Rosenbauer, talesman för WHO:s polioutrotningsgrupp i Schweiz.

1988 beslutade WHO, tillsammans med organisationen Rotary, att utrota sjukdomen polio i världen. Arbetet har varit framgångsrikt. 1988 fanns sjukdomen i 125 länder och drabbade 350.000 människor per år. I dag finns polio endast i sex länder och drabbar några hundra personer per år.

Antalet nya fall och antalet länder där sjukdomen fortfarande finns har stadigt minskat. Men samtidigt som antalet nya smittade sjunker i de länder där polio fortfarande finns har utbrott av polio dykt upp i länder där sjukdomen tidigare varit utrotad.

– Så länge poliovirus cirkulerar fritt finns alltid risken för ett utbrott i poliofria områden. Vaccinerade personer kan smittas utan att märka det och bära med sig smittan till andra länder, säger Oliver Rosenbauer. Därför är det viktigt att fortsätta vaccinera barn i alla länder, även där sjukdomen inte längre finns. Sverige

har vaccinerat barn sedan 1955 och gör det allttjämt. Vaccinet ges tillsammans med vaccin mot difteri, stelkramp, kikhosta och Haemophilus B i tre doser när barnet är 3, 5 och 12 månader gammalt samt en sista singeldos vid fem och ett halvt års ålder. Över 98 procent av alla barn i Sverige har fått minst tre doser poliovaccin, enligt statistiken från 2004. Det gör att risken för ett utbrott i Sverige är så gott som obefintlig.

– Det är omöjligt att vi skulle kunna få ett utbrott av polio här, säger Lars Magnus, professor i klinisk virologi vid Smittskyddsinstitutet. Dels har vi så hög vaccinationstäckning och dels så god hygien och rent vatten att smittan aldrig skulle kunna spridas i någon större omfattning.

I SVERIGE har det inte förekommit något enda fall sedan 1977 och hela Europa klassades som poliofritt 2002.

– Vi räknar med att världen är poliofri inom sex månader förutom Nigeria, där det kommer att ta minst ett år, säger Oliver Rosenbauer.

Det beror på att de inte når alla barn vid vaccinationskampanjerna. Förra året nådde de hälften, i år 85 procent, och eftersom det krävs 3-4 doser för att bli immun kommer det att ta lite längre tid där.

Under 2005 har två stora polio-utbrott inträffat. I mars startade ett utbrott i Indonesien på den västra sidan av ön Java. Smittan har sedan spridit sig på Java och även drabbat andra öar i Indonesien. Över 250 barn har hittills smittats. Indonesien har generellt en hög vaccineringsgrad och hade fram till detta utbrott varit

fritt från polio sedan 1995. I april drabbades Jemen av ett liknande utbrott och där har närmare 500 personer smittats. I båda länderna agerade myndigheter snabbt och genomförde stora massvaccinationsdagar för att stoppa spridningen. Faran är ännu inte över, men situationen är under kontroll, menar WHO.

– Agerar myndigheterna bara snabbt och kraftfullt och vaccinerar barnen i de drabbade områdena så kan ett utbrott stoppas på sex månader, säger Oliver Rosenbauer.

Den världsomspännande organisationen Rotary hälsar beskedet om sjukdomens snara utrotning med glädje - tjugo år efter det att kampen mot polio startades.

Hur mycket Rotary i Sverige har bidragit med totalt kan inte Curt Linderöth svara på, men bara Stockholmsdistriktet, som han ansvarar för, har samlat in över 800 000 kronor.

Fredrik Hedlund

.....

Servicehundar

Servicehundar kan hjälpa till för att göra vardagen drägligare för många funktionshindrade. Hur många RTP:are som har en servicehund vet vi inte men många skulle säkert ha nytta och glädje av en sådan hund.

Är Du intresserad av att driva frågor om servicehundar för RTP-S räkning?

Kontakta Björn på RTP-S kansli telefon 08-545 622 66 eller e-post: bjorn.rtp-s@telia.com.

THAILAND december 2005 – en reserapport

I december 2005 reste min familj och jag till Thailand!

Det är väl inget märkvärdigt! Flera tusen svenskar åker dit varje år. Ja, det är sant men nu är det så att jag är urkorkat stockkonservativ. Jag har aldrig kunnat tänka mig att lämna Sverige med våra skiftande årstider, ljuset, kontrasterna mellan stad och landsbygd, mellan skärgården, västkusten och fjällen. Jag förmålligen älskar Sverige och Stockholm. Men jag måste erkänna, jag föll platt för Thailand. Thailändarna verkar vara världens vänligaste folk. Dessutom är de vackra och alltid med ett leende på läpparna. Om något problem uppstod med tillgängligheten löstes det direkt, inte nästa dag. Var rampen / backen för brant kom det alltid en hand och sköt på. Det var mer regel än undantag att fyra fem personer hjälpte till att lyfta mig i rullstolen. Maten var härlig men kunde ibland vara väl starkt kryddad för att tilltala mina smaklökar.

Jag åkte ner till Thailand efter att hört så mycket positivt om landet. Att tillgängligheten inte är den bästa det får man ta. Om man inte kan acceptera och ta emot hjälp, då skall man stanna hemma. Det var problem att klara sig själv in/ut i butiker, på hotell och upp och ner på trottoarerna. Men som jag tidigare sagt, det fanns villiga händer som hjälpte till när problem uppstod.



Vädret var inte så bra. Det låg en kallfront över Kina och Japan som pressade ner kall luft över Thailand. Många disiga dagar men + 28 grader varmt i luften och några få dagar med sol gjorde det helt okey med kortbyxor och linne. Min fru och jag bodde i ThaiCares lägenhet på 16: e våningen i hotell Laemthong med en underbar utsikt över staden SriRacha. Vi fick skjuts av ThaiCares personal till olika aktiviteter. Vår son bodde hos vänner i BangPhra.



SriRacha ligger ca 10 mil söder om Bangkok och 3,5 mil norr om Pattaya. Staden ligger på båda sidorna av väg 3 som är huvudled och går mellan Bangkok och Sattahip och vidare söderut. SriRachas stadskärna består av trevånings affärs- och bostadshus men också av varierande bostäder från eleganta villor till plåtskjul eller ett skjul av plastpresenning som tak uppsurad mellan två träd.

En av dagarna åkte vi med båt i 45 minuter ut till ön Koh Si Chang, ett badparadis. Koh Si Chang är en liten ö men ack så kuperad. Att ta taxi till stranden var ett måste. Det lilla samhället nere vid hamnen var en upplevelse att kunna ströva omkring i. En ö man bör besöka om man är i närheten.

Buddismen är den största religionen i Thailand. Överallt finns det tempel och på nästan varenda tomt



fanns små minitempel/altare med rökelse och blommor för att hålla andarna borta från bostadshuset.

Det finns få stora köpcenter men många små affärer. Affärsidkarna bor oftast i ett rum precis innanför affären. Eftersom man såg igenom affären och in i bostaden, såg man också hur spartanskt det var i rummet. Ett lågt bord, i bästa fall några madrasser på golvet annars ett skynke till säng och ett kylskåp samt en påslagen tv. Eftersom det är så billigt att äta ute är de få som lagar sin mat själva. För 50 kronor äter 3 personer en riktigt stor god middag då inräknas också öl, vatten och läsk. Vi åt bara inhemsk mat och den var jättegod.

Runt vårt område finns massor med 18 – 27-håls golfbanor, några av dem spelade vi också på. Närheten till havet och sandstränder gjorde det naturligt med bad om dagarna.

I BangPhra bygger nu ThaiCare en resort med fristående hus och lägenheter, affärer, pooler en rehabiliteringsanläggning, 150 m från havet och egen badstrand. Vi besökte resorten. Det är bara att gratulera de som tänker köpa hus/lägenhet eller bara åka ner på semester. Ni kommer inte att ångra er. Ett fantastiskt land som vi vill besöka igen.

Anders Lissegårdh

Lokalföreningarna informerar!

Nordvästra storstockholms lokalförening



Hans Hellström, Tommy Svensson, Bengt-Erik Johansson, Hans Andersson, Rolf Andersson, Deborah Johansson och Åke Fahlström.

Bad och biljard inom RTP-NV

Vår återkommande och största aktivitet inom lokalföreningen är bad med gymnastik och biljard varje måndag mellan klockan 17.00 – 20.00 på Dragongården i Upplands Väsby.

Badet och biljarden samlar ett mycket sammansvetsat gäng som förutom spelet har mycket kul med råa men hjärtliga skämt.

– Det bästa varje vecka är badet och biljarden på måndagarna, säger de flesta av de aktiva hurtbullarna. Efter badet varje måndag träffas vi för fika. Den sista måndagen i månaden har vi en stående inbjudan till alla medlemmar från vårt område till en träff för social samvaro och även då vankas det kaffe med dopp.

- Vi har biljardturnering som avslutas månadsvis. Den som vinner flesta gångerna per år får en pokal att glädjas åt och det har Bengt-Erik Johansson, alias Biljardkungen, fått. På bilden syns Bengt-Erik som nyss satt igång spelet. Nya medlemmar är välkomna i mån av plats.

Text och foto: Barbro A

Norrtälje Lokalförening

Norrtälje Lokalförenings planer för våren 2006 är:

- att starta självhjälpsgrupper, se LIV nr 5 / 2005, gör intresseanmälan snarast till Nann Palmgren, telefon 0176-161 44.
- att starta en grupp för att spela bocchia, gör intresseanmälan snarast till Lasse Pettersson, telefon 0176-140 36.

Frågor besvaras av Marie Kärin 0176-23 99 90, 0703-16 10 07 eller e-post karlin@tele2.se.

Södertälje lokalförening

Södertälje Lokalförenings planer för år 2006:

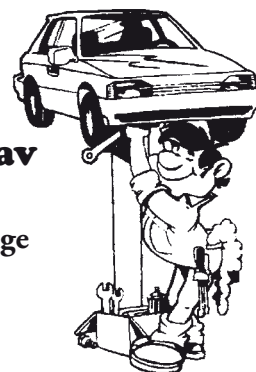
- Hobbykvällar 6 och 20 februari, 6 och 20 mars, 3 och 18 april, 15 och 29 maj samt 5 juni.
- Whiplashmöte med Juristerna Niklas Sällberg och Rikard Wallerius. Datum är inte ännu fastställt.
- Vårutflykt till Linköping.

Ska du byta bil?

Kontakta oss för rådgivning före bilköp. Vi erbjuder fri årlig funktionskontroll av de ombyggnader vi utför. En viktig säkerhetsrutin! Vi är godkända av försäkringsbolag att åtgärda försäkringsskador.

Vi kan anpassning av handikappfordon!

Rörvägen 57, 136 50 Haninge
Telefon: 08-500 128 38
Mobil: 070-836 04 57
Fax: 08-500 128 17



Tips

RTP-S hemsida – www.rtp.se/rtp-s

Besök RTP-S hemsida för att läsa senaste nytt om vad som händer på distriktet i Stockholms län. Har Du synpunkter på RTP-S hemsida ta kontakt med Christer Olsén på RTP-S kansli.

Akvarellutställning på RTP-S kansli

När du besöker kansliet passa på att titta på konsten som hänger på våra väggar.

Det är våra medlemmar i akvarellgruppen som ställer ut.

Anmäl bristerna till byggnadsnämnden!

RTP-StS har blanketterna om du vill skicka en anmälan om hinder på allmän plats eller i allmän lokal. Kontakta RTP-S kansli, Yvonne Andersson telefon 08 545 622 70 eller e-post yvonne.rtp.sts@telia.com.

Den nya paragrafen i plan- och bygglagen lyder: ”I byggnader som innehåller lokaler dit allmänheten har

tillträde och på allmänna platser skall enkelt avhjälpta hinder mot lokalernas och platsernas tillgänglighet och användbarhet för personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga undanröjas i den utsträckning som följer av föreskrifter meddelade med stöd av denna lag.”

Det betyder att fastighetsägare och lokalinnehavare är skyldiga att ta bort hinder genom att komplettera trappor med en ramp eller ta bort en hög tröskel.

Det innebär också att varningsmarkeringar, skyltning, belysning, ljudmiljö och räcken ska åtgärdas och utformas på ett bra sätt.

Mer information finns att hämta på Boverkets hemsida www.boverket.se.

Säljes

Skrivbord i björk, höj/sänkbart med motor, vänstervridet 160 x 120. Som nytt. 2 800 kronor, Kontakta Ingmarie 0709-95 71 99

Historia kring Ingefäran

Många äter ingefära på grund av att den har en inflammationshämmande och smärtstillande verkan. ”Äter man ett stycke ingefära varje morgon får apotekaren dö av hunger” lyder ett kinesiskt talesätt.

Till Skandinavien kom roten på 1100-talet. Att den heliga Birgittas far lagman Birger Person var en rik man förstår man av räkenskaperna efter hans gravöl 1328. Bland de ofantliga kryddmängderna återfanns drygt ett kilo ingefära, vid en tid då 1.7 kg kostade lika mycket som ett slaktat nötdjur.

Ingefära fanns enligt bevarade uppteckningar i Gustav Vasas kryddkammare. Vid samma tid, 1540, klagades det i en skrivelse från införselorten Lödöse i Göteborgstrakten över förfalskningen av kryddor t.ex. ”färgad ingefära, saffran, nejlikor och andra kryddor, därutav människorna titt och ofta svåra, långvariga och oförvinnerliga sjukdomar efterföljer”.

En tysk som reste i Sverige 1586 berättade hur bönderna i Blekinge och Småland förstår att begära av en gäst muskot, kanel, nejlikor, ingefära o.dyl. men att få något av dem även för penningar händer ej ofta”....

Ursprung, kanske Java, där den växer vilt. Växten har odlats så länge i Asien att det är svårt att spåra det

vilda ursprunget. I Kina har roten omtalats i läkeböcker sedan 3000-talet före f. Kr. Roten har även haft stor betydelse i Egypten, Grekland, Rom, Amerika och övriga Skandinavien. Allt från medicinalväxt, krydda och att mota trolldom.

Hämtat från www.shenet.se



Posttidning B

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

Retur till: RTP-S
Starrbäcksgatan 11, 172 74 Sundbyberg



BOSSE

Råd Stöd & Kunskapscenter

www.bosse-kunskapscenter.se

Döbelnsgatan 59
113 52 Stockholm

Tel: 08 - 544 88 660

Fax: 08 - 544 88 661

Mail: bosse@bosse-kunskapscenter.se