

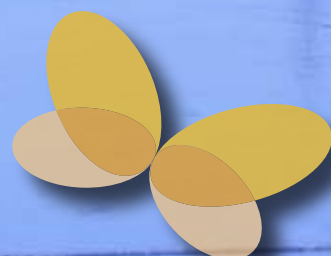
RTP-S

aktuellt

Nr **1**
2012

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S, STOCKHOLMS LÄN

Låt 2012 bli ditt bästa år hittills!
Katharinas värld och verklighet
Ett år har gått...





Tillsammans hittar vi lösningar.

Utan remiss och utan avgift kan du träffa en konsulent på BOSSE-Råd, Stöd & Kunskapscenter. Hos oss får du som är mellan 16-65 år, bor i Stockholms län och har en funktionsnedsättning hjälp med att hitta lösningar på frågor som rör din vardag t.ex. personlig assistans, hemtjänst, arbete eller sysselsättning m.m.

Vi erbjuder även cirklar och tematräffar som tar upp olika intressanta ämnen. För dig som har personlig assistans erbjuder vi skräddarsydda utbildningar för dig och dina personliga assistenter. Utbildningen finansierar du via din assistansersättning.

Besök vår hemsida eller kontakta oss så berättar vi mer. Välkommen att boka en träff som passar dig!



**Vinnare av 2010-års
kvalitetsutmärkelse
i Stockholms stad**



bosse@bosse-kunskapscenter.se | 08 - 544 88 660 | www.bosse-kunskapscenter.se



Folkhögskola

– långa och korta anpassade kurser

Rehabilitering/träning

– med sjukgymnaster, arbetsterapeuter och kurator

Rekreation

– i en vacker, rogivande miljö

Diagnoskurser

– ALS, MS, MG, Parkinson, Stroke, CP, NMD, Ataxi m.fl.

Aktivitetskurser

– testa dina gränser

– Nyhet 2012! Kurs i sociala medier vecka 8.

Lär dig använda Facebook, Twitter etc. Bygg nätverk och uttryck din åsikt.

Modern idrotts- och simhall

– med tillhörande SPA-faciliteter, anpassat, hög- och sänkbar bassäng

Boende med hotellstandard

– Helpension med varierad, vällagad husmanskost

*Vi har avtal med
Stockholm avse-
ende neurologisk
rehabilitering!*

Nyhet!

Valjeviken – nu också i Mättinge!

Idyll i Trosa skärgård. Anpassad anläggning för:

Rekreation

– njut av skärgårdsmiljön och låt lugnet infinna sig

Korta kurser

– utveckla dina intressen

Läger/aktiviteter

– testa dina gränser tillsammans med andra

Samverkanskurser

– gör något mer av er konferens

Diagnoskurser

– lär dig mer om din egen eller anhörigs diagnos och vilka möjligheter som finns.

Livslust

Framtidstro



Tfn: 0456-151 15 / E-post: info@valjeviken.se / Hemsida: www.valjeviken.se

Innehåll

Med mina ord	3
Katharinas värld och verklighet	4
Ett år har gått ...	5
Kända personer med polio	6
Mälargårdens officiella invigning 1972	8
Södertälje 30 år	10
En eftermiddag i smärtans tecken	10
Studiebesök på hotell Victoria Tower	11
Bad – Gymnastik – Bastu	12
Aktiviteter	13
Resor under 2012	18
NTF Stockholm/Gotland Rådet för oskyddade trafikanter (ROT)	19
Valberedning	20
Årsmöten 2012	21
Kalendarium	22
Kontakta oss	23

Bli medlem i RTP!

Enskild medlem 225 kr/år
Familjemedlemskap 275 kr/år
Plusgiro 48 62 02-5.

PERSONSKADE FÖRBUNDET RTP

Stockholms läns distrikt, RTP-S

RTP-S Aktuellt utges av:
Personskadeförbundet RTP-S,
Stockholms län

Adress: Starrbäcksgatan 11,
172 74 Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

Fax: 08-545 622 75

E-post: info@rtps.se

www.rtps.se

Plusgiro: 82 59 87-1

Plusgiro för gåvor: 90 10 20-8

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare: Rolf Andersson

Redaktion: Barbro Andersson och Kansliet.

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

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

Nästa nummer utkommer: 7 maj 2012

Manusstopp: 10 april 2012

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslagsbild: Riddarfjärden vintern 2011

Foto: Gabrielle Roland Waldén

Med mina ord ...



Låt 2012 bli ditt bästa år hittills!

När jag var tretton år gammal och var på väg hem från skolan en eftermiddag i januari år 1994, blev jag påkörd av en taxibuss i nära 100 km/h. Jag blev halvsidesförlamad och ådrog mig bland annat en hjärnskada. Ända sedan jag vaknade upp på Karolinska sjukhuset för nästan 18 år sedan, har jag ägnat mitt liv åt att rehabilitera- och utbilda mig och så klart att leva livet!

Trots kronisk smärta, svårigheter med koncentration etc, lever jag ett gott liv idag. Jag tog min lärarexamen i juni 2006, blev anställd på hösten och arbetade sedan som lärare i svenska och drama på ett mediagymnasium i Uppsala fram till och med i våras. Under hösten höll jag i Må bra-dagar vid RTP-S och nu i december blev jag, efter utbildning vid Sverigehälsan, diplomerad Avspänningspedagog och Stressterapeut med kognitiv inriktning.

Jag vill dela med mig av min positiva syn på livet och ge dig verktyg och idéer för hur du kan leva ditt liv på bästa sätt.

Ett nytt år ligger framför dig, ett år som du kan forma hur du vill utifrån just dina förutsättningar. Omfamna möjligheterna och dig själv med kärlek och omtanke. Låt detta år bli året då du rör om dig själv, året då du ger dig själv energi och glädje.

Sätt dig en stund och fundera över vad det är som berikar dig som människa, vad du mår bra av och vad du önskar mer av i ditt liv. Vilka relationer vill du fördjupa? Vad vill du lära dig och utveckla hos dig själv?



Planera in en sak varje vecka, de kommande månaderna, som gör dig glad och som gör att du känner dig levande. Det kanske är dags att söka till den där buggkursen, som du så länge funderat på, göra den där resan som du så länge drömt om, eller varför inte ringa en vän som du inte har hört av på länge.

När du är nyfiken mot dig själv och omvärlden och tar reda på vad du tycker om och vad just du behöver i ditt liv, kan du göra år 2012 till ditt bästa år hittills!

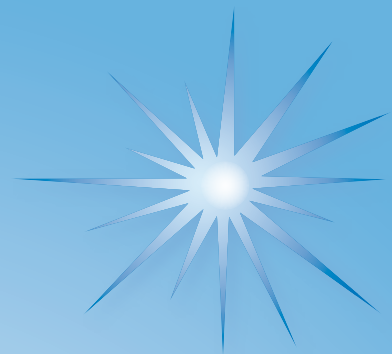
Du har huvudrollen i ditt liv!

MADELINE AMORSTIERNA

En vers ur dikten "Fridsröster" av Esaias Tegnér.

*Är du lycklig, väl så gläd dig
åt din lycka med en var,
och ju mer du delar med dig
desto mera har du kvar.
Räck oss handen, vägra ingen,
låt var glädje som du njöt
flyga genom brödraringen
liksom en elektrisk stöt.*

Katharinas värld och verklighet



Jag lever med tacksamhet och är nu skyldig att leva mitt liv

Låt mig berätta min historia, den väldigt korta versionen. För cirka 10 år sen förändrades mitt liv tack vare en trafikolycka. Jag säger faktiskt tack vare olyckan. En förändring som växt fram och som jag nu med distans är stolt över. Jag har under denna tid hunnit möta många människor och många möten har dock inte varit av positiv karaktär. Dels handlar det om synen på livet och dels handlar det om andras syn på mitt liv. Möten med misstro har varit otaliga och stunder då jag förträngt och dolt min historia och vem jag är har varit desto fler. En daglig kamp med hinder och svårigheter som inte fanns där innan. Det sägs att om man förlorar ett sinne förstärks ett annat. Jag må ha förlorat en del av min kapacitet och min förmåga i vissa sammanhang, men i och med detta tror jag att viljan och drömmarna blev starkare. Ingen-ting har sedan dagen i oktober för 10 år sen varit lätt. Varje steg i livet behöver vara ett anpassat steg. Men vad jag drömmer om och vad jag vill kan i alla fall ingen ta ifrån mig.

Jag kan inte säga att bilolyckan varken försämrade eller förbättrade mitt liv. Helt klart är att mitt liv inte är vad det hade varit utan bilolyckan. Ändå brukar jag säga att om jag fick leva om mitt liv är

jag inte alls så säker på att jag skulle välja bort bilolyckan. Den har trots allt gett mig så mycket som jag aldrig annars hade kunnat få. Varje dag märker jag att jag fått gåvor som många andra människor inte har. Jag tror på ödet och ödet bestämde att detta skulle hända mig. Varför vet jag inte. Jag väntar på det svaret, om jag får det svaret medan jag lever vet jag inte. Men jag vet att det finns en mening med det som hänt och det är min skyldighet att göra något av det som kommit till mitt liv. Tills jag får svaret är det min skyldighet att leva mitt liv.

Jag har lärt mig att jag numera vet att det är bara jag som vet vad jag känner. Jag vet att jag kan min egen sanning. Jag vet att jag är den som är bäst på att vara jag. Precis så är det även med Dig. Det är bara Du som vet vad Du känner. Du kan Din egen sanning. Du är den som är bäst på att vara Du. Men det krävs mod, det krävs ständigt mod. Mod för att be om hjälp. Mod för att våga be om hjälp. Mod för att våga leva. Mod för att våga drömma.

Så lyssna på Dig själv, känn efter hos Dig själv, förmedla det Du känner och tro på Dig själv.

Jag är nu en människa med mening och innehåll, inte bara en människa med erfarenhet och historia.

Du är den enda som är bäst på att vara du!

*Allt kan man ta ifrån
människan. Utom en sak
– den yttersta friheten att
välja förhållningssätt till det
som livet för med sig.*

– Viktor Frankl

Mitt namn är **Katharina Jansson** och jag är 26 år. Trots smärta, svårigheter och hinder här i livet vill jag lägga fokus på det som är möjligt och positivt, både hos mig själv och hos andra människor. Jag identifierar mig inte längre med min skada, utan inser att jag faktiskt har egna inneboende möjligheter att möta livets skiftningar. Jag kan inte leva mitt liv precis som alla andra, men jag kan leva mitt liv på mitt eget sätt. Ett gott liv.



KATHARINA JANSSON

Ett år har gått...

”Projekt för armamputerade” har nu varit i gång i ett år och kommer att fortsätta under 2012. Målet med projektet är att höja livskvaliteten hos målgruppen genom att öka mängden information om funktionsnedsättningen. Det har funnits alldeles för lite information om just den här gruppen och de har tidigare inte haft möjlighet att träffa varandra. Projektet finansieras av Allmänna Arvsfonden och sker i samarbete med Röda Korsets armprotesenhet vid Röda Korsets Sjukhus.

Tips och råd toppar önskelistan

– Mycket har hänt under det här året, säger Ingela B Dahne som är ledare för projektet. Under våren 2011 bjöd vi in cirka 200 armamputerade/dysmelister till projektet varav 39 har valt att gå med. Den utvärdering som dessa medlemmar sedan fick fylla i visar att många önskar mer kunskap om sin funktionsnedsättning. Det som toppar listan är att man önskar tips, råd och problemlösningar från andra. Att få mer kunskap om armproteser, hjälpmedel, stöd och rättigheter är också mycket eftertraktat.

Vad gör projektet?

Tips och råd kan man få genom att samtala med andra på träffar eller lunchmöten men också genom att titta på projektets hemsida www.rtps.se klicka på projekt för armamputerade och därefter på tips och råd. För att deltagarna i projektet ska få möjlighet att träffas så har det hittills arrangerats två tematräffar, en om hjälpmedel och en om träning. Tre lunchträffar på Pampas Marina har avverkats där man utbytt erfarenheter med varandra. En grupp medlemmar har träffats fyra gånger för samtal med en psykolog med syfte att bearbeta den psykiska belastningen som det innebär att leva med en arm. Under 2012 kommer fler tematräffar att anordnas.

Tips och problemlösningar flödar

Ett stort arbete i projektet är att samla

in tips från medlemmarna och presentera dem på hemsidan. – Under de träffar som arrangerats så har tipsen flödat, säger Ingela. Även om det inte berättas som ett tips så hör man hur folk har löst situationer på olika sätt. Det kan vara så enkelt som att någon har insett att det är väldigt jobbigt att bära saker t.ex. kassar i den kvarvarande handen och har börjat använda ryggsäck istället. Om man är nyamputerad kan ett sådant råd vara jättebra att få för det kan ta ett tag innan man upptäcker det själv.

Vad är svårt att göra när man saknar en hand?

Av de medlemmar som svarade på utvärderingen så lever hälften med protes och hälften utan. Hur är det då att leva med en arm/hand? Vad upplever medlemmarna är svårt att göra? Många tycker det är besvärligare att göra olika arbeten och att det tar längre tid. Saker som paddla kanot, använda motorsåg, köra vattenskoter på utlandssemester, jaga, spela golf, bära saker, cykla, köra motorcykel/motorcross, reparera maskiner, snickra, utföra pappersarbete och spela ett instrument, kan vara svåra att göra.

Innerficka

Tipsarens kommentar: En innerficka i ytterkläderna eller i kavajen gör det lätt att få tag på plånbok, biljetter etc. utan att behöva böka med en väska. En passväska passar bra för ändamålet då den ofta har flera små fickor med dragkedja men det går också bra med en liten tygbit. Sy fast fickan på insidan av jackan.

Inköpsställe: Åhlens, väskaffärer, Coop

Tipsare: Lilian Takayama

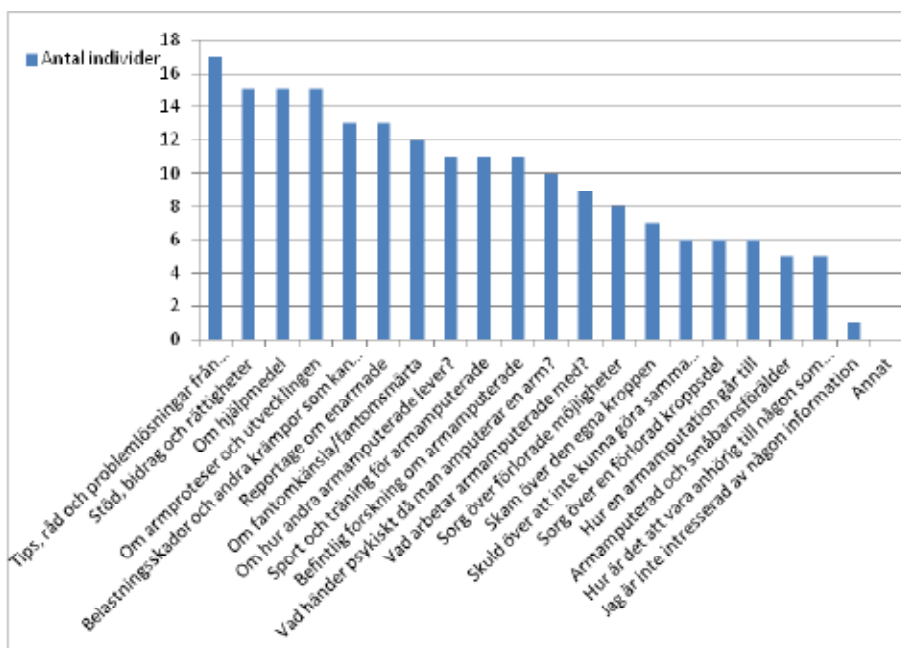


Här är exempel på ett tips som du kan hitta på projektets hemsida.

Livet är lika gott!

Trots alla svårigheter man ställs inför som amputerad så skattar gruppen i medelvärde sin livskvalité till 7,0 av 10,00 möjliga. En skattning av livskvaliteten före amputationen var 6,8 av 10,00. Dessa siffror talar för att när man väl anpassat sig till den nya livssituationen så upplever man livet ungefär lika gott som när man hade två armar.

INGELA B DAHNE



Ett stapeldiagram över vad armamputerade/dysmelister önskar för information om sin funktionsnedsättning.

Kända människor med polio

I tidigare nummer av Aktuellt har jag i flera artiklar skrivit det jag hoppats varit lite "nyttig" läsning om vad som händer inom forskningen om polio och postpolio, om hur man ska träna på bästa sätt och så vidare. Här ägnar jag mig åt lite kuriosa istället och berättar om kända människor som haft polio – en sorts "kändisspotting" – enbart som lite underhållning så här mitt i vintern.

Det finns förstås många välkända personer inom kultur, sport, vetenskap, politik med mera som haft polio och är så kallade "polio survivors", det engelska begreppet för dem som haft polio och överlevt.

En polioskadad känd person vars historia berör mig särskilt är *Wilma Rudolph*, den amerikanska sprintern som under sin karriär satte totalt fem världsrekord. Hon var den första kvinnliga löparen att springa 200 meter på under 23 sekunder. Wilma Rudolph kallades "den svarta gasellen".

Wilmas historia berör mig eftersom den är så fantastisk och även

för att hennes polioskada liknar min – och ändå inte alls! Wilma fick polio när hon var fyra år gammal. Hennes vänstra ben och fot blev förvridna och hon gick med ortos i ett par år. Polio slår säkerligen alltid olika, ingen polioskadad är den andra lik. Själv fick jag också polio när jag var fyra år, mitt vänstra ben var särskilt drabbat och kom efter i växten. Polion ledde till betydligt svagare muskler i vänster ben och även en klar längdskillnad mellan vänster och höger ben. Sprinter hade jag aldrig kunnat bli. Wilma måste ha klarat sig utan att få längdskillnad. När hon lagt av ortosen kämpade hon sig fram till att bli en sprinter och verkligen i världsklass!

En av 22 syskon

Wilma föddes 1940 i en fattig och väldigt stor familj – hon var nummer 20 i en syskonskara på 22. Bara det låter smått otroligt. Föräldrarna körde henne regelbundet till ett sjukhus i en annan stad där hon fick behandling för sin polioskada, och mellan sex och nio års ålder bar hon ortos på vänster ben.

När hon var tolv år kunde hon gå utan ortos eller stöd av något slag. Hon bestämde sig för att börja med friidrott och började så småningom med basket i sin skola inspirerad av att en av hennes äldre sysstrar var med i ett basketlag. Och det var i baskethallen hon upptäcktes av en tränare inom friidrotten.

Vid OS i Melbourne 1956 var Wilma med och sprang stafett 4x100 meter. Laget tog bronsmedalj. I Rom fyra år senare tog hon guld på såväl 100 som 200 meter och var dessutom med i USA:s stafettlag som vann 4x100

meter och satte världsrekord. Segern betydde mycket för Wilma vars stora inspiration var Jesse Owens som vunnit fyra guldmedaljer vid OS i Berlin 1936.

Wilma slutade tävla när hon var 22 år och blev istället lärare. Hon arbetade också som coach inom friidrotten och som sportkommentator i tv. Hon dog bara 54 år gammal av cancer.

"Filmpolioter"

Inom filmvärlden finns flera "polio-kändisar". Här är några av dem:

Francis Ford Coppola, som regisserat filmer som "Gudfadern" (I-III), "Apocalypse Now", "Dracula" med flera, var tio år gammal när han fick polio och tillbringade långa tider till sängs. Värst drabbad var tydligen hans vänstra sida. I sängen ägnade han sig åt att titta på tv eller leka teater med hemgjorda dockor. Man trodde först att Coppola aldrig skulle kunna gå mer men hans far anlidade en sjukgymnast åt sonen och efter långvarig sjukgymnastik och träning kunde han börja använda sina ben igen.

Mia Farrow har medverkat i mer än 45 filmer som "Rosemary's baby", "Kairos röda ros" och "Hannah och hennes sysstrar". Visst kändisskap har hon nog även genom sina giftermål eller förhållanden. Först som mycket ung var det Frank Sinatra, senare André Prévin och därefter Woody Allen.

Nio år var hon när hon fick polio. Hon låg på sjukhus i tre veckor, del av tiden fick hon hjälp med andningen i en s.k. järnlunga. Vilka bestående skador hon fick vet jag inte. I varje fall har hon senare i livet engagerat sig för att hjälpa polioskadade. Vid sidan av sin karriär inom filmen har hon varit goodwill-ambassadör åt UNICEF, inte minst i Afrika där hon bl.a. verkat för att sprida kunskap om åtgärder för att få stopp på polion. Hon har också adopterat barn från Afrika.

Donald Sutherland är en annan "filmpoliot". Han fick polio som barn, hur



Wilma Rudolph vid målnöret i en tävling i Madison Square Garden 1961. Foto: Library of Congress World Telegram Photo.



Mia Farrow med liten baby i famnen. Detta var på Haiti efter katastrofen 2008. Foto från UNICEF.

gammal han var vet jag inte. Men efter vad jag läst ledde långa sjukdomsperioder till sängs på sjukhus eller hemma till ett stort intresse för att läsa böcker vilket kanske i sin tur ledde till skådespelarkarriären. Han har spelat i filmer som "Nålens öga", "Mash" med flera, och i dag är han nog också känd som pappa till skådespelaren Kiefer Sutherland.

Konst och musik

Frida Kahlo var en mexikansk konstnär som levde 1907 till 1954. Kahlo fick polio när hon var sex år gammal. Det drabbade särskilt hennes ena ben, och hon klädde sig sedan alltid i långa färggranna kjolar för att dölja sitt

smalare "polioben". Hon verkar ha drabbats mycket hårt även på annat sätt. Hon hade en medfödd ryggmärgsskada och råkade dessutom ut för en allvarlig trafikolycka när hon var 18 år gammal. Hon satt på en buss som krockade med en spårvagn och blev mycket illa skadad. Hela sitt liv efteråt levde hon periodvis med mycket svår smärta. Hon gifte sig med konstnären Diego Rivera. Frida Kahlo dog bara 47 år gammal efter många år av för mycket alkohol och starka smärtstillande medel. Man vet inte om hon dog av detta eller om hon tog livet av sig.

Inom musikens område har vi den mycket framstående violinisten *Itzhak Perlman*. Han föddes i Tel Aviv 1945. När han var fyra år gammal drabbades han av polio. Han tillfrisknade och lärde sig gå igen med hjälp av kryckor. I dag använder han permobil och när han uppträder med sin fiol sitter han och spelar. Perlman har spelat på scener och i konserthus världen över och förstås även medverkat i ett stort antal skivinspelningar – eller cd som det heter nu för tiden.

Osäkra sjukdomsfall

Det finns flera fall i historien där man inte vet om en person haft polio eller om en dokumenterad skada berodde på något annat. Det är ju inte så lätt att ta reda på i fråga om t.ex. *kejsar Claudius* i Rom som levde från år 10 f.Kr. till år 54 e.Kr. Före andra världskriget trodde historikerna att de symptom som Claudius enligt historiska källor uppvisade berodde på polio,

och det är som polioskadad Claudius beskrivs i boken "Jag, Claudius" av den engelske författaren Robert Graves från 1930. Senare historieforskare tror att Claudius kan ha varit CP-skadad och även Tourettes syndrom har nämnts i sammanhanget.

En person som man länge trodde hade just polio var *Franklin D. Roosevelt*, amerikansk president 1933-1945. När han var 39 år och var på semester i Kanada blev han sjuk och fick bestående förlamning från midjan och nedåt. Han fick diagnosen polio. Roosevelt provade en lång rad olika behandlingar. 1926 köpte han en anläggning i Warm Springs i Georgia där han startade rehabilitering och sjukgymnastik för polioskadade. Verksamheten vid Warm Springs är fortfarande i full gång och heter i dag *Roosevelt Warm Springs Institute for Rehabilitation*. Det var ju också Roosevelt som under sin presidenttid startade *March of Dimes*, en icke vinstdrivande organisation vars syfte var stöd för polioskadade.

I det allmänna medvetandet är nog president Roosevelt den kända person som de flesta förknippar med just polio. I dag tror man dock att han drabbades av Guillain-Barrés syndrom, en akut sjukdom i perifera nerver som leder till fortskridande förlamning. Hur det var i verkligheten får vi väl aldrig reda på varken i fråga om Roosevelt eller om kejsar Claudius. Men det spelar ju inte så stor roll heller.

GABRIELLE ROLAND WALDÉN

Rotary Åland satsar stort mot polio – Polio ska utrotas 2012

Nu gör rotaryaner på Åland en sista ansträngning för att nå ett långsiktigt mål – en poliofri värld.

Mariehamns och Godby Rotary lanserar en bred kampanj som täcker hela Åland i syfte att rädda 100.000 barn från polio. Insamlingen startade på Godbymässan den 19 november 2011 och kommer att rikta sig till

både allmänheten och företag. Ett fullgott skydd för ett barn kostar bara 50 cent, vilket gör att alla kan bidra och vara med och göra humanitärt värdefulla insatser. Inget barn i världen skall längre dö eller invalidiseras av polio.

För att tydliggöra satsningen har ett "END POLIO NOW"-frimärke



tagits fram i samarbete med Posten Åland.

Samarbetspartners är Rotary International, Världshälsoorganisationen WHO, USA Agency of Health och FN:s barnfond och UNICEF.

URKLIPP FRÅN NYA ÅLAND NOV. 2011

Med anledning av Mälargårdens 40 årsjubileum som firades den 1 oktober 2011 gör vi en liten återblick och delger våra läsare en artikel om Mälargårdens officiella invigning den 14 oktober 1972.

Från tidningen RTP 4 November 1972

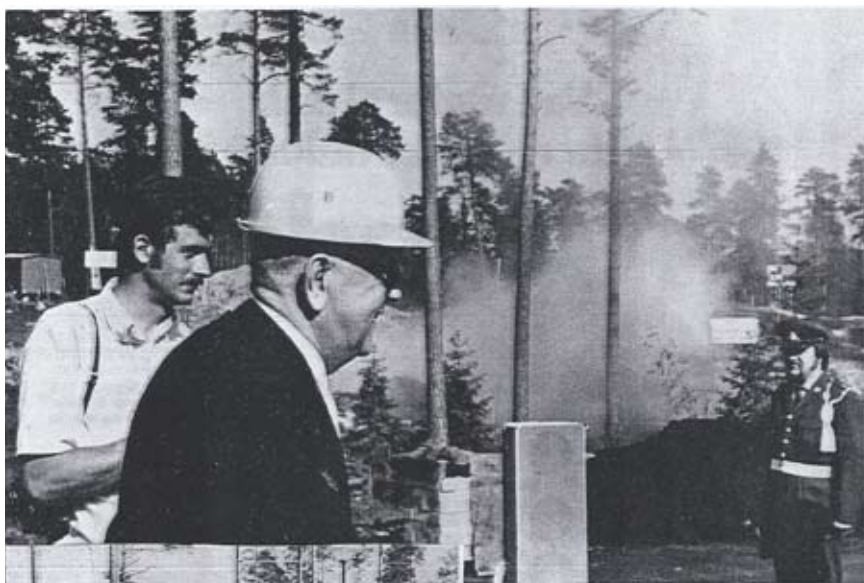
☛ Mälargården officiellt invigd av statsrådet Ingvar Carlsson

I före statsminister Tage Erlanders frånvaro blev det statsrådet Ingvar Carlsson som fick inviga RTP:s aktiveringshem Mälargården i Sigtuna. Ett 90-tal inbjudna gäster hade infunnit sig och en stor mängd gåvor överlämnades till hemmet som nu varit i drift ett år.

*Ett
skott
mot*



10/6 1970
Tage Erlander



Startskottet är ett faktum – röken lägrar sig över den plats, där RTP:s aktiveringshem skall byggas.

*isolerings
murar*

Själén i aktiveringsprojektet – Arke Lundgren – mottar Tages skyddshjälm.

Minnesgoda läsare av den här tidningen kommer säkert ihåg att det var dåvarande statsminister *Tage Erlander* som på sommaren 1970 avlossade det sprängskott, som markerade byggstarten för Mälargården, Sveriges första aktiveringshem för trafik- och polio-skadade.

Meningen var också att Tage Erlander skulle förrätta den officiella invigningen av Mälargården den 14 oktober i år. Det blev honom emellertid inte förunnat att göra det – både han och hans hustru Aina hade nämligen insjuknat i influensa. I stället fick statsrådet *Ingvar Carlsson* med kort varsel rycka in som ställföreträdare.

Till invigningen hade ett 90-tal inbjudna gäster infunnit sig och många av Mälargårdens egna gäster var också med.

Sigtuna Mässingssextett – på sju man – inledde med några taktfasta musikstycken och ordföranden i Hemstyrelsen, direktör *Stig Engström*, hälsade gästerna välkomna.

Förutom statsrådet Ingvar Carlsson fanns olika representanter för Sigtuna kommun, landstinget, handikappföreningar och institutioner samt företrädare för arkitekter, entreprenörer och konsulter som varit med om att projektera och bygga Mälargården.

Ordföranden i Riksföreningen för Trafik- och Polioskadade, professor *Sven Gard* var näste talare.

Han menade att det kunde ha sina fördelar att vänta ett år med den officiella invigningen – då har man ju hunnit se att hemmet fungerar bra.

Han fortsatte: – De högt ställda förväntningarna på aktiveringshemmet Mälargården har till fullo infriats. Ansvaret för hemmets skötsel har kommit i rätta händer. Hemstyrelsen

Ett urklipp ur tidningen RTP när dåvarande statsminister Tage Erlander sommaren 1970 avlossade det sprängskott, som markerade byggstarten för Mälargården.

och personalen har gjort en helhjärtad och kompetent insats.

Men en droppe malört fanns det dock i glädjebägaren – de stigande vårdkostnaderna.

Under år 1971 var de 195 kronor per vård dag. I år beräknas de till cirka 210 kronor.

Gästerna betalar endast 10 kronor om dagen själva.

I sitt invigningstal som inleddes med en hälsning från före statsministern Tage Erlander, kom statsrådet Ingvar Carlsson in på samhällets snabba utveckling.

Man tar ofta fram bara de positiva sidorna, sade han. De förbättrade kommunikationerna.

Maskinerna som övertar det tunga arbetet. Men det finns också negativa sidor. Bruttonationalprodukten är inte det mått på välfärden som man ofta frestas att tro – siffrorna utelämnar mycket. För det som är verkliga framsteg får man ofta betala ett högt pris.

Till de framstegen hör de goda kommunikationerna, trafiken. Det höga pris vi får betala för dem, är trafikolyckorna. Vi måste göra allt för att nedbringa deras antal och för att förbättra sjukvården. Framför allt tillhör uppföljningen det som har brustit. Uppföljningsperioden, återanpassningen i samhället efter en trafikskada, är ofta mycket svår.

Riksföreningen för Trafik- och Polioskadade bedriver här en utmärkt verksamhet. En sådan verksamhet präglad av samverkan och idealitet kan verkligen fylla en för människor viktig uppgift.

Mälargården i Sigtuna är ett exempel på detta, sade statsrådet till slut.

Och vi från samhällets sida kan bara gratulera till detta aktiveringshem.

Efter invigningen vidtog en rundvandring i Mälargården under ledning av hemmets intendent *Arke Lundgren*. Och Ingvar Carlsson fick under visningen finna sig i att fungera som försöksperson, när olika aktiveringshjälpmedel skulle demonstreras.

Så följde lunch för de inbjudna i hemmets stora matsal och efteråt fick aktiveringshemmet motta en hel rad gåvor.



Statsrådet fick finna sig i att tjänstgöra som försöksperson under rundvandringen på Mälargården. Här svävar han i selen ovanför vattenbassängen . . .



. . . och här provar han en av gymnastiksalens aktiveringsapparater.

Sigtuna kommun överlämnade genom fru *Birgitta Malmfors* en färgbildsprojektor med hopfällbar duk för visning av bland annat gästernas egna färgbilder.

Från Riksföreningen mot reumatism fick Mälargården genom direktör *Einar Engellau* motta en tavla i keramik, "pratbubblan", av *Sig Lindberg*.

Polismästare *Wilhelm Johansson* representerade Lions Club och utlovade pengar som Lions fått löfte

om för sin medverkan i en trafik-säkerhetskampanj. De ska användas för en framtida utbyggnad av hemmet. Planer finns redan på ett annex för barn och ungdom och en motionshall som komplement till gymnastikavdelningen.

På kyrkans och Sigtuna församlings vägnar överlämnade kyrkoherde *Gunnar Weman* ett antal sångböcker för andaktsstunderna vid hemmet.

En av Mälargårdens tidigare gäster ville också vara med bland givarna.

Det var *Egil Petersen*, ett av offren för tågolyckan vid Märsta. Han har en längre tid rehabiliterats vid hemmet och skänkte som bevis på sin tacksamhet en malmklocka från *Gösta Bergholtz* klockgjuteri i Sigtuna. Den har placerats i ett stativ på Mälargårdens ena vägg och skall användas för samlingsringning som gamla tiders vällingklockor.

Och därmed var Mälargården officiellt invigd.

”

Mälargården Rehab Center



Helhetslösningen inom rehabilitering

Södertälje lokalförening 30 år, 1982 – 2012

I år är det 30 år sedan Södertälje lokalförening av RTP bildades och detta kommer troligen att firas i samband med lokalföreningens årsmöte lördagen den 25 februari 2012.

Här en liten tillbakablick från lokalföreningens första år 1982.

Enligt rapporter från Stockholms-avdelningen hade redan under sent 50-tal ett flertal arbetsgrupper bildats ute i länet, i Norrtälje, Södertälje och Nynäshamn. Men det skulle komma att dröja ända till den 27 februari 1982 då Södertälje som första lokalförening bildades. Lokalföreningens uppgift var att bevaka och behandla frågor av gemensamt intresse för trafik- och polioskadade inom kommunen.

Till ordförande i den nybildade lokalföreningen valdes *Bengt Widén*, till vice ordförande valdes *Mari-Anne Ny* och till sekreterare valdes *Louise*

Genberg. Övriga ledamöter i styrelsen var *Roland Persson*, *Rolf Lönnqvist*, *Barbro Eriksson*, *Erik Gniphe*, *Yvonne Kangas* och *Margareta Isgren*.

Den nybildade föreningen, som vid starten hade 116 medlemmar, delade lokal med NHR och RmR och adressen var Östergatan 12 c i Södertälje.

Mycket snart ordnades också badverksamhet för medlemmarna och efter en överenskommelse mellan Stockholms Läns Landsting och RTP fick man nyttja bassängen på Södertälje sjukhus varje onsdag kväll och gymnastiken leddes av en leg. sjukgymnast.

I en lokal på Östergatan i Södertälje startades också hobbyverksamhet i mars 1982. Lokalen var öppen varannan måndag mellan 12.00 – 21.00.

Det var också viktigt att marknadsföra den nya lokalföreningen och i

oktober 1982 då Södertälje kommun anordnade en temavecka för sina anställda på Folkets Hus fanns RTP med och informerade om verksamheten.

Samma månad sökte RTP medlemskap i Handikappförbundens Centralkommitté HCK och till kommunala handikapprådet KHR. RTPs representant i KHR var Bengt Widén.

Den 27 november 1982 lämnade styrelsen också in en ansökan om medlemskap till Södertälje Föreningsråd och i december ordnades kontaktträff med Moderata Samlingspartiets handikappkommitté i Södertälje. Vid 1982 års utgång hade medlemsantalet ökat till 140.

EVA MOLNAR.

ORDFÖRANDE I SÖDERTÄLJE LOKALFÖRENING



Rampservice

Från och med den 1 januari 2012

kan du om du är beroende av ramp för att komma in på pendeltågen antingen ringa och beställa tjänsten på 08-600 10 00 eller ställa dig vid skylten för rampservice på plattformen för att få spontan hjälp av tågvärden.

Om du ringer in och beställer rampservice uppger du vilken tid du tänker åka, var du stiger på samt var du vill stiga av.

Observera att rampservice endast kan erbjudas på de nya tågen i pendeltågstrafiken eftersom de gamla tågen har trappsteg.



Rampskylten hittar du alltid på plattformens mitt. Foto: Alf Andersén.

KÄLLA: SL/ANDERS LISSEGÅRDH

En eftermiddag i smärtans tecken

En vacker höstdag i oktober bjöd Norrtälje lokalförening in till en kostnadsfri föreläsningseftermiddag i smärtans tecken. Föreläsningen handlade om generell smärta, rehabilitering och erfarenheter och vände sig till den som lider av smärta eller som kommer i kontakt med smärta på något sätt. Totalt hade nästan 50 deltagare samlats på Folkets Hus i Norrtälje för att lyssna till de olika föreläsarna.

Vi hade glädjen att hälsa medlemmar, anhöriga, representanter från Personskadeförbundet RTP, vårdgivare, politiker m.fl. välkomna. Föreläsare var *Gunilla Åhrén*, ombudsman på förbundet som berättade om smärtl-fysiologi, *Britt-Marie Öberg*, överläkare och *Helena Melin*, sjukgymnast från Smärtrehab på Danderyds sjukhus som berättade om hur deras smärtrehabilitering fungerar samt *Katharina Jansson*, medlem och Hälsoledagog

som berättade om sina möten och erfarenheter under sina 10 år som nackskadad till följd av en trafikolycka.

Föreläsningseftermiddagen ansågs som väldigt lyckad och Norrtälje lokalförening har fått mycket beröm för detta anordnande. Föreningen kunde räkna till att 15 stycken av deltagarna inte var medlemmar. Idag kan vi se att flera av dessa senare blev medlemmar!

En lyckad satsning var bland annat annonsering i Norrtälje Tidning några dagar tidigare, även den genererade flertalet deltagare.

Norrtälje lokalförening vill tacka alla som på något sätt bidragit till att smärtföreläsningen blev så lyckad. Ett stort tack framför allt till styrelsen i Norrtälje lokalförening, *Gunilla Åhrén* på förbundskansliet, *Britt-Marie Öberg* & *Helena Melin* på Smärtrehab, personalen på RTP-S & Folkets Hus i Norrtälje.

NORRTÄLJE LOKALFÖRENING

I PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP

KATHARINA JANSSON

Julträffen 2011



RTP-S årliga julträff som i år inföll den 24 november blev som vanligt en trevlig tillställning med julbazar, god mat och underhållning.

Cirka 40-45 medlemmar hälsades välkomna i ljusgården på Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg och bjöds på glögg och pepparkakor.

Duktiga sångkvartetten "Kvinnor" med gitarrist sjöng och spelade sånger ur egen repertoar men sjöng även några kända jul-sånger där vi alla runt bordet fick sjunga med och lufta våra stämmor.

Tyvärr fick vi återbud i sista stund från några av årets utställare i julbazaren, men det löste sig ändå och där fanns allt från chokladpraliner, keramik, handarbeten, juldekorationer, upplandskubben, servetten för festen till julloppis.

Stort tack till våra hjälpare, ledamöter i aktivitetskommittén och Maude som ställde upp och hjälpte till där det behövdes.

ROLF WIDÉN

Studiebesök på hotell Victoria Tower i Kista

Den 28 november gjorde RTP-S hjälpmedelskommitté ett studiebesök på nya Scandic Hotel Victoria Tower i Kista.

Scandic Hotell har i samråd med olika handikapporganisationer, hotellgäster och medarbetare tagit fram en checklista som de kallar Scandics tillgänglighetsstandard.

Sedan 2003 finns en anställd handikappambassadör på Scandic och en av hans första uppgifter var att utbilda samtliga medarbetare. Bland annat har de fått prova på att arbeta i rullstol. Idag är de stolta över att kunna välkomna alla oavsett funktionshinder och detta gäller alla Scandic hotell.

Anledningen till hjälpmedelskommitténs besök var just att se över tillgängligheten i detta nybyggda hotell.

Efter en god lunch i hotellets restaurang mötte vi projektkoordinator Pia Nilsson som guidade oss genom byggnaden och vi fick bland annat se konferensrum, handikapprum, handikapptoiletter, gym med bastu och inte minst men högst, skybar på 34:e våningen, där vi kunde blicka ut över stora delar av Stockholm.

I Scandic Viktoria Tower kan Scandic erbjuda handikapprum med fantasisk utsikt högt upp i huset med

hjälp av brandsäkra hissar som gör att det går att ta sig ut med rullstol.

Trots att Scandic verkligen har tänkt till då det gäller tillgängligheten så kunde kommittén peka på en hel del brister som tacksamt togs emot och antecknades.

RTP-S HJÄLPMEDELSKOMMITTÉ

Lite fakta om Viktoria Tower

Victoria Tower är ett hotell och kontorshus, ritat av Wingårdh arkitektkontor, som är beläget i anslutning till Kistamässan i Kista Stockholm och som sedan 2011 är nord-europas högsta hotell. Victoria



Tower är 120 meter högt och är därmed Stockholms näst högsta byggnad efter Kaknästornet. Huset har 35 våningar och innehåller hotell med 300 rum, varav 21 handikapprum, restaurang, konferensverksamhet och en skybar högst upp. De översta tio våningarna inrymmer också 5 000 kvadratmeter kontor.

Hotellet drivs av Scandic Hotels.

Jullunch i Haninge



Sju hungriga medlemmar träffades den 12 december på Restaurangskolan i Haninge. Vi bjöds på glögg med pepparkakor till att börja med och därefter fick vi äta allt det goda från det kalla bordet till det varma. Fantastiskt gott och en fin service av ungdomarna. Man kan tro att vi inte orkade med gottbordet men det fanns inga problem att fylla en liten tallrik med detta goda till kaffet. Vi hade en mycket trevlig stund tillsammans.

YVONNE ANDERSSON

Årets Julfest i Norrtälje



Vi blir fler och fler för varje år som kommer till årets höjdpunkt

JULFESTEN PÅ RÖDA KORSGÅRDEN

Till årets julfest gick det ut inbjudan till alla medlemmar i lokalföreningen, genom annons i RTP-S Aktuellt.

Som vanligt fick vi ett underbart gott JULBORD tillagat av Marie-Louise Balllarin. Det förekom en och annan sång under inmundigandet av julfestens alla ingredienser. Efter maten kom den årliga frågesporten som Siv ordnar. Som vanligt uppstod livliga

diskussioner om frågorna som inte alla är så lätt att svara på. Men man lär sig alltid något nytt!!! När man har roligt går kvällen fort. Jag ser nu fram till årets Julfest som är om cirka 10 månader.

TEXT: MARIE KÄRLIN

ORDFÖRANDE NORRTÄLJE

LOKALFÖRENING

FOTO: JOHAN THELIN



Bad – Gymnastik – Bastu



Vill Du få guldkant på tillvaron? Vill Du må bättre? Vill Du få motion i en bassäng med 34° vatten? Det finns hjälpare vid de flesta av våra bad! Kontakta någon av personerna nedan. Det finns lediga platser på de flesta baden.
Badavgiften är 250 kronor per termin. Kontakta respektive badombud. 250 kr sätts in på pg 82 59 87-1 eller bg 901-0208. Glöm ej avsändare och vilket bad insättningen avser.

Bad	Kontaktperson	Badtider	Vårens sista baddag
Danderyds Sjukhus (1+2)	Lotta Änggård 08-767 14 11	Måndagar 17.30 – 19.00 Bassäng eller mattgympa 3 bad- och 1 mattgrupp	11 juni
Danderyds Sjukhus (1+2)	RTP-S kansli	Torsdagar 09.30 – 10.45 2 grupper	14 juni
Danderyds Sjukhus (1+2)	RTP-S kansli	Fredagar 10.00 – 10.30 1 grupp	15 juni
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Bo Nylund 070-325 66 80	Måndagar 17.00 – 19.00	11 juni
Liljeholmsbadet (1+3)	Gunborg Rydell 08-765 49 75 076-634 82 98	Onsdagar 17.00 – 20.00	30 maj
Långbrobadet (1+3)	Sonja Pettersson 08-97 33 10 Lennart Johansson 08-91 17 10	Söndagar 09.00 – 11.00	10 juni
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	Lage Eckeskog 0703-66 61 33 lage.eckeskog@comhem.se	Måndagar 18.15 – 19.30	11 juni
R.O.S. omsorg & service Norrtälje (1+2)	Nann Palmgren 0176-161 44	Onsdagar 17.00 – 21.00	30 maj
Södertälje (Lotsen) (1+2)	Ove Björklund 08-550 172 38	Onsdagar 18.00 – 19.15	13 juni
Huddinge Sjukhus Rehab-bassängen (1+2)	RTP-S kansli	Torsdagar 17.45 – 19.30 2 grupper	7 juni
Aktiva Re Åkersberga vårdcentral (1+2) Badet administreras inte av RTP-S. Avgift 70 kr/gång gäller.	Boka tid hos sjukgymnast. Tel receptionen: 08-587 521 40	Det finns flera tider. Bokas hos din ansvariga sjukgymnast.	Meddelas av din ansvariga sjukgymnast.

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

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

Aktiviteter

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

RTP-S DIALOG

Dialog Nackskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till nackskadades dialoggrupp. Under våren finns det två grupper – en på dagtid och en på kvällstid.

Onsdagar kl 13.00 – 15.00

8 februari, 7 mars, 18 april, 9 maj, 13 juni.

Torsdagar kl 18.30 – 20.30

9 februari, 8 mars, 19 april, 10 maj, 14 juni.

Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Plats: RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg.

Arrangör: Distriktet

Dialog Polio

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till polio dialoggrupp.

Onsdagar kl 13.00 – 15.00

29 februari, 28 mars, 25 april, 30 maj, 27 juni.

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

Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S.

Kontaktperson Rolf Widén 08-545 622 73.

Plats: RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg.

Arrangör: Distriktet

Dialog Hjärnskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till hjärnskadade dialoggrupp.

Tisdagar kl 13.00 – 15.00

14 februari, 13 mars, 10 april,

15 maj, 12 juni.

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

Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Anmälan senast måndagen före mötet till RTP-S

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

Kontaktperson Christer Olsén 08-545 622 63.

Plats: RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg.

Arrangör: Distriktet

RTP-S FRISKVÅRD

Träning på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13

Onsdagar kl 17.30 – 19.30

Vårterminen startade den 11 januari och avslutas den 13 juni.



Sjukgymnast Ida Bylund.
Foto: Lage Eckeskog.

Vår sjukgymnast Ida Bylund hjälper dig med råd och vid behov kan du få ett individuellt träningsprogram uppgjort endast för dig. Träningen kan du göra både i sporthallen eller i gymmet.

När du tränat klart, kan du gå ner till caféet och ta dig en kopp te eller kaffe.

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

Arrangör: Distriktet

"Yoga"

I stora drag handlar yoga om liv, livskraft och hur man uppnår sin maximala potential som människa. Yogateknikerna är ämnade att skapa en ökad medvetenhet och harmoni inom och utanför den individen som utför dem regelbundet. Vi börjar med teori om yoga, sedan praktik med olika rörelser.

Tisdagar kl 13.00 – 15.00

21, 28 februari, 6, 20, 27 mars, 3, 17, 24 april, 8, 22, 29 maj, 5 juni.

Vi tränar på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg.

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

Arrangör: Distriktet

RTP-S NÖJE

Kom och sjung med Bofinkarna 🎵

Tisdagar kl 16.30 – 19.00

21 februari, 13 mars, 3 april, 15 maj, 5 juni

Kören Bofinkarna är en helt medlemsarrangerad aktivitet. Vi träffas och sjunger i RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg.

Hör av dig till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se för närmare info. Se även www.rtps.se

Arrangör: Distriktet



Aktiviteter

Spelkvällar 2012

Torsdagar kl 16.00 – 19.30

29 mars, 26 april, 24 maj.

Plats: Starrbäcksgatan 11.

Kortspel och samvaro!

Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Kontaktperson är Yvonne Andersson 08-545 622 70

eller yvonne.andersson@rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening



Studiecirken "Färg, form och hälsa"

Du som bor söder om Stockholm, vill du komma och ta en fika och pyssla lite så är du välkommen till studiecirkeln "Färg, form och hälsa". Alla intresserade medlemmar oberoende av skada är välkomna till Moränvägen 3, ABF-lokalen, i Jordbro, Haninge. Kaffe med bröd till självkostnadspriset 12 kronor.

Måndagar kl 13.00 – 16.00

27 februari, 26 mars, 23 april, 21 maj.

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

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

Kontaktperson Yvonne Andersson 08-545 622 70 eller yvonne.andersson@rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening



Följ med till Liljevalchs Vårsalong

Onsdagen den 14 mars kl. 13.00

Adress: Djurgårdsvägen 60.

Entréavgift:

Grupp om minst 10 pers: 60 kronor per pers.

Vid färre än 10 pers: 80 kronor per pers.

Tillkommer kostnad för guide 1500 kronor/timme.

Vi samlar in avgiften på plats.

Bindande anmälan senast 24 februari 2012

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

Vi träffas innanför huvudentrén i god tid före kl 13.00.

Tillgängligheten är god. Hjälpare finns på plats.

Arrangör: Aktivitetskommittén

Biljard, bad, caféträffar i Upplands Väsby

Biljard: Måndagar kl 16.45 – 18.10

Pingstkyrkans lokal, Kapellvägen, Upplands Väsby.

Bad: Måndagar kl 18.15 – 19.30 (se även sid 12)

Caféträff: Efter badet fikar vi i lokalen Rubinen.

Bad och caféträff sker på Dragonvägen 88-92.

Kontaktperson Lage Eckeskog, 0703-66 61 33.

Arrangör: NV Storstockholms lokalförening

Hallwylska museet

Besöker vi den 22 februari kl 12.00 – ca 15.00

Adressen är Hamngatan 4 i Stockholm.

Betalning sker vid entrén 90 kronor/pers.

I priset ingår visning på alla våningsplan.

Att besöka Hallwylska museet är som att flytta sig tillbaka på 1800-talet.

Wilhelmina Hallwylska, som levde där, bestämde sig för att börja samla saker igen när hennes barn blivit större och hon samlade både gamla möbler, silver och porslin. Hon ville också att palatset skulle bli ett museum och att människor i framtiden skulle tycka det var spännande att se hur de bodde på 1800-talet. Inte tillgängligt för alla medlemmar.

Anmälan till Maude Stenberg 08-545 622 65, maude.stenberg@rtps.se eller till info@rtps.se

Arrangör: Distriktet



Lunch på Pampas Marina för alla armamputerade

Torsdagarna 23 februari, 26 april kl 13.00 – 14.30

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

Alla betalar för sin egen lunch.

Anmälan till ingela.dahne@rtps.se alt. 08-545 622 69.

Arrangör: Distriktet

Aktivitet i Södertälje

Hobbyverksamhet med smycketsillverkning och glasfusing.

Start måndagen den 16 januari kl 16.00

sedan var 14:e dag.

Plats: Allaktivitetshuset. Kostnad 20 kr/person/tillfälle.

Alla medlemmar är välkomna.

Frågor och anmälan till Eva Molnar 08-551 591 41

eller eva.molnar@swipnet.se

Arrangör: Södertälje lokalförening

Häng med på SPA

Nu möter vi våren med en riktigt härlig SPA-eftermiddag.

Väl där väntar oss badrockar, handduk, frukt, juice och choklad. Ansiktsmask, hårinpackning och kroppspeeling med lofvavar som vi får lära oss att använda.

Skön rygg- och nackmassage på 20 min/person ingår.

Vi får en härlig avkoppling och tid för oss själva.

Vi ses torsdagen den 12 april kl 13.00 – 16.00

Gå in på www.aquadayspa.se för mer information.

Pris per person 550 kronor, min. 6 personer.

Anmälan till Maude Stenberg 08-545 622 65,

maude.stenberg@rtps.se eller till info@rtps.se

Arrangör: Distriktet

Aktiviteter

Cirkel Ordbehandling i Word 2010

RTP-StS tillsammans med ABF Norra Storstockholm startar cirkeln i ordbehandling Word 2010 vårterminen 2012. Ni lär er ordbehandling i Word 2010 och hur man lägger in och behandlar bilder i texterna. Det är ett begränsat antal platser på denna cirkel så först till kvarn gäller. Cirkeln går på tisdagar och då på förmiddagen. Datasalen finns på ABF, Esplanaden 3c, bv., Sundbyberg. Lärare för cirkeln är Jörgen Alshammar från ABF.

Egenavgift: 250 kronor.

Kursstart: Tisdagen den 21 februari kl 09.30 – 12.00.

Antal kurstillfällen: 6 (18 lektionstimmar).

Kontaktperson är Rolf Widén 08-545 622 73.

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

Anmälan är bindande.

OBS! Fortfarande platser kvar, passa på!

Arrangör: StorStockholms lokalförening

Besök på Skansen

Ta chansen och häng med på ett besök på Skansen utan barn och barnbarn. Vi träffas vid huvudentrén eller för er som åker färdtjänst uppe på Solliden.

Onsdagen den 23 maj kl 12.00 – ca 15.00

promenerar vi i maklig takt till stadskvarteren på Skansen och tittar på allt ifrån dåtidens stadskvarter till Tobaks och tändsticksmuseum.

Lite historik om Skansen:

Skansen är världens äldsta friluftsmuseum, grundat 1891 av *Artur Hazelius*. Hans motto var **"Känn dig själv"**, för Hazelius betydde dessa ord att bara genom att känna till vår historia kan vi verkligen känna oss själva. Namnet Skansen kommer troligen från den militära skans som prins Karl-Johan lät uppföra åt prins Oskar på 1810-talet. När Artur Hazelius fick överta marken kallades området redan för Skansen. Artur Hazelius var språkforskare, lärare och folkbildare. Under sina resor runt om i Sverige insåg



han att det gamla bondesamhället höll på att försvinna: det byggdes fabriker och sågverk, jordbruket mekaniserades och det drogs järnvägar kors och tvärs genom landet. Många människor flyttade från lands-

bygden till städerna. Syftet med Skansen var att visa hur människor bott och verkat i olika delar av Sverige under äldre tid. Hazelius ville visa byggnader, växter och djur från hela Sverige – från norr till söder.

Betalning sker vid entrén 60 kronor/pers.

Anmälan till Maude Stenberg 08-545 622 65, maude.stenberg@rtps.se eller till info@rtps.se

Arrangör: Distriktet

Cirkel Släktträd i datorn

Cirkeln som skulle startat den 21 februari utgår på grund av för få anmälda deltagare.

Hagaparken – välkommen alla medlemmar

Onsdagen den 13 juni kl 13.00 – 16.00

Inbjudan till avslutning i Hagaparken som är en del av den kungliga nationalstadsparken och kanske är Sveriges främsta exempel på en "engelsk park".

Hagaparken förknippas med Gustav III som hade stora visioner för parken, många kom aldrig längre än till ritbordet. Men en del av kungens visioner hann verkställas. Vi tittar på parken, hur den ser ut idag och tar en fika i naturen.

Anmälan till Maude Stenberg 08-545 622 65, maude.stenberg@rtps.se eller till info@rtps.se

Arrangör: Distriktet



Akvarell nybörjare-fortsättningskurs

En kombinerad nybörjare-fortsättningskurs i akvarellmålning startar under mars månad 2012.

Kursen kommer att hållas på torsdagar.

Lärare på kursen är Christina Olivecrona

Kurslokal: Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg

Antal kurstillfällen: 6 ggr

Antal deltagare: max. 8 st

Kursstart: Torsdagen den 8 mars kl 10.30 – 13.30 med avbrott för kaffe.

Egenavgift: 485 kronor (kan bli dyrare vid färre deltagare).

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

Intresseanmälan görs till Rolf Widén 08-545 622 73.

Anmälan är bindande.

Arrangör: StorStockholms lokalförening



*Jag arbetar hårt
med att lata mig.*

OSCAR WILDE

Aktiviteter

STADSVANDRINGAR 2012

Etnografiska museet

Tisdagen den 22 maj

Etnografiska museet är en plats för alla som är intresserade av världen. I utställningarna visas spännande föremål från världens alla hörn; Nord- och Sydamerika, Afrika, Oceanien och Asien. Dessutom japanskt tehus i parken, restaurang Matmekka, hörsal, bibliotek och välsorterad butik.

Plats: Etnografiska museet, Djurgårdsbrunnsvägen 34, Stockholm.

Brunnsvikens

Trädgård & Café

Torsdagen den 7 juni

Brunnsvikens Trädgård & Café ligger i hjärtat av Kungliga Ulriksdal och Ekoparken i Solna.

I Trädgårdscaféet har du möjlighet att koppla av med en god kopp ekologiskt och rättvisemärkt bryggkaffe. Varje dag serveras luncher, smörgåsar och flera olika sorters hemmagjorda bakverk.



Waldemarsudde

Tisdagen den 4 september

Lilli och Prinsen – en vandring

i Lilli Zickermans fotspår

Utställningen pågår 6 juni–16 september 2012

Livstykets konstnärliga verksamhet. Med anledning av Svenska Hemslojdsföreningarnas Riksförbund 100-årsjubileum 2012 arrangeras ett flertal utställningar runt om i landet. På Waldemarsudde belyses hemslojdens historia fram till idag med fokus på pionjären Lilli Zickerman som redan 1899 grundade den första Föreningen för Svensk hemslojd med prins Eugen som ordförande. Verk av ett antal betydande textilkonstnärer ingår, exempelvis Märta Måås-Fjetterström, Viola Gråsten och Annika Ekdahl. Även slöjdens internationalisering i vår egen tid fokuseras bland annat genom föreningen.

Ytterligare info om ovanstående aktiviteter kommer i nästa nummer av RTP-S Aktuellt.

Arrangör Stockholms lokalförening

HÄNDER I NORRTÄLJE

Den som är intresserad av nedanstående Prova på-aktiviteter hör av er till kontaktpersonerna och anmäl ert intresse så vi vet hur många platser som behövs.

Boccia inomhus

på ROS startar under vårterminen – datum ej fastställt. Kontaktperson Lars Peterson 0176-140 36.

Bågskytte utomhus

planeras till april eller maj beroende på väder.

Intresserade kan höra av sig till Marie Kärin

070-316 10 07, karlin@etanet.se för intresseanmälan och vidare information.

Föreningen firar 20-årsjubileum med Dagsutflykt med buss i Stockholms län

Torsdagen den 7 juni

Avresa från busstationen i Norrtälje kl 08.00, bussen framkörd 07.45. Vi åker till Vaxholm där vi tar färjan Resan tar bara några minuter och vi kan se Oscar Fredriksborg genom bussfönstret innan vi kommer till nästa färja som tar oss till Värmdö. Från färjan är det inte långt till Gustavsbergs porslinsfabrik. Vi börjar med förmiddagskaffe med smörgås på caféet. I fabriksbutiken kan man sedan fynda bland serviser, blomkrukor, konstgods, kast-ruller och grytor m.m. till förmånspriser.

Vi lämnar Gustavsberg, åker över Skurusundet in till Stockholm. På en improviserad rundtur i Stockholms innerstad ser vi många kända byggnader och platser. Lunchen äter vi i Kaknästornet, som har 34 våningar och är 155 meter högt, är nog Stockholms mest kända symbol. Det tog fyra år att bygga, invigdes 1977 och är knutpunkt för Teracoms radio och TV-trafik i Sverige. På 28:e våningen med strålande utsikt över Stockholm intar vi lunchen. I butiken på entréplanet hittar den som vill allt från Dalahästar till exklusivare svenskt hantverk. Efter lunchen fortsätter resan till Stockholms medeltidsmuseum, som tillkom efter utgrävningar för byggandet av ett parkeringsgarage för riksdagen. Här hittades Gustav Vasas ringmur från 1500-talet samt grundmurar från 1600-talspalats. Vi får guidad visning och lite tid att på egen hand gå runt i museet.

Efter eftermiddagskaffe, som vi har med i bussen, återvänder vi och beräknas vara i Norrtälje vid 18.30-tiden.

Kostnad: 500 kronor vid minst 25 personer.

Anmälan senast 30 mars till Nann Palmgren 070-743 24 73.

Arrangör: Norrtälje lokalförening

Aktiviteter

RTP-S TEMA

Stor smärtkonferens

I landstingssalen (landstingshuset) arrangerar RTP-S, DHR, NHR en stor konferens om "Smärta på grund av förslitningsskador".

Måndagen den 26 mars mellan 13.00 – 17.00.

Adress: Hantverkargatan 45.

Vilka läkare och sjukgymnaster som föreläser är i dagsläget inte klart. Men ett bra program utlovas.

Anmälan görs till kansliet 08-545 622 60

senast 21 mars.

Arrangör: RTP-S, DHR, NHR

RTP-S INFO

Insolvens

Vi har bjudit in Insolvens – en förening som hjälper människor som hamnat i skuld.

De kommer till oss den **7 mars kl 18.00 – 20.00.**

för att prata om att det finns olika sätt att hantera ekonomin.

– **Nyligen sjukskriven.**

Hur planerar man nu och framtiden?

Vad händer om det blir långvarigt?

Bostad-lån-familj-ensamstående med/utan barn m.m.

– **Du har varit sjukskriven ett tag och kanske på väg mot en del sjukersättning, en del jobb eller hel sjukersättning.**

Vad händer?

Hur stor blir ersättningen och hur tänker och planerar jag?

Vad händer när jag går i ålderspension?

– **Du har haft hel sjukersättning ett tag.**

Hur går man vidare och slipper stressen över ekonomin?

Kan man planera för ålderspensionen?

Förslag till lösningar vid ekonomiska problem.

Anmälan till Maude Stenberg 08-545 622 65,

maude.stenberg@rtps.se eller till info@rtps.se

Arrangör: Distriktet

Medlemsmöte om läkemedelsberoende

Gemensamt för nästan alla mediciner, läkemedel och preparat som påverkar sinnet är att de är så ospecifika att de påverkar i princip hela nervsystemet.

Vi har bjudit in Dr. Anna-Karin Grusell för berätta om läkemedelsberoende.

Torsdagen den 29 mars kl 18.30 – 20.30

Anmälan till Maude Stenberg 08-545 622 65,

maude.stenberg@rtps.se eller till info@rtps.se

Arrangör: Distriktet



Stockholms läns distrikt, RTP-S

Stockholms läns distrikt i Personskadeförbundet RTP söker en handläggare/skadegruppskontakt

Personskadeförbundet

är en organisation som har över sextio års samlad kompetens och erfarenhet och ger stöd, rådgivning samt arbetar med intressepolitiska frågor för följande skadegrupper: Polio, ryggmargsskador, nackskador, hjärnskador, amputerade.

Arbetsuppgifter

Dina arbetsuppgifter kommer att vara skiftande och mångsidiga. Du kommer att vara anställd av RTP Stockholms läns distrikt och du ska bl a:

- driva intressepolitiska frågor för att påverka beslutsfattare i viktiga frågor som t ex fysisk tillgänglighet, personlig service, hjälpmedel, kommunikationer (bl a färdtjänst), vård och rehabilitering,
- skriva i föreningens medlemstidning och på föreningens hemsida,
- ha kontakter med medlemmar och andra föreningar inom Stockholms län.

Arbetstiden är 50% – 75%. Arbete enstaka kvällar kan förekomma.

Arbetsgivaren tillämpar kollektivavtal.

Beräknad tillträdesdag är 2012-04-01 eller efter ö.k.

Din bakgrund

Erfarenhet av arbete inom någon medlemsorganisation och/eller ett brinnande intresse för att driva frågor som kan förändra livsvillkoren för personer med funktionsnedsättning är väl så viktiga som formell utbildning. Du ska vara utåtriktad och ha lätt att uttrycka dig i tal och skrift. Datatekniska kunskaper värdesättes.

Kontakt

Om du har några frågor kan du kontakta vårt kansli, Joanna Bachorz 08-545 622 62.

Välkommen med din ansökan senast 2012-02-25 till nedanstående adress:

RTP-S

Starrbäcksgatan 11

172 74 Sundbyberg

eller

joanna.bachorz@rtps.se



Resor under 2012

Dagsresa till Forsmark och Östhammar den 4 maj

Avresa från Stockholm kl. 09.00 för färd mot Forsmark (bussen är framkörd cirka 08.30). Via Uppsala kommer vi till Österbybruk och väljer att åka den pittoreska och för Vallonbruken så typiska Bruksgatan med alla små arbetarbostäder. Vi ser också den vackra herrgården innan vi på lämplig plats dricker förmiddagskaffe som vi har med i bussen. Vidare på en lite mindre väg till Forsmark.

Väl framme börjar vi med att åka ner till kärnkraftverket där vi ser reaktorbyggnaderna från utsidan. En tur ut till den omtalade biotestsjön skall vi naturligtvis göra. På en tre kilometer lång vägbank som förbinder flera små öar tar vi oss ända ut till kylvattenutsläppet i havet. Här har man en fin vy över Ålands hav och Öregrunds norra skärgård och med lite tur får vi också se någon av de ganska många havsörnar som häckar i området.

Vi vänder åter mot Forsmarks bruk där vi efter en titt på Bruksgatan och herrgården äter lunch på värdshuset. Efter en god lunch fortsätter vi mot Östhammar, den lilla sommaridyllen, där vi också ser oss omkring en stund innan resan fortsätter mot Gimo och Knutmassomuséet där den som önskar dricker en kopp eftermiddagskaffe.

Knutmassomuséet har bevarat maskerna från den årliga karnevalen vid Tjugondag Knut i Gimo. Här har också lokala hantverkare och konstnärer utställning och butik. Det blir dagens sista besök innan vi återvänder mot Stockholm där vi beräknas vara strax efter kl 18.00.

Pris: 600 kronor/person vid min. 25 deltagare.

I priset ingår: Resa i turistbuss med hiss för rullstolar, förmiddagskaffe, lunch, entré till museet. 2 hjälpare medföljer.

Intresseanmälan skall göras till 08-545 622 60 eller info@rtps.se senast 30 mars 2012.

Kontaktperson är Rolf Widén RTP-S 08-545 622 73.

Anmälan är bindande!

Arrangör: Aktivitetskommittén och Sundbergs buss.

Femdagars resa till Norge 26–30 augusti

RTP-S aktivitetskommitté har tillsammans med Sundbergs buss planerat en femdagars resa till Norge i augusti.

I nr 2 av RTP-S Aktuellt kommer en utförligare resebeskrivning.

Dag 1 Stockholm – Oslo via Västerås, Örebro och Karlstad.

Dag 2 Oslo – Geilo, under dagen besöker ni bl.a. Holmenkollen samt gör en tur i centrala Oslo med bl.a lunch på Akers Brygge.

Dag 3 Utflykt till Kjeåsen, ni åker över Hardangervidda ner till den vackra Måbødalen.

Dag 4 Naerøyfjorden och Flåmsbana, ni åker genom den vackra Aurlandsdalen till Gudvangen, sedan båt genom Naerøyfjorden till Flåm.

Dag 5 Geilo – Stockholm via Karlstad, lunch i Årjäng.

Pris: 6.000 kronor/person vid min. 30 deltagare.

Tillägg för enkelrum cirka 1.050 kronor.

3 hjälpare medföljer.

I priset ingår resa i turistbuss med toalett.

Del i dubbelrum på hotell Edderkoppen och Bardöla Höyfellhotell.

Halvpension, dvs. 4 frukost och 4 middag.

Utflykter, entréer, tågresa, båtresa m.m.

Förmiddagskaffe och lunch dag 1 och 5.

Lokalguide i Oslo och Geilo.

Bussvärdinna/reseledare.

Intresseanmälan till Norgeresan kan göras så snart som möjligt dock senast under juni månad.

Är du intresserad att följa med på denna resa till Norge så är det bra om du anmäler detta redan nu på 08-545 622 60 eller info@rtps.se.

Kontaktperson är Rolf Widén RTP-S 08-545 622 73.

Anmälan är bindande!

Arrangör: Aktivitetskommittén och Sundbergs Buss.

Advokatbyrån Christer Wersäll AB

Ombud beträffande personskadeersättning.

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

Ledamot av Sveriges Advokatsamfund

Artillerigatan 4, 3 tr., 114 51 Stockholm

Box 210, 147 01 Tumba

Tel: 08-528 006 55 / 560 349 30

Fax 08-560 349 40

NTF Stockholm/Gotland

Rådet för oskyddade trafikanter (ROT)

Insiktsutbildningsprojektet avslutades den 31 december 2011, en slutrapport har lämnats in till Trafikverket av Lotta Frejd Malmqvist på NTF Sthlm/Gotland. Nedan kan du läsa utdrag ur rapporten.

Syftet med projektet var att öka kunskaperna hos politiker och tjänstemän redan på planeringsstadiet av nya områden så att man bygger trafiksäkrare och tillgängligare för gruppen oskyddade trafikanter. Målgruppen var politiker och tjänstemän på kommunal nivå.

Projektets mål var att genomföra två insiktsutbildningar i två olika kommuner för tjänstemän och politiker och att fördjupa kunskaperna hos rådet ROT vad det gäller lösningar i trafikmiljön och rätt fart i staden, samt att få en bredare bild hos rådet hur den egna organisationens medlemmar ser på behov och problem i trafikmiljön utifrån ett trafiksäkerhetsperspektiv.

Metoden har varit att öka kunskaperna hos rådets medlemmar genom att ta fram en enkät som sedan gick ut via webben till respektive intresseorganisation, där man fick svara på en del frågor. Parallellt med detta har utifrån kontakter med SKL (Sveriges Kommuner och Landsting), Trafikverket och Tyréns genomförts två utbildningar baserat på GCM-handboken – en bok med lösningar att bygga rätt

och tillgängligt, utgiven av SKL och Trafikverket, samt arbetsmaterial från den tvådagars utbildning som SKL genomförde tillsammans med Sweco kring ”Rätt fart i staden”.

Två kommuner som ser olika ut demografiskt valdes av rådet, dessa var Botkyrka och Norrtälje. Kontakter togs med kommunerna och en teoretisk och praktisk halvdagsutbildning genomfördes under maj månad 2011. Till hjälp i den praktiska delen användes hjälpmedel i form av rullstolar, synoptik, hörselkåpor, stödkragar, rubberband, kepsar. Tejpade glasögon användes för att illustrera barns begränsade synfält. En cyklist användes för att illustrera konfliktsituationer som kan uppstå mellan olika trafikantslag. Rådet dokumenterade, genom bland annat att fotografera, problem som man såg i trafikmiljön innan utbildningen genomfördes.

Rådets medlemmar fick hjälp att lägga upp en bana tillsammans med trafikplanerare/trafikingenjör. De platserna som kunde innebära problem diskuterades sedan under den teoretiska delen av utbildningen.

Syfte med projektet

Att skapa förutsättningar för en tryggare, tillgängligare och trafiksäkrare miljö för de grupper som är oskyddade i trafiken, med synliga eller

osynliga behov. Förutsättningar att kunna röra sig och upprätta god hälsa ska finnas i trafikmiljön även för dessa grupper.

Bakgrund

Behovet av att genomföra Insiktsutbildningar kom bland annat från utvärderingar av de så kallade ROT-korten som är en inventering i kommunerna av de oskyddade trafikanternas intresseorganisationer i ROT, där medlemmar i sin vardag upptäcker trafiksäkerhetsbrister i sin närmiljö. Genom NTF Stockholm-Gotlands samordningsarbete med tidigare studier och erfarenheter har trafiksäkerhetsbrister sammanställts. Därigenom har behovet av en ökad kompetens redan på planeringsstadiet synliggjorts. Detta har bekräftats genom olycksstatistik mellan olika trafikantgrupper.

CATALIN WESTENHEIM

Läs hela rapporten på RTP-S hemsida www.rtps.se under påverkansarbete/skadeförebyggande.

Catalin Westenheim ingår i ROT tillsammans med *Christer Olsén* för RTP-S. Vi kommer att fortsätta vårt arbete för att få ett tillgängligare Stockholm för alla. Insiktsutbildningar kommer att fortsätta ges till kommuner i Stockholms län och till övriga landet.

Rättssäkerheten för trafikskadade

Motororganisationen FMK har genomfört en enkätundersökning för att utreda frågor kring rättssäkerheten för trafikskadade och andra närliggande frågor.

Genom en ändring i rättshjälpslagen 1988 togs rätten till juridiskt ombud bort vid reglering av personskador i trafiken.

Försäkringsbolagen åtog sig i stället att svara för kostnader för juridisk hjälp åt de som drabbades av personskador. Den dåvarande justitie-

ministern godtog i propositionen denna ordning.

Många försäkringsbolag har gått ifrån åtagandet och ger inte den skadade rätt till juridiskt biträde i skaderegleringen eller endast en mycket begränsad rätt. Skillnaderna är dessutom stora mellan försäkringsbolagen.

Enkäten finns på FMKs hemsida www.fmk.se.

Artikeln är hämtad från FMKs hemsida.

MAUDE STENBERG



Om några veckor hoppas vi se blåsippor i backarna. Foto: Gabrielle Roland Waldén.

Valberedning

Distriktet, RTP-S

Valberedningen i distriktet vill uppmana lokalföreningarna att nominera personer till styrelsen.

Valberedningen eftersträvar att till distriktsårsmötet kunna föreslå en kompetent och representativ distriktsstyrelse med kriterierna bred kompetens, åldersspridning och kön. Diagnostillhörighet har en underordnad betydelse men kunskap om alla skadegrupper inom organisationen är viktig.

Valberedningen i distriktet, RTP-S

Marie Kårlin, Norrtälje, sammankallande
0176-23 99 90, 070-316 10 07, karlin@etanet.se

Barbro Andersson, NV Storstockholm
08-580 178 21, barbro.h.andersson@comhem.se

Sören Larsson, Södertälje
08-550 698 90, monica.moberg1@comhem.se

Tommy Engh, StorStockholm
08-746 74 30, 070-580 47 71, tommy.engh@bredband.net

Valberedningen i Stockholms läns lokalföreningar

Valberedningarna har påbörjat sitt arbete inför årsmötet 2012 och tar tacksamt emot förslag på lämpliga personer till lokalföreningens styrelse. En stark styrelse har stor betydelse för oss medlemmar. Vänta inte med att kontakta valberedningen!

StorStockholm

Catalin Westenheim
018-34 04 13, 070-668 11 04

Per Gunnar Norlin
08-646 31 50, 070-311 17 32

Norrtälje

Nanna Wälimaa
0176-26 60 25, 0739-60 10 00

Gunilla Johansson
0176-149 84, 0709-26 11 31

Södertälje

Aina och Bruno Stockinger
08-552 405 56

Nordvästra Storstockholm

Tommy Svensson
076-234 15 48, tommysvensson1@hotmail.com

Pierre Grahn
08-590 839 23, 073-329 21 02, anita1pierre@yahoo.se

Förslag till föredragningslista vid lokalföreningarnas årsmöten enligt normalstadgarna.

- A. Prövning om årsmötet är stadgeenligt utlyst
- B. Val av presidium
 - mötesordförande
 - protokollförare
 - två protokolljusterare
 - två rösträknare
- C. Fastställande av föredragningslista
- D. Styrelsens årsredovisning
 - verksamhetsberättelse
 - fastställande av resultat- och balansräkning
 - föredragning av revisorernas berättelse
 - fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
- E. Fastställande av antalet ledamöter i styrelsen
- F. Behandling av motioner
- G. Styrelsens förslag
- H. Val av
 - ordförande för ett år
 - halva antalet övriga ordinarie ledamöter för två år
 - halva antalet ersättare för två år
 - valberedning
 - två revisorer för ett år
 - två revisorsersättare för ett år
 - ombud till distriktets årsmöte
 - kongressombud och ersättare för dessa
- I. Fastställande av budget och verksamhetsplan för verksamhetsåret
- J. Mötets avslutande

Årsmöten 2012

Distriktet, RTP-S

Torsdagen den 22 mars 2012 kl 18.00

Plats: Distriktskansliet, Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg. Distriktet bjuder på lättare förtäring. OBS! Motion till årsmöte kan framställas av lokalförening och ska vara distriktsstyrelsen tillhanda senast den 15 mars 2012. Ombuden till RTP-S årsmöte väljs på respektive lokalförenings årsmöte. Ombuden får separat kallelse till årsmötet. Även icke ombud är välkomna till årsmötet. Anmälan för sådana medlemmar **senast den 16 mars** till kansliet 08-545 622 60 eller info@rtps.se.

StorStockholms lokalförening

Tisdagen den 6 mars 2012 med förtäring 17.00 och årsmötet kommer att äga rum 18.30-20.00.

Kl 18.00 berättar Riitta-Leena Karlsson, funktionshinderombudsmannen i Stockholm stad, om sitt arbete. Plats: RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg. Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari. Föredragningslista: se sid 20. **Anmälan görs till Yvonne Andersson** 08-545 622 70 eller yvonne.andersson@rtps.se **senast 28 februari** detta för att kunna beställa förtäring.

Södertälje lokalförening

Lördagen den 25 februari 2012 kl 14.00

Plats: Allaktivitetshuset Barrtorpsv. 1/a. Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari 2012. Föredragningslista: se sid 20. **Anmälan till årsmötet:** Eva Molnar 08-551 591 41 eller eva.molnar@swipnet.se, Ove Björklund 08-550 172 38.

Norrtälje lokalförening

Torsdagen den 23 februari 2012 kl 18.00 – ca 20.00

Plats: ROS samlingsalen, Hamnvägen 12, Norrtälje. **Anmälan senast 11 februari 2012** till Anita 0176-179 80. Lättare förtäring serveras! Föredragningslista: se sid 20. Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari 2012 adress: Norrtälje lokalförening i Personskadeförbundet RTP, Stockholmsvägen 57, 761 43 Norrtälje.

Nordvästra Storstockholms lokalförening

Torsdagen den 16 februari 2012 kl 18.00 – 21.00.

Plats: Secondhandaffären Skopan, Finvids väg 10A, Upplands Väsby (infart vid Hemköp). **Anmälan senast 10 februari 2012** till Sven-Axel Lundström, 08-591 134 34, 073-692 42 44 eller sven-axel.lundstrom@ownit.nu Föreningen bjuder på lättare förtäring. Föredragningslista: se sid 20. Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari 2012.

Info från Postpoliomottagningen på Danderyds Sjukhus

Postpoliomottagningen är en specialistmottagning för dig som har haft polio och som har kvarstående eller nya besvär från detta. Vi tar emot personer som är 18 år och äldre. Postpoliomottagningen är både en läns övergripande mottagning (personer från andra landsting är också välkomna, men behöver specialistvårdsremiss) och ett kunskapscentrum för rehabilitering för personer med resttillstånd efter polio. Vi fortsätter vårt arbete med att kunna erbjuda en högspecialiserad rehabilitering. På mottagningen pågår ständigt forsknings- och utvecklingsarbete.

Kontakt:

Mottagningssköterska för tidsbokning och rådgivning onsdag och torsdag kl. 9-11.
Tel 08-123 557 641
Information om immunglobulinbehandling ges av sjuksköterska Gullevi Bramert: Tel 08-123 557 623
Kurator: Tel 08-123 555 217
Arbetsterapeut: Tel 08-123 557 914
Sjukgymnast: Tel 08-123 557 645
Enhetschef Madeleine Johnsson Tel 08-123 555 212

Besöksadress:

Postpoliomottagningen, Rehab Med. klinik, Hus 38, plan 2.

Advokatfirman EIDEFELDT HB

Advokat Douglas Eidefeldt
Advokat Katrin Eidefeldt



Medlem i
RTPs
juridiska
nätverk
sedan
1998.

Besöksadress i Stockholm: Engelbrektsgränd 43 B
T-Bana: Tekniska Högskolan/Östra Station
Tel: 08-411 00 80, 0175-401 74, 0485-101 22
Fax: 08-411 22 25
E-post: info@eidefeldt.se
Mobil: (Katrin Eidefeldt) 0735-18 20 20

Verksamhet i Stockholm * Roslagen * Kalmar/Öland

Kalendarium

Anmäl ditt deltagande genom att ringa, faxa eller skicka e-post till kansliet, telefon 08-545 622 60, fax 08-545 622 75 eller e-post info@rtps.se. Adressen är RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg om inget annat anges!

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. Detaljer om aktiviteter hittar du på sidorna 13-18.

FEBRUARI

Tisdag	14	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	16	Årsmöte Nordvästra Storstockholm
Tisdag	21	"Yoga"
Tisdag	21	Cirkelstart Ordbehandling i Word
Tisdag	21	Bofinkarna
Onsdag	22	Hallwylska museet
Torsdag	23	Lunch på Pampas Marina
Torsdag	23	Årsmöte Norrtälje
Fredag	24	Anmälan Liljevalchs Vårsalong
Lördag	25	Årsmöte Södertälje
Måndag	27	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	28	"Yoga"
Onsdag	29	Dialog Polio

MARS

Tisdag	6	"Yoga"
Tisdag	6	Årsmöte StorStockholm
Onsdag	7	Dialog Nackskadade
Onsdag	7	Info från Insolvens
Torsdag	8	Kursstart Akvarell nybörjare-fortsättningskurs
Torsdag	8	Dialog Nackskadade
Tisdag	13	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	13	Bofinkarna
Onsdag	14	Liljevalchs Vårsalong
Tisdag	20	"Yoga"
Onsdag	21	Anmälan till Smärtkonferens
Torsdag	22	Årsmöte Distriktet
Måndag	26	Smärtkonferens med RTP-S, DHR, NHR
Måndag	26	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	27	"Yoga"
Onsdag	28	Dialog Polio
Torsdag	29	Spelkväll
Torsdag	29	Medlemsmöte om läkemedelsberoende
Fredag	30	Senaste anmälningsdatum till Forsmarksresa

APRIL

Tisdag	3	"Yoga"
Tisdag	3	Bofinkarna
Tisdag	10	Dialog Hjärnskadade

Torsdag	12	Häng med på SPA
Tisdag	17	"Yoga"
Onsdag	18	Dialog Nackskadade
Torsdag	19	Dialog Nackskadade
Måndag	23	"Färg, form och hälsa" i Haninge
Tisdag	24	"Yoga"
Onsdag	25	Dialog Polio
Torsdag	26	Lunch på Pampas Marina
Torsdag	26	Spelkväll

MAJ

Fredag	4	Dagsresa till Forsmark och Östhammar
Tisdag	8	"Yoga"
Onsdag	9	Dialog Nackskadade
Torsdag	10	Dialog Nackskadade
Tisdag	15	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	15	Bofinkarna
Måndag	21	"Färg, form och hälsa"
Tisdag	22	"Yoga"
Tisdag	22	Etnografiska museet
Onsdag	23	Besök på Skansen
Torsdag	24	Spelkväll
Tisdag	29	"Yoga"
Onsdag	30	Dialog Polio
Onsdag	30	Anmälan till Dagsutflykt med buss

JUNI

Tisdag	5	"Yoga"
Tisdag	5	Bofinkarna
Torsdag	7	Brunnsvikens Trädgård & Café
Torsdag	7	Norrtälje Bussutflykt i Stockholms län
Tisdag	12	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	13	Avslut Träning på Rehab Station Stockholm
Onsdag	13	Välkommen till Hagaparken
Onsdag	13	Dialog Nackskadade
Torsdag	14	Dialog Nackskadade
Onsdag	27	Dialog Polio

Anmäl till Femdagars resa till Norge den 26-30 augusti under juni månad.

Ni följer väl SVTs serie **Mot alla Odds** som går på tisdagar kl. 20.00. Den handlar om Madelene och nio andra funktionsnedsatta personers äventyrliga och strapatsrika vandring genom Afrika.



Viktigt meddelande/tips till våra läsare

RTP-S Aktuellt utkommer med 4 nummer per år. Eftersom många av våra olika aktiviteter ofta kan sträcka sig över en 4-månaders period, är det viktigt att ni behåller tidningen till nästa nummer kommer ut för att inte missa något.

RTP-S KANSLI

Kontakta oss!



Distriktet och lokalföreningarna

Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid 09.00 – 15.00

Lunchstängt 11.30 – 12.00

Växel 08-545 622 60

Fax 08-545 622 75

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

Hemsida: www.rtps.se

Joanna Bachorz,

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

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

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

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

Anders Lissegårdh 08-545 622 68 anders.lissegardh@rtps.se

Ingela Byström Dahne 08-545 622 69 ingela.dahne@rtps.se

Yvonne Andersson 08-545 622 70 yvonne.andersson@rtps.se

Rolf Widén 08-545 622 73 rolf.widen@rtps.se

StorStockholms lokalförening

Yvonne Andersson 08-545 622 70

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

Lokalföreningens kansli är bemannat måndagar, tisdagar och torsdagar 10.00 – 15.00. Meddelanden kan lämnas till växeln 08-545 622 60 övriga tider eller via fax eller e-post.

Nordvästra Storstockholms lokalförening

Rolf Andersson 08-580 178 21 rolf.s.andersson@comhem.se

Norrtälje lokalförening

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

Södertälje lokalförening

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

Här finns vi på RTP-S !



Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg nb.
Telefon 08-545 622 60



"Ljusgården"

Hitta till oss:



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



Linje 35 Nynäshamn-Bålsta, gå av vid station Sundbyberg C.



Buss 506, gå av vid hållplats Sundbybergs skola.



Parkering, flera platser utanför ingång Starrbäcksgatan 11.



Rullstolshiss till vänster innanför entrén.

Välkomna!

Tipsruta

Placering av porslin i köksskåpen

Om du har problem med dina armar så kan det vara värt att fundera över hur du möblerar med porslinet i dina köksskåp.

Om du har fullt med porslin i skåpet som står i varandra och bakom var-



andra så går det mycket tid och kraft på att flytta runt på saker. Det underlättar mycket om man placerar porslin som man använder ofta enskilt, utan något i eller framför. Man ska inte behöva ta ut något för att få tag på något annat. Om man får trångt om plats kan man ställa undan det porslin som man vill ha kvar men sällan använder i ett speciellt skåp.

INGELA B DAHNE

Insändare

Parkeringstillstånd för rörelsehindrad



Jag förstår inte hur det kan stjälas och fuskas så mycket med parkeringstillstånden för rörelsehindrade.

På kortets framsida står ägarens **födelseår**, ett **M** för män och ett **K** för kvinnor. Dessutom står det om man är förare som markeras med ett **F**.

Exempel: 0123-04567-46K-F

En 20-årig man kan med andra ord inte använda ett kort där det står att bilföraren är kvinna och född 1946.

HELENA

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

B Posttidning

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

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

Mälargården Rehab Center Helhetslösningen inom rehab

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

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

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

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

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

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

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

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

Besök vår hemsida för mer information www.malargarden.se. Du når oss även på 08-5949 3630. Vill Du boka tid så kan Du ringa koordinatörn Lena på direktnummer 08-5949 3632.

