

RTP-S

aktuellt

Nr 1
2018

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S, STOCKHOLMS LÄN

**Vad händer
under 2018?**

**Gelatin påskyndar
läkning vid akut hjärnskada**

Tillgänglig stadsodling

**Möjlighet att leva
som andra**



FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning

Det handlar om mänskliga rättigheter

De mänskliga rättigheterna säger att alla människor är födda fria, har lika värde och samma rättigheter.

FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning gäller i Sverige sedan 2009. Alla lagar och all offentlig verksamhet i Sverige ska följa konventionens artiklar.

Konventionen finns till för att främja, skydda och säkerställa mänskliga rättigheter och grundläggande friheter för alla personer med funktionsnedsättning.

Funktionsnedsättning innebär att en person har fysisk, psykisk, intellektuell eller sensorisk (till exempel nedsatt syn och hörsel) nedsättning.

Funktionshinder uppstår i mötet mellan en person och omgivningen. Samhället ska undanröja hinder för full delaktighet.



Övervakning av konventionen

För att övervaka att länder följer konventionen har FN en kommitté.

Alla länder som har antagit konventionen ska regelbundet lämna in en rapport till kommittén där de beskriver hur konventionen efterlevs. Kommittén lämnar sedan sin bedömning med rekommendationer till länderna.

Du som har en funktionsnedsättning är så kallad **rättighetsbärare** och rättigheterna i konventionen är till för dig.

Staten och dess myndigheter, landsting, regioner och kommuner är så kallade **skyldighetsbärare** och ska respektera, skydda, uppfylla och främja rättigheterna. Skyldighetsbärarna ska aktivt involvera rättighetsbärarna genom de organisationer som företräder dem när de genomför konventionen (artikel 4.3).

Privata aktörer och det civila samhället kan bidra till att stärka rättigheterna för personer med funktionsnedsättning och förebygga diskriminering.

Mänskliga rättigheter hänger ihop och förstärker varandra. De ska ses som en helhet. Här är några av de rättigheter som finns med i konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Alla ska behandlas lika

Alla människor är lika inför lagen och har rätt till lika skydd och förmåner. Länderna ska förbjuda all diskriminering, det gäller även funktionsnedsättning (artikel 5).

Kvinnors rätt

Länderna ska särskilt säkerställa att flickor och kvinnor med funktionsnedsättning har tillgång till alla mänskliga rättigheter och grundläggande friheter (artikel 6).



Ett tillgängligt samhälle

För att personer med funktionsnedsättning ska kunna leva oberoende och fullt ut kunna delta inom livets alla områden ska länderna se till att samhället blir tillgängligt. Det handlar bland annat om den fysiska miljön, transporter, information, kommunikation, IT och andra tjänster (artikel 9).

Lagar ska gälla lika för alla

Länderna ska säkerställa att alla lagar gäller personer med funktionsnedsättning på lika villkor som för andra (artikel 12).

Rätt att leva ett eget liv och att vara med i samhället

Personer med funktionsnedsättning har samma rätt som andra att leva i samhället med lika valmöjligheter (artikel 19).



Barns rätt

Länderna ska säkerställa att barn med funktionsnedsättning har tillgång till alla mänskliga rättigheter och grundläggande friheter (artikel 7).



Rätt till utbildning

Rätten till utbildning ska förverkligas utan diskriminering och på lika villkor. Du med funktionsnedsättning får inte uteslutas från det allmänna utbildningssystemet på grund av din funktionsnedsättning (artikel 24).



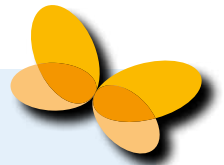
Rätt till arbete och sysselsättning

Personer med funktionsnedsättning har rätt till arbete på lika villkor som andra (artikel 27).

Om du vill veta mer om konventionen, gå in på www.mfd.se. Där kan du beställa och ladda ner konventionen i olika format. Läs mer om FN:s mänskliga rättigheter på www.manskligarattigheter.se.

 Myndigheten för delaktighet

Full delaktighet för alla



Innehåll

Vad händer under 2018?	4
Hjultorget 2018	5
Coachprojekt för amputerade	5
Gelatin påskyndar läkning vid akut hjärnskada	6
Tillgänglig stadsodling	8
Möjlighet att leva som andra	10
Bad – Gymnastik – Bastu	11
Aktiviteter	12
Rapporter	22
Valberedning	24
Årsmöten	25
Kalendarium	26
Kontakta oss	27



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

Adress: Kavallerivägen 24
174 58 Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

E-post: info@rtps.se

www.rtps.se

Bankgiro: 134-6261

Swish: 1236783112

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare: Bengt-Erik Johansson

Redaktion: Distriktskansliet

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

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

Nästa nummer utkommer:

11 maj 2018

Manusstop: 9 april 2018

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: En blandning av akvarell-målningar skapade av våra medlemmar.

Bli medlem i RTP!

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

God fortsättning!

Årets första nummer av RTP-S Aktuellt innehåller en blandning av artiklar och kortare inlägg. Vi försöker skapa oss en överblick av viktiga bestämmelser som träder i kraft i år, presentera några intressanta forskningsframsteg samt lite tankar kring tillgänglig stadsodling för den som längtar efter våren.

Till dig som vill att vi fokuserar på en viss fråga inför valet i år, hör av dig! Tillsammans med våra samarbetspartner i Rh-gruppen kommer vi att arbeta för de frågorna som är viktigast för våra medlemmar.

Hälsningar från styrelsen och kanslipersonal

På gång

- *Många nya aktiviteter under 2018!*
- *Nu finns det lediga platser på Beckombergabadet på onsdagar! Kontakta kansliet.*
- *Valberedning och Årsmöten – se sidan 24-25.*
- *Valet 2018 – vilka frågor ska vi jobba med?*



Vad händer under 2018?

I år kommer mycket som berör oss inom funktionshinderrörelsen att ske. Vi på kansliet har sammanställt några av de viktigaste punkterna som kommer att leda till förändring.

Sänkt skatt för personer med sjuk- och aktivitetssättning

Skattelättnaden innebär ett avdrag på cirka 2 500 kr per år för en person med högsta möjliga sjukersättning och genomsnittlig kommunalskattesats.

Ikraftträdande: 1 januari 2018

Nytt klagomålssystem inom hälso- och sjukvården

Målsättningen är ett effektivare och mer ändamålsenligt klagomålssystem där vårdhavare får sina klagomål besvarade snabbare och följaktligen att vårdskador förebyggs i ett tidigare skede. Vårdgivarna kommer därför att direkt ta hand om klagomålen och IVO (Inspektionen för vård och omsorg) tar sig an klagomål av allvarigare karaktär.

Ikraftträdande: 1 januari 2018

Höjd riksnorm för beräkning av försörjningsstöd

Ändringen innebär att riksnormen höjs med 1,6 procent och barns personliga kostnader med 200 kr.

Ikraftträdande: 1 januari 2018

Höjning av bostadsrättstillägg och äldre-försörjningsstöd

Ikraftträdande: 1 januari 2018

Ekonomiskt stöd i väntan på sjukpenning

Personen ska få tillfälle att yttra sig innan ett beslut som är till personens nackdel fastställs. Försäkringskassan får möjlighet att lämna sjukpenning till personer som väntar på ett definitivt beslut i frågan. Dessutom ska den sjukpenningsgrundade inkomsten (SG) vara oförändrad tills dess att ett slutgiltigt beslut är taget, om det inte finns skäl som talar emot ett sådant beslut.

Ikraftträdande: 1 januari 2018

Förare får inte längre hålla mobiltelefon i handen

Förbudet innebär att förare inte längre får hålla mobiltelefon eller annan kommunikationsutrustning i handen under färden.

Ikraftträdande: 1 februari 2018

Tillägg till diskrimineringslagen gällande bristande tillgänglighet

Tillägget innebär att även företag inom varu- och tjänsektorn med färre än tio anställda ska omfattas av kraven på tillgänglighet för personer med funktionsnedsättning.

Ikraftträdande: 1 maj 2018

Nya assistansregler föreslås träda i kraft under 2018

Om förslaget klubbas igenom innebär det en återgång till tillämpningen som den var före Högsta förvaltningsdomstolens dom i juni 2017. För närvarande bereds två övriga förslag i Regeringskansliet, nämligen förtydligad informationsskyldighet för kommunerna och lagändring om det högre timbeloppet.

Ikraftträdande: 1 april och 1 juni 2018

Valet 2018

En stor del av vårt påverkansarbete sker tillsammans med Funktionsrätt Sverige där vi är medlemmar.

”Funktionsrätt Sveriges valbudskap inför det kommande valet handlar om funktionsrätt – rätten att fungera i samhällslivets alla delar på lika villkor. Alla människor ska fullt ut kunna ta del av sina mänskliga rättigheter såsom de definieras i FNs konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.” Se sid 2 för en mer utförlig beskrivning utformad av Myndigheten för Delaktighet av vad FN-konventionen innebär.

I samarbete med andra organisationer inom funktionshinderrörelsen har vi genom Funktionsrätt Sverige definierat de intressepolitiska områdena med särskild relevans inför valet 2018.

- Funktionsrätt ska gälla i svensk lag.
- Skolan ska fungera för alla barn.
- Patienter i Sverige behöver starkare rättigheter.
- Undanröj fattigdomen för dem som inte kan arbeta.
- Ändra lagen – återupprätta LSS intentioner.

Och slutligen vill vi uppmana alla våra medlemmar att gå och rösta!

TEXT: ELIN LANGEMAR

Välkommen till Hjultorget den 23-24 maj

Missa inte vår stora hjälpmedelsmässa Hjultorget som Personskadeförbundet RTP arrangerar tillsammans med RG Aktiv Rehabilitering. Hjultorget 2016 lockade cirka 3 000 besökare och ett hundratal utställare som visade upp det senaste inom hjälpmedel, bil- och bostadsanpassning. Vi hoppas på lika stor uppslutning 2018!

En ny hemsida har tagits fram, www.hjultorget.nu. Här kan man boka monter och se vilka företag och organisationer som kommer att ställa ut. Program samt anmälan för besökare kommer också att finnas här längre fram. På hemsidan kan du även anmäla intresse för att få Hjultorgets nyhetsbrev med senaste nytt om mässan!

Seminarieprogrammet för mässan kommer att utarbetas tillsammans med Rehab Station Stockholm och Spinalis som kommer att ha sin årliga inspirationsdag på Hjultorget. Dessa seminarier är kostnadsfria och vänder sig både till personer som har en funktionsnedsättning och till professionen.

Även detta år kommer vi ha ett aktivitetstorg som organiseras av Parasport Sverige, där olika idrottare visar upp sina grenar. Vi upprepar också det lyckade konceptet med en speciell Barnhörna som RBU Stockholm och Stockholms stad håller i.

Självfallet är Hjultorgets bärande tema fortfarande hjälpmedel, bilanpassning och bostadsanpassning.

Läs mer på www.hjultorget.nu



23-24 maj
www.hjultorget.nu

Coachprojekt för amputerade

I januari startade Coachprojektet för personer som blivit amputerade.

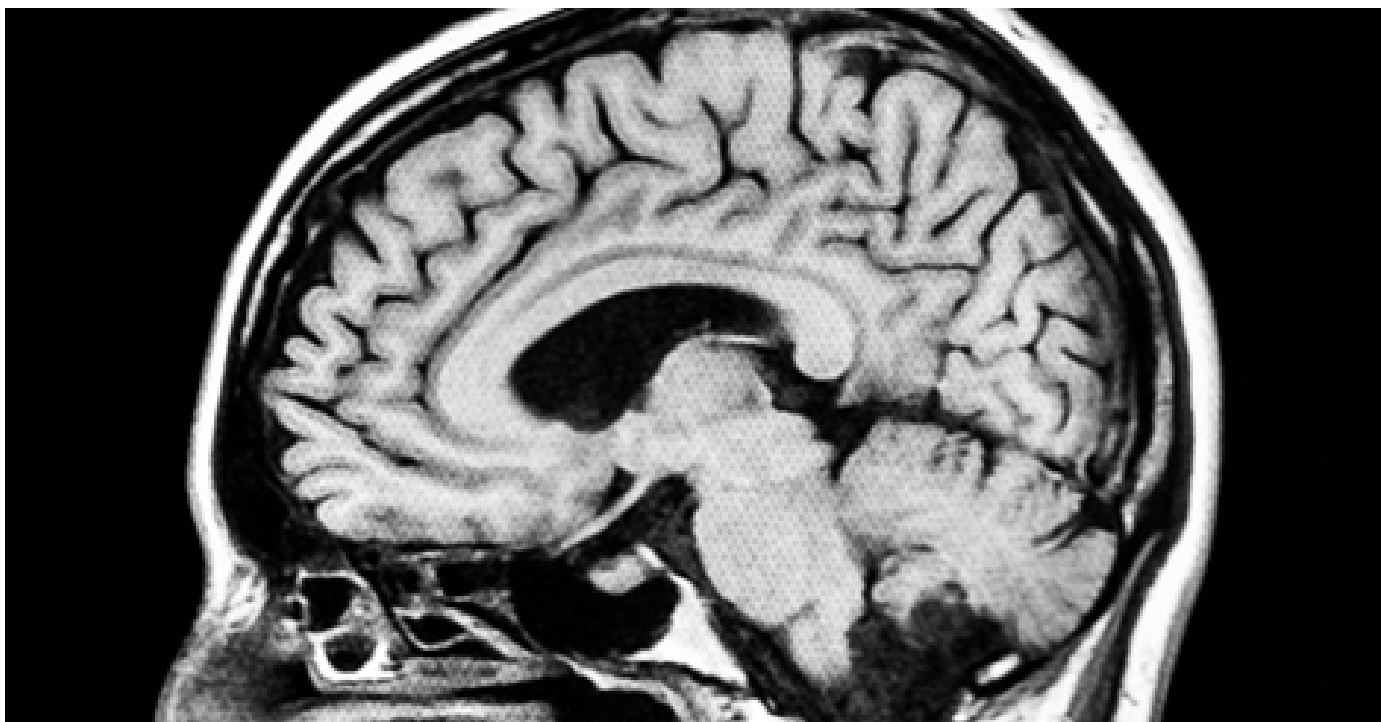
Vi har glädjen att meddela att Personskadeförbundet RTP blivit beviljade Arvsfondsmedel för ett nytt projekt som heter Coachprojektet. Inom projektet ska vi bygga upp en coachingverksamhet för personer som nyligen blivit amputerade. Syftet med projektet är att personer som nyligen förlorat en kroppsdel och är mitt i livet ska få möjlighet att träffa en person med egen skadeerfarenhet och med hjälp av coaching och förebildskap motiveras att så snart som möjligt kunna återgå till ett aktivt och meningsfullt liv.

Mer information om projektet kommer i början av året.

RTP FÖRBUNDET



Interiör från en protesverkstad. Foto: Elin Langemar. Bilden har ingenting med projektet att göra.



Gelatin påskyndar läkning vid akut hjärnskada

Gelatin påskyndar hjärnvävnadens läkning och minskar nervcellsskador vid elektrodimplantat, men först nu börjar forskarna förstå hur detta går till. Kunskapen om gelatinets gynnsamma effekter kan få betydelse vid hjärnkirurgi, men även vid utveckling av hjärnimplantat.

Vår hjärna omges av en blodhjärnbarriär som skyddar den från skadliga ämnen som kan ta sig in via blodbanan. När barriären penetreras, till exempel vid biopsi eller vid hjärnkirurgi, kan läckage uppstå och orsaka allvarliga inflammationer. Forskare vid Neuronano Research Center (NRC) vid Lunds universitet har tidigare visat att gelatin påskyndar hjärnvävnadens läkning och minskar nervcellsskador vid elektrodimplantat, men först nu börjar man förstå hur detta går till.

Forskarna använde sig av sövda råttor för att undersöka hur hjärnan re-

pareras efter skada. I den ena gruppen användes gelatinbeklädda nålar, i den andra gruppen nålar utan gelatin.

Färre inflammatoriska renhållningsceller

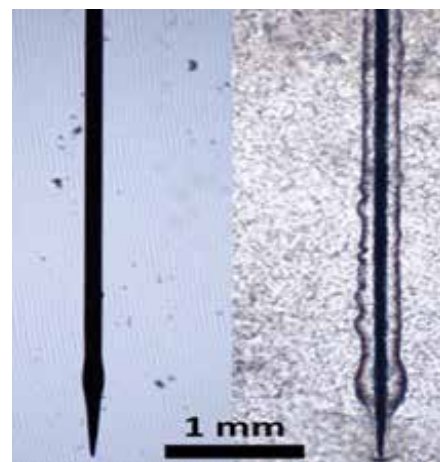
Vid en skada i hjärnan tar sig mikroglia-celler, hjärnans renhållningsceller, till området. De städar upp, men kan även skada nervcellernas vävnad genom enzymer som de släpper ut.

I studien såg forskarna en förändring i vilka renhållningsceller som tog sig till skadan.

– När vi använder gelatin ser vi endast ett mindre antal av de inflammatoriska mikroglia-cellerna. Istället finns där en annan sorts celler som är antiinflammatoriska, vilket vi tror kan ha betydelse för att läkningen går snabbare, förklarar Lucas Kumosa.

Hypotesen är att de enzymer som kan orsaka skada istället blir sysselsatta med gelatinet.

– Gelatin är ett protein och när det



Bilden visar en förstoring av de gelatinhöljda nålar som forskarna använt i experimentet. Nålen till höger visar hur gelatinet löses upp i vävnaden.

Bild: Lucas Kumosa

bryts ned frisätts aminosyror som vi tror kan främja återuppbyggnaden av blodkärlen och vävnaden, förklarar Jens Schouenborg, professor i neurofysiologi vid Lunds universitet.

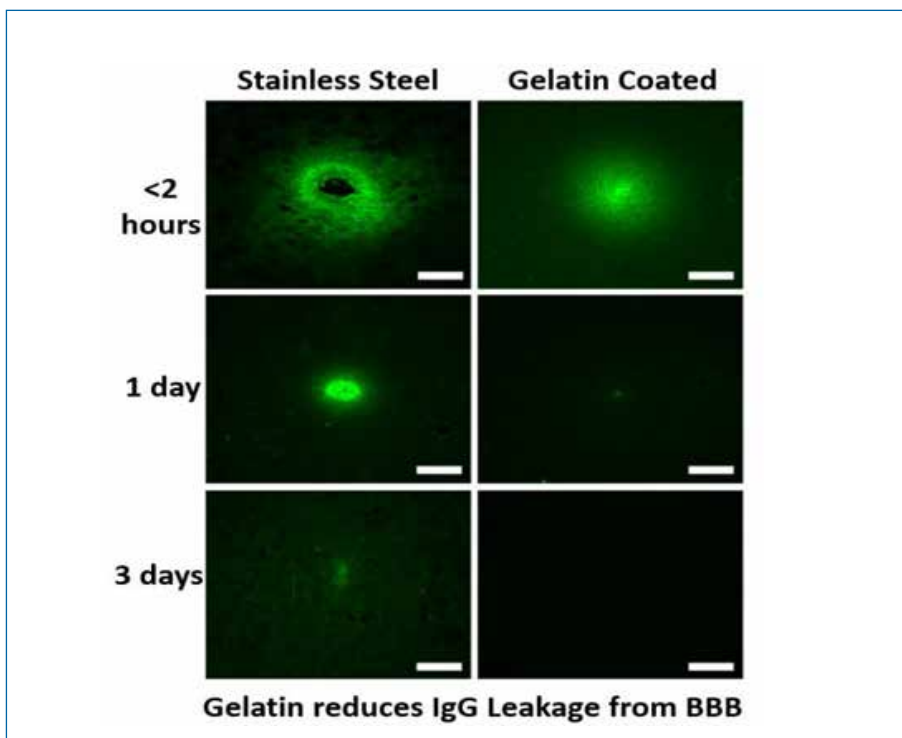
Kirurgisk betydelse

Idag pågår forskning på hur elektroder som implanteras i hjärnan ska kunna användas i behandling vid olika sjukdomar, som till exempel epilepsi eller Parkinson. En stor utmaning har varit att hitta sätt att minska skador i området invid sådana implantat.

– Även om forskningsområdet med hjärnelektroder är lovande, har det varit en utmaning att hitta lösningar som inte skadar hjärnvävnaden. Kunskapen om hur skador läks snabbare med gelatin kan därför få betydelse för utvecklingen också av kirurgiska behandlingar, säger Jens Schouenborg.

Forskningen är finansierad av Knut och Alice Wallenbergs Stiftelse, Vetenskapsrådet, Lunds universitet och Stiftelsen Sven-Olof Jansons livsverk.

ARTIKEL FRÅN LUNDS UNIVERSITET
6 NOVEMBER, 2017



Vänstra kolumnen visar läkningen av skadan orsakad av en rostfri nål. Bilderna i högerkolumnen visar hur det såg ut då forskarna använde en gelatinhöjd nål. Gelatin påskyndade läkningen och minskade läckaget av blodburna molekyler som kan passera från blodhjärnbarriären in till hjärnan och orsaka inflammation.

Bildkälla: NRC



Telefon: 0456-151 15

Specialiserad rehabilitering och folkhögskola!

På Humlegården i Sigtuna och på Valjevik i Sölvesborg erbjuder vi neurologisk rehabilitering. Valjeviken folkhögskola erbjuder utbildning i kombination med rehabilitering. Eller kurser i samverkan med din förening.

Valjeviken folkhögskola erbjuder:

Behörighetsgivande utbildningar
Intressebaserade utbildningar

- musik
- idrott/hälsa

Yrkesutbildningar

- vård- och omsorg
- massage- och spaterapeut

Samverkanskurser i Sölvesborg/Trosa med

- funktionshinderorganisationer
- övriga intresseorganisationer

Tillgänglig miljö/anpassat boende
Kombination m. rehabiliteringsinsatser
Dygnet runt assistans

Valjeviken rehabilitering erbjuder:

Rehabilitering/träning
Rekreation
Diagnoskurser

- ALS, MS, Parkinson, Stroke, CP, polyneuropati, ryggskada/RMB mm.

Temakurser

- Smärta, hjärntrötthet/kognitiva besvär, ung rehab, aktiv rehabilitering i ur och skur/idrott/rullstolsteknik/rullstolsdans, fatigue, ridning, ataxi.

Dygnet runt assistans
Tillgänglig miljö/anpassat boende

Humlegården erbjuder:

Rehabiliteringsprogram

- neurologiska diagnoser
- reumatologi

Diagnoskurser

- Stroke, Parkinson, MS, MD

Temakurser

- Stresshantering/avspänning, rullstolsteknik, ridvecka, skapande aktiviteter, träna i vatten.

Dygnet runt assistans

Humlegården 
Telefon: 08-598 833 00



info@valjeviken.se, www.valjeviken.se / info@humlegarden.a.se, www.humlegarden.a.se



Foto: Pixabay

Tillgänglig stadsodling

För några år sedan drabbades jag av den odlingsvåg som fyller media med inspirerande reportage. En av kollegorna på Funka frågade om jag ville ha en odlingslott att odla på. Det lät fantastiskt kul och intresset för djur, natur och hållbarhetsfrågor har alltid engagerat mig men samtidigt uppkom en annan tanke – hur ska det gå till, funkare det när man sitter i rullstol?

Jag tycker det var kul att börja odla egna ekologiska grönsaker, bär och frukter. Att jag själv får utöva lite konsumentmakt och inte bara köpa alla grönsaker från affären. Att själv få sätta ett frö och sedan fascineras av hur det växer. Dessutom hade jag förmånen att få hänga med min morfar som jobbade i parkförvaltningen i Solna stad på tidigt 70-tal. Pysslandet med växterna och allt vattnande i växthusen i Ulriksdal är positiva minnen som lever kvar.

En odlingsyta är naturligtvis inte tillgänglig av sig själv. Som rullstolsburen, rörelsehindrad och brukare av personlig assistans hade jag alltså ett antal fysiska frågor att lösa för att odlandet skulle kännas roligt och meningsfullt.

Hur tillgänglig ska odlingen vara?

En av de första funderingarna jag hade var om alla odlingsytor behövde vara nåbara med rullstolen. Eller räcker det med att jag ser vissa saker på avstånd för att kunna maximera den begränsade odlingsyta jag arrenderar?

Att jag själv får utöva lite konsumentmakt och inte bara köpa alla grönsaker från affären.

Personligen har jag inget behov av att kunna nå allt själv, hand och armfunktionen fungerar ändå inte till att sköta om planteringar och att bråka med det eviga ogräset. Därför blev det ett enkelt val. Vissa odlingslådor kan jag åka nära och till och med känna på växterna. Vid andra odlingsplatser räcker det istället med att se fram emot fina skördar av grönsaker eftersom det är en större jordplätt men ingen plats för rullstolen.

I växthuset har jag också, efter moget övervägande, snålat in på tillgängligheten av budgetskäl. De flesta växthus säljs nämligen bara med smala dörrar. Då funkade det inte att ta sig in i huset, varken med rullstol eller skottkärra. Jag valde att acceptera läget, spara några tusenlappar och stå i dörröppningen och titta på håll. Hade jag kommit in i växthuset med elrullen hade jag antagligen ändå vält allt därinne.

Planering av odlingsytor

Eftersom jag är beroende av personlig assistans måste jag också fundera på hur jag ska bygga upp odlingen för att skötseln ska fungera rent praktiskt. Sanningen är ju den att jag behöver assistans i väldigt många moment och det innebär att jag även måste tänka på assistentens "arbetsmiljö".

När det gäller odlingslådor har jag byggt upp och testat en mängd olika varianter. Allt från höga odlingsbäddar bestående av 3 till 4 pallkragar till bastanta egensnickrade odlingsbäddar. Ju högre låda desto lättare är det att nå växterna, stående eller i sittande läge, exempelvis i rullstol eller rullator. Fördelen med pallkragar är att de är enkla att bygga upp eller att ta ner och flytta i de fall placeringen inte fungerar eller om tillgängligheten måste förbättras. Vi har med tiden byggt om i massor på lotten eftersom det tar ett tag att se "hur det egentligen ska vara".

Odlingen ger mig många tillfällen att vara ute istället för att bara sitta hemma och titta på tv.

Ta sig fram med rullstol eller jeep på odlingslotten

Markanläggningen var en av mina viktigaste uppgifter att lösa i början. För hur ska jag komma in på odlingslotten med min tunga elrullstol som mer än gärna gräver ner sig i den leri-ga jorden?

Min lott är lätt sluttande och var kraftigt övervuxen från början, vilket blev en spännande utmaning att erövra med rullstolen. Meter för meter med stenplattor gjorde att jag kunde se mer och mer av lotten. Problemet var att det blev väldigt tungt och slitigt i längden när assistenter och lottgrannar hjälpte till att lägga stenarna. Resten av markanläggningen löste jag därför med vanligt trallvirke och det fungerar utmärkt. Det blev fina breda gångar för elrullstolen och några

fyndiga vändytor lite här och där. På grund av att lotten har en viss nivå-skillnad så fick jag även bygga några ramper här och där. Deras lutningsgrad uppfyller inte Boverkets byggregler, men ramperna funkar ändå med elrullstolen.

Stadsodling är på ropet i många kommuner och ett litet tips till kommunerna som arrenderar ut marken kan vara att reservera några större ytor för rullstolsburna odlare. På så vis finns det utrymme att bygga en fungerande markanläggning, med tillhörande ramper om marken sluttar.

Odling, assistenter och teamwork

Idag har tre av mina personliga assistenter skaffat egna odlingslotter i samma förening. Det underlättar en hel del eftersom vi kan hjälpa varandra på olika sätt. De övriga assistenterna gillar väl inte att gräva på lotten lika mycket som jag men alla assistenter uppskattar att få vara med och ta del av skörden som vi alla jobbat för. Den glädjen delar vi gemensamt.

Odlingen ger mig dessutom många tillfällen att vara ute istället för att bara sitta hemma och titta på tv. Det spelar ingen roll vilket regnrusk det än är därute, jag är på lotten även om assistenterna tycker att jag är lite tokig. Det ingår liksom i mitt koncept med "all in" i allt jag gör.

Efter ett par säsongers odlande kan jag bara konstatera att det är en större utmaning att odla än att bygga en tillgänglig odling. Jag har en stor portion vilja och glädje när det gäller att fixa och dona med tillgänglighet. Dessutom har jag tur att ha några kreativa medhjälpare som är villiga att hjälpa till att nå målet – tillgänglig odling. Vädrets nyckfullhet och mördarsniglar är därför mina tuffaste utmanare som rullstolsburen hobbyodlare.

STEFAN PELC

WEBBREDAKTÖR, SKRIBENT, BILDREDAKTÖR
OCH UTBILDARE PÅ FUNKA.

Funka är ett projekt inom funktionshinder-rörelsen och marknadsledande inom området tillgänglighet.

Rösta fram Årets eldsjäl!

För ett friskare, aktivare och bättre Sverige.

Vem är en eldsjäl i din förening?

Nu är det dags att nominera hjältar från föreningslivet som kan prisas på Eldsjälsgalan i mars 2018.

Rösta på: www.aretseldsjaal.se

Sommarsol har begärt sig i konkurs

Styrelsen tog beslutet vid ett extra-insatt möte den 8 januari 2018 att begära stiftelsen Sommarsol i konkurs. Anledningen är att behoven har minskat stadigt under åren och att Sommarsol sedan länge haft ekonomiska problem. Ett åttiototal anställda berörs av beslutet. Det är ännu inte helt klart när aktiviteterna för alla kunder kommer att avslutas.

Styrelsen hoppas att Sommarsol framöver kommer att kunna fortsätta i någon form.

Lars Ohly lämnar sitt uppdrag som ordförande i Funktionsrätt Sverige

Den 19 januari hade Funktionsrätt Sverige en extrakongress där förtroendet för ordföranden Lars Ohly diskuterades. På mötet var 36 av 41 medlemsförbund representerade och en majoritet av dessa uttryckte att de inte längre har ett förtroende för Ohly som ordförande i organisationen.

Val av en ny ordförande och fyra styrelseledamöter, som kommer ersätta de som hoppade av i protest i december, kommer att ske vid en extrakongress den 8 mars.

Personskadeförbundet RTP är medlem i Funktionsrätt Sverige.

Trots attacker mot vaccinationsteam – polio snart utrotat

Trots dödliga attacker mot vaccinationsteam har Pakistan gjort stora framsteg i kampen mot polio. Förhoppningen är att sjukdomen snart ska vara ett minne blott i hela världen.

– Vi närmar oss målet, säger Paul Rutter på FN:s barnfond Unicef.

Möjlighet att leva som andra ökar delaktighetskänslan för utlandsfödda med funktionsnedsättning

En funktionsnedsättning kan leda till ytterligare påfrestningar för personer med utländsk bakgrund. De vill kunna leva som andra och möjligheten att vara aktiv i sin vardag är grundläggande för känslan av att vara delaktig. Det visar en ny avhandling vid Sahlgrenska akademien.

I sitt avhandlingsarbete har Iolanda Santos Tavares Silva vid Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet, studerat delaktighet hos personer med utländsk bakgrund och funktionsnedsättning.

Forskningen har fokuserat på personer med funktionsnedsättning efter polio och avhandlingen baseras på 12 intervjuer med män och kvinnor som immigrerat till Sverige från östra Afrika, samt statistiska analyser av data från 89 personer ur en svensk poliodatabas.

Ständig kamp

Avhandlingen visar att personer med sena effekter efter polio, och som också har en utländsk bakgrund, för en ständig kamp för att kunna leva och göra som andra och att de inte känner att de har tillgång till dagliga aktiviteter i den utsträckning som de önskar.

– Det påverkar personernas känsla av delaktighet i vardagen. Tillgången

till aktiviteter påverkas både av personernas funktionsförmåga och av de resurser de har tillgång till, säger Iolanda Santos Tavares Silva, forskare vid Sahlgrenska akademien.

Låg framtidstro hos kvinnorna

I en av studierna syntes en stor skillnad mellan män och kvinnor.

– Kvinnorna gav uttryck för en större hopplöshet och trodde inte på en framtid med familj och barn, säger Iolanda Santos Tavares Silva.

Resultaten visar också att känslan av delaktighet handlar om flera olika saker – allt från att ha kapacitet att utföra dagliga sysslor till att kunna vinna tillit och förtroende vid möten med andra i samhället.

Vill kunna leva som andra

Möjligheten att kunna leva som andra visade sig vara central för de intervjuade personernas känsla av delaktighet. De använde sig av olika strategier för att finna balans mellan fysisk kapacitet, aktiviteter som de vill och behöver göra, egna och andras uppfattningar, normer samt andras värderingar om personer som är födda utomlands och om personer med funktionsnedsättningar.

– För att hantera sociokulturella normer, värderingar och attityder från andra människor kan det därför

vara så att personer med funktionsnedsättning och utländsk bakgrund känner ett ökat tryck när de saknar förutsättningar i vardagen; att kunna arbeta, transportera sig, kommunicera på svenska och ha tillgång till en ”karta” över det svenska samhället, säger Iolanda Santos Tavares Silva.

Bemötandet viktigt

Hon menar att det är viktigt att komma ihåg att bemötande i vardagen ger avtryck och anser att det finns ett behov av att uppmärksamma villkor för delaktighet både på individnivå och på en social och politisk nivå.

– Vardagliga möten och aktiviteter tillsammans med andra personer har en avgörande roll för människors känsla av delaktighet. De strukturer som reglerar tillgång till olika samhällsresurser för personer med funktionsnedsättning och utländsk bakgrund bör ses över för en ökad jämlikhet, säger Iolanda Santos Tavares Silva.

Avhandlingen *The dynamic nature of participation - Experiences, strategies and conditions for occupations in daily life amongst persons with late effects of polio* försvarades vid en disputation 17 mars 2016.

GÖTEBORGS UNIVERSITET 2016-04-11



Assistans efter dina önskemål

Delaktighet - Kunskap - Närhet - Förebilder

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

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

 **Praktikerterjänst
REHAB STATION**

Bad – Gymnastik – Bastu

Vill Du som medlem i RTP

– få guldkant på tillvaron? – må bättre? – få motion i en bassäng med varmt vatten? Det finns hjälpare vid de flesta av våra bad! Det finns lediga platser på några av baden, kontakta respektive kontaktperson eller kansliet.

Badavgiften är **260 kronor per termin** och sätts in på **bg 134-6261** eller via **Swish 1236783112** senast veckan efter badstart. Glöm ej avsändare och vilket bad insättningen avser.



Bad	Kontaktperson	Badtider	Vårens sista baddag
Vattenhuset Sfären (1+2)	Dick Grün 070-324 49 95	Måndagar 17.30 – 18.30 Bassäng eller sittgympa	11/6
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	14/6
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	12/6
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 14.00	28/5
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	Christine Hultmark Stenman 070-750 53 97	Onsdagar 19.00 – 20.00 Dusch o. bastu 18.30 – 21.00	30/5
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Bo Nylund 070-325 66 80	Måndagar 17.30 – 19.00	18/6
Långbrobadet (1+3)	Lennart Johansson 070-602 59 91 Roswitha Kempe 070-602 59 91	Söndagar 09.00 – 10.30	10/6
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	Lage Eckeskog 070-366 61 33 lage.eckeskog@gmail.com	Måndagar 18.15 – 19.30	18/6
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Anneli Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.15 – 17.15	13/6
Norrtälje ROS Omsorg & Service (1+2)	Nann Palmgren 070-743 24 73	Onsdagar 17.00 – 21.00	20/6
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	Marianne Mårdenvall 070-317 34 92	Onsdagar 15.00 – 16.00	13/6
Huddinge Sjukhus Rehab-bassängen (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 17.45 – 19.30	21/6

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

OBS! Om du som badare inte kan komma, anmäl förhinder till badets kontaktperson, var också uppmärksam på SMS-information från RTP-S ifall badet av någon orsak ställts in.

Aktiviteter

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

RTP-S DIALOGGRUPPER

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

Dialog Polioskadade

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

28 februari, 21 mars, 25 april, 23 maj, 20 juni.

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

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

Dialog Hjärnskadade

Måndagar kl. 13.00 – 15.00

12, 19, 26 mars 9, 16, 23, 30 april, 7, 14, 21, 28 maj,
4, 11 juni.

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

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

Dialog Kronisk smärta

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

20 februari, 13 mars, 17 april, 15 maj och 12 juni.

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

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

Dialog Nackskadade

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

20 februari, 13 mars, 17 april, 15 maj och 12 juni.

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

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

Dialog Ryggmargsskadade

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

Dialog Amputerade

Första måndagen varje månad kl. 17.30 – 18.30

Plats: Rehab Station Stockholms café,
Frösundaviks Allé 13, Solna.

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

Att leva med hjärnskada

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

Varmt välkomna att kontakta oss för mer information:



Christer Olsén
08-545 622 63 /
christer.olsen@rtps.se
eller RTP-S kansli:
08-545 622 60 /
info@rtps.se

RTP-S FRISKVÅRD

Träning på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13

Kom och träna med oss!

Måndagar och Onsdagar kl. 17.30 – 19.30

Vårterminen startade måndagen den 8 januari och
onsdagen den 10 januari.

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

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

Aktiviteter

Yoga

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



Foto: Pixabay

Avgift: 260 kr per termin.

Plats: Olivia Rehabilitering.

Adress: Vendevägen 85B, Danderyd.

Tid: Varje tisdag kl. 14.00 – 15.00

Vårterminen startade 16 januari och slutar 19 juni.

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

Arrangör: RTP-S

RTP-S NÖJE

Liljevalchs Vårsalong 2018

Tid: Onsdagen den 7 mars kl. 13.00

Plats: Djurgårdsvägen 60.

Entréavgift: ca 60 kronor vid grupp om 20 personer. Vid färre deltagare kan kostnaden bli något högre. **OBS! Kontant betalning och jämna pengar, tack!** Vi samlar in avgiften på plats. **Bindande anmälan senast 16 februari** till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64.

Försök att vara på plats i god tid innan kl. 13.00.

Vår guide är som tidigare Marie Andersson.

Tillgängligheten är god, hiss finns.

2 st hjälpare finns på plats.

Arrangör: Aktivitetskommittén

Våffelafton

Kom och njut av nygräddade våfflor med mycket sylt och grädde i trevlig gemenskap!

När: Torsdagen den 15 mars kl. 15.00 – 19.00

Var: RTP-S kansli, Kavallerivägen 24, Sundbyberg

Anmälan: senast 13 mars till RTP-S kansli 08-545 622 60, info@rtps.se.

Anmälan är bindande!

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

Arrangör: RTP-S



Medelhavsmuseet – främsta arkeologiska museet för medelhavskulturer i Sverige!

Följ med till Medelhavsmuseet och titta på fascinerande fynd från det forna Egypten, Cypern, Grekland, Romarriket och Mellanöstern. Lär känna människorna längs Nilen och deras historia. Välkomna alla som vill tillbringa en intressant och lärorik dag på Medelhavsmuseet. Rundturen avslutas sedan med fika och en trevlig pratstund på "Bagdad Café"!

Kostnad: Fri entré.

Tid: Torsdagen den 22 mars kl. 13.00 – 16.00

Mötesplats: Medelhavsmuseets huvudentré, Fredsgatan 2.

Anmälan: senast 21 mars till RTP-S kansli

08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64,

petra.kascelan@rtps.se

Arrangör: RTP-S

Fotografiska är inget vanligt museum!

Fotografiska museet är ett av Stockholms mest populära besöksmål. Välkommen på besök tillsammans med oss. För alla som vill avslutar vi besöket med en fika.

Kostnad: Ordinarie kostnad 145 kr. Pensionär och studerande: 115 kr.

OBS! Endast kortbetalning.

När: Onsdagen den 11 april kl. 13.00

Var: Stadsgårdshamnen 22.

Samling vid huvudentrén till Fotografiska.

Anmälan: senast 9 april till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64,

petra.kascelan@rtps.se

Arrangör: RTP-S



Foto: Cheng Man

Fågelmorgon på Djurgården med Gigi Sahlstrand

Vi möts vid Carolas Eko, Stora Skuggans Vårdshus och börjar morgonen med en ekologisk frukost i Norra Djurgårdens härliga omgivning. Därefter går vi en vårpromenad under ledning av Gigi Sahlstrand, som guidar oss bland Djurgårdens fåglar.

När: Lördagen den 21 april kl. 9.00 – 12.00

Var: Carolas Eko, Stora Skuggans Vårdshus 12A, Stora Skuggans Väg, Stockholm.

Kostnad: 285 kr inkl. frukost. Betalas via bg 134-6261 (märk talongen "Fågelmorgon") eller Swish 1236783112.

Anmälan: senast 4 april till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller elin.langemar@rtps.se

Anmälan är bindande!

Kontaktperson: Elin Langemar 08-545 622 69.

Arrangör: Djurgårdens Ecolyx



Aktiviteter

Vill du bli fin till vår och sommar?

Då är du välkommen till RTP-S makeupkurs med makeupartisten Johanna Weddfelt. Du får en styling och extraprodukter för 200 kr! Nu har du chansen att få lära dig att lägga en makeup som passar just dig samt få råd och stöd från Johanna!

Vad som erbjuds under kvällen är:

- en grundbaserad teoretisk genomgång om hur du enkelt applicerar en vardagsmakeup
- en enkel makeup och rådgivning av en makeupartis,
- ett nagellack och läppglans i gåva (värde 250 kr)

Kvällen avslutas med att vi bjuder på fika!

Kursstart: tisdagen den 17 april kl. 17.00 – 20.00

Plats: RTP-S kansli på Kavallerivägen 24, Sundbyberg

Avgift: 250 kronor per person (minst 5 deltagare och max 10 deltagare).

Betalning sker via Swish 1236783112 eller till bg 134-6261. Skriv ditt namn och "Johanna Weddfelt" på talongen.

Intresseanmälan: senast måndagen den 16 april till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Anmälan är bindande!

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

Arrangör: RTP-S



Nostalgiträff

Vill du träffa gamla polioskadade?

Gamla kan betyda ålder men också att vi har en gemensam bakgrund. Vi fick polio på 1940-1950-talet innan vaccinet fanns tillgängligt. Det är stor skillnad på samhällets engagemang bara under den här perioden. Många var väldigt små när de insjuknade och deras erfarenhet är speciell.

Vi har troligen mötts i olika sammanhang under åren. Samtal om

- hur det var när vi var yngre
- vilka erfarenheter vi har tillsammans
- vad vi har lärt av varandra i omklädningsrum
- hur samhället fungerade utan färdtjänst och tillgång till hjälpmedel
- hur skojigt vi haft i olika sammanhang

Tid: Torsdagen den 19 april kl. 13.00 – 16.00

Plats: RTP-S kansli på Kavallerivägen 24, Sundbyberg

Anmälan: senast 16 april till RTP-S kansli 08-545 622 60.

Avgift: Lunch 50 kr som betalas i samband med anmälan till bg 134-6261. Märk talongen "Nostalgiträff" eller Swisha 1236783112.

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64.

Arrangör: RTP-S

Törnrosa - Kamp mellan LJUS och MÖRKER i tyll och tåspets

Törnrosa är en av de största klassiska baletterna skriven till Pjotr Tjajkovskijs magiska musik. I koreografen Márcia Haydées version av Törnrosa har den onda fen Carabosse fått ett nytt djup. För första gången dansas rollen av antingen en kvinnlig eller manlig dansare i ett psykologiskt porträtt av ondska. Men ingen är alltigenom ond... Koreografi: Márcia Haydée efter Marius Petipa Musik: Pjotr Tjajkovskij Törnrosa hade premiär på Operan 2012 och är äntligen tillbaka!

När: Onsdag 23 maj kl. 18.00

Var: Vi träffas i foajén på Kungliga Operan.

Föreställningens längd: Ca 2 tim. 55 min. inkl. paus.

Pris: 270 kr som sätts in på bg 134-6261 eller Swish 1236783112 vid anmälan.

OBS! Begränsat antal platser för rullstolsanvändare.

Anmälan: senast 23 mars till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller elin.langemar@rtps.se **Anmälan är bindande.**

Arrangör: RTP-S



Foto: Kungl. Operan



Foto: Åke Eson Lindman

ABBA The Museum

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

ABBA The Museum är mer än bara ett vanligt museum! Här är även du en viktig del av upplevelsen som den femte medlemmen av gruppen. Du får testa att ta på dig deras legendariska scenkostymer, sjunga i Polarstudio och att vara en del av häftiga hologram genom att kliva upp på scenen tillsammans med bandet.

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

Tid: Torsdagen den 31 maj kl. 11.00

Mötesplats: ABBA The Museums huvudentré.

Adress: Djurgårdsvägen.

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

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

Arrangör: RTP-S

Aktiviteter

Studiebesök på Linds Ortopediska



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

Tid: Torsdagen den 17 maj kl. 16.00 – 18.00

Plats: Sundbybergsvägen 1, Solna.

Gemensam fikastund under besöket.

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

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

Arrangör: RTP-S

Krångel med mobil eller dator?

Vill du veta mer om Facebook eller andra sociala medier? Då är du välkommen på drop-in hos oss på onsdagar! Vi hjälper dig så gott vi kan med alla dina tekniska problem. Det bjuds på fika.



Var: RTP-S kansli, Kavallerivägen 24, Sundbyberg

När: Onsdagar klockan 13.00 – 14.00

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

Välkommen!

Arrangör: RTP-S

RTP-S INFO



Foto: Elin Langemar

RTP-S bjuder in till informationsträff tillsammans med Postpoliomottagningen

Välkommen till informationsträff med Postpoliomottagningen på RTP-S kansli. I RTP-S Aktuellt nr 4-2017 fanns artikeln "Vanliga frågor, Postpoliomottagningen ger oss svaren". Den artikeln har väckt ett stort antal frågor och funderingar hos våra medlemmar.

Nu har du möjlighet att komma med egna frågor, förväntningar och erfarenheter som kan förbättra, påverka och stärka postpoliovården och vården i stort.

Tid: Onsdagen den 28 mars kl. 14.30

Bindande anmälan senast 27 mars till RTP-S kansli 08-545 622 60 eller info@rtps.se

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

Arrangör: RTP-S

Postpolioveckor på Mälargården Rehab Center

När var du på postpoliorehabilitering senast?

Under våren 2018 kommer Mälargården att genomföra postpolioveckor under **perioden 25 mars t.o.m. 13 april och under perioden 10 juni t.o.m. 29 juni.**

Behöver du träna upp dina förmågor och få tips om träning eller motivation, be din läkare skriva en remiss för planerad specialiserad rehabilitering. Remissblanketter finns på www.malargarden.se
Remissen ska skickas till:

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

Vill du ha mer information?

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



Foto: Sten Skoglund

Resor med RTP-S

RTP-S Aktivitetskommitté planerar för följande resor under 2018.



Friluftsmuseet Wadköping i Örebro.



Foton: Fria foton Fotoakuten

Dagsresa till Wadköping och Kumla

Tisdagen den 8 maj 2018

Resan startar från Kavallerivägen i Sundbyberg 08.30 på morgonen, bussen framkörd 08.00. Via Enköping och Västerås kommer vi till Örebro där vi vid Svartåns strand hittar Wadköping, Örebros eget Skansen. Med sina trähus och gårdar skildrar Wadköping den äldre stadsmiljön och bebyggelsen i Örebro. Wadköping invigdes 1965 i samband med Örebros 700-årsjubileum och består av hitflyttade byggnader från 1500-talet och framåt. Här finns också i olika museer Cajsas Wargs barndomshem, Hjalmar Bergmans boksamling och Kronbloms klassiska kök med soffa och allt. Vi får en kopp förmiddagskaffe innan vi strövar runt på egen hand i området.

Resans nästa besök blir på Skoindu-

strimuseet i Kumla. När skofabriken Bengtar-Sko i Kumla slog igen portarna för sista gången och skoarbetarna gick hem lämnades allt precis som det var. När fabriken öppnade igen var det som museum med skotillverkning, det enda i sitt slag i norra Europa. Doften av läder, miljön och de gamla maskinerna minner om en svunnen tid då Kumla var Sveriges skocentrum. På fabriken kan man följa tillverkningen från skinn till färdig sko. Här finns också en butik där man säljer sina egentillverkade skor.

Efter detta intressanta besök fortsätter vi till restaurang Goda Rum som ligger vackert vid Kumla sjöpark. Här får vi en god lunch och hinner också med en visit i växthuset eller

hantverksbutiken. Detta är dagens sista besök och vi återvänder mot Sundbyberg och beräknar att vara åter på Kavallerivägen vid 18.00-tiden.

Denna resa är subventionerad för RTP-S medlemmar.

Pris för resan: 300 kr för medlemmar och 550 kr för icke medlemmar vid min. 30 personer.

Inkl. resa i turistbuss med hiss för rullstolar, förmiddagskaffe och lunch, besök, guide och entré enligt program.

Intresseanmälan: senast 6 mars till RTP-S kansli telefon 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan
08-545 622 64.

OBS ! Anmälan är bindande.

Aktiviteter

Tredagarsresa Siljan Runt

27 – 29 augusti 2018



DAG 1, 27 AUGUSTI

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

DAG 2, 28 AUGUSTI

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

turen på Sollerön vänder vi tillbaka till hotellet där middagen serveras på kvällen.

DAG 3, 29 AUGUSTI

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

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

Resan är subventionerad för RTP-S medlemmar.

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

Tillägg för enkelrum: 700 kr.

Inkl. del i dubbelrum med frukost och middag.

5 anpassade rum.

Dag 1 och 2 förmiddagskaffe och lunch.

Visningar, entréer och guider enl. program.

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

Kontaktperson: Petra Kascelan
08-545 622 64.

OBS ! Anmälan är bindande



Arrangör: RTP-S och Sundbergs Buss AB

Kafé Radiokakan och Mopedum i Nynäshamn

I Nynäshamn finns ett fik i gamla badhusets lokaler. Här är nostalgin hög med inredning från 50-, 60- och 70-talet. Här hittar du en miljö som väcker många minnen.



Här kan man fika, äta en lunch och givetvis prova radiokakan. Intill kaféet i samma byggnad hittar man Mopedum som är museet som visar mopedens historia och mycket annat från tidsperioden mellan 1952 och 1979. Här finns också café, verkstad för veteranmopeder och konsthall.

Vad sägs om att besöka Kafé Radiokakan och Mopedum och återupptäcka dina minnen i en nostalgisk miljö?

Mer info om Kafé Radiokakan och Mopedum hittar du på www.kaferadiokakan.se och www.mopedum.se

Plats: Gamla Nynäshamns badhus, Vikingavägen 39, Nynäshamn.

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

Kostnad: Entreavgift till museet: 60 kr, pensionär 50 kr och ungdom 20 kr.

Ni kan självklart besöka enbart Kafé Radiokakan utan att betala museiavgift.

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

Dags för restaurangbesök till våren

Globens paradrestaurang Flitiga Lisa ligger på entréplanet och erbjuder det bästa ur det varma och kalla köket. Den är öppen lunchtid.

Tid: Fredagen den 20 april kl. 11.30 – 13.00

Pris: Två rätter 70 kr, tre rätter 90 kr, exkl dryck.

Sista anmälningdag: 13 mars.

Stavgång i Haninge

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

Tid: maj/juni 2018.

Kostnad: Fika till självkostnadspris.

Följ med oss på en tur till Långholmen!

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

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

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

Årsta slott

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

Tid: maj/juni 2018.

Kostnad: Endast 99 kr (måndag-fredag).

Försommarfika i Nynäshamn

Kanske en räkmacka eller fika med glass i hamnen som ligger nära tåget.

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

Tid: juni 2018.

Kostnad: Självkostnadspris.

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

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

Se även www.rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening

Kurser våren 2018

Foto

Är du intresserad av foto?

Då är du välkommen på fotokurs med Staffan Kvist!



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

Torsdagar kl. 9.30 – 12.00 (24 lektionstimmar).

Kursstart: 22 mars.

Plats: Vernissagesalen i Allaktivitetshuset, Sturegatan 10, Sundbyberg.

Egenavgift: 600 kronor för nyanmälda (minst 5 och högst 6 deltagare).

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

Måla akvarell

Välkommen på akvarellkurs på torsdagar med Christina Olivecrona!

Torsdagar kl. 10.00 – 13.00

Kursstart: 22 februari.

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

Egenavgift: 828 kronor (minst 5 deltagare).

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

Arrangör: StorStockholms lokalförening



OBS! Anmälan till samtliga kurser:

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

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

Allmänna upplysningar om våra cirklar

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

Se även www.rtps.se

Arrangör: StorStockholms lokalförening

Farthinder

Stött på otillgängligheter och vill belysa dem?

Skicka då dina bilder på otillgängligheterna samt en förklaring med ditt namn!

Vi lägger ut dessa på Facebook – **Farthinder.eu** samt på Instagram *Farthinder.eu*

Kontakt: elin.langemar@rtps.se



Aktiviteter

Händer i NV Storstockholm

Biljard

Tid: Måndagar kl. 15.00 – 17.30

Plats: Vänortsringen 11 i Märsta

De som eventuellt är intresserade ska kontakta Lage Eckeskog, 070-366 61 33, för att få väganvisning.

Bad

Tid: Måndagar kl. 18.15 – 19.30

Vår sjukgymnast håller igång oss.

Caféträff

Efter badet fikar vi i lokalen Rubinen.

Bad och caféträff sker på Dragonvägen 88-92.

Har du förslag på aktiviteter?

Om du har förslag på aktiviteter du tycker kan vara intressanta, är du varmt välkommen att kontakta Bengt-Erik Johansson via mail på bejohansson8@gmail.com eller via telefon 070-893 21 70.

Se även www.rtps.se

Arrangör: NV Storstockholms lokalförening

Händer i Södertälje

Pysselkvällar

Vi pysslar efter egen förmåga med olika saker såsom smycketillverkning, återbruk, stickning, målning m.m.

Tid: Första måndagen i månaden kl. 18.00 – 20.00

Plats: Snickarboan, Allaktivitetshuset, Barrtorpsvägen 1A, Södertälje.

Kontaktperson: Eva Molnár, 070-486 95 13 eller eva.molnar@tele2.se

Användarutbildning

Användarutbildning för mobiltelefon, stationär dator, bärbar dator och läsplatta. Vi går igenom olika operativsystem, hur man installerar och avinstallerar appar, vilka internetalternativ som finns, vad man bör tänka på kring säkerhet och hur man gör för att skriva ut på en trådlös skrivare.

Kontakta Eva Molnár 070-486 95 13 eller eva.molnar@tele2.se för närmare information.

Har du förslag till aktiviteter kontakta Eva Molnár 070-486 95 13, eva.molnar@tele2.se

Se även www.rtps.se

Arrangör: Södertälje lokalförening

Händer i Norrtälje

Bussutflykt

Vi planerar en bussresa under **mars månad** till södra Stockholm med besök på några ställen och lite guidning i länet! Vi återkommer med mer information när allt är klart.

Kontaktuppgifter och intresseanmälningar:

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

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

Se även www.rtps.se

Arrangör: Norrtälje lokalförening

Kommande aktiviteter under året:

- Cykelgrupp – vi cyklar tillsammans
- Mindfulness
- Medicinsk qigong
- Föreläsningar om; hjärntrötthet, tillgängligt samhälle, matmätaren, långvarig smärta
- Konst i tunnelbanan
- Turridning på islandshästar
- Enkla promenader
- Soppakväll
- Odling hemma

MISSNÖJD MED FÄRDTJÄNSTEN?



RING OCH ANMÄL TILL:

08-720 80 80

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

- Kommer färdtjänsten inte i tid?
- Missar de din bokning?
- Bommar föraren din bokning?
- Uppringd och ombedd att beställa extra service, trots att du inte behöver?
- Samåkning som gör att du kommer för sent?
- Otrevligt bemötande?

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

Medlemsförmån – rådgivning i social- försäkringsfrågor



Du har väl inte missat att du som medlem numera kan ta del av en ny medlemsförmån.

Från och med november 2016 har Personskadeförbundet RTPs medlemmar möjlighet att få telefonrådgivning i socialförsäkringsfrågor av jurist Erik Ward. Han svarar på frågor som rör ärenden som handläggs av Försäkringskassan.

Kontakta Erik på telefon 0456-515 31 onsdagar kl. 13.00 – 17.00.

UPPROP! UPPROP!



Kom till sittgympan på Sfären i Bergshamra!
Alla gympar sittande!

På måndagskvällarna mellan 17.30 – 18.20 gympar vi av hjärtans lust under ledning av Monica, en energispruta till sjukgymnast. Vi gör rörelser till musik med och utan pinne, gummiband och medicinboll.

Gruppen består av oss polioskadade som går med hjälpmedel eller använder rullstol och tror på att vi måste röra oss så mycket vi har förmåga till för att må bra.

Trevligt om vi blir fler!

Kom gärna i god tid så hinner vi umgås lite innan vi startar.

Kom och kolla en gång och förhoppningsvis vill du fortsätta!

INGA BORGGREN

ANHÖRIGKVÄLL

TISDAG 20 FEBRUARI - RYGGMÄRGSSKADOR

IVÅRT NYA HUS PÅ FRÖSUNDAVIKS ALLÉ 4

När en närstående drabbas av en ryggmärgsskada påverkas både familj, vänner och andra i den skadades närhet. Är du förälder, man, hustru, pojkvän, flickvän, vän eller arbetskollega till någon med en ryggmärgsskada?

Rehab Station Stockholm, Spinalkliniken och RG Aktiv Rehabilitering anordnar tillsammans en kväll där vi får tid att samtala och dela med oss av erfarenheter. Vi bjuder även på lättare förtäring.

TID

Kl. 18.00

PLATS

Rehab Station Stockholm i våra nya lokaler; Frösundaviks allé 4, Solna

ANMÄLAN

Receptionen på Rehab Station Stockholm
receptionen@rehabstation.se
Telefon 08-555 44 000
Kvällen är kostnadsfri

KONTAKTPERSONER

Annelie Olausson
Sekreterare, Spinalkliniken och själv ryggmärgsskadad
annelie.olausson@rehabstation.se



Carin Bergfeldt
Arbetssterapeut, Rehab Station Stockholm
carin.bergfeldt@rehabstation.se



Härlig julstämning på Breviks loge

Inför första advent fick badgrupperna för sig att det skulle vara trevligt med en julmarknad. Sagt och gjort, vi bestämde oss för att åka till Rådmansö där vår medlem Anne-Marie driver en gårdsbutik.

Vi valde att samåka med egen bil ut till Brevik. Och redan på gårdsplanen kunde man känna julstämningen, med en pyntad gran och stora röda julkulor i trädet, där Anne-Marie stod och välkomnade oss.

Väl inne möttes vi av en värmande brasa i den gigantiska öppna spisen. I ladan kunde vi hitta alla möjliga saker, som både kunde passa oss själva och sådant som fungerade bra till julklappar. Så det blev en hel del affärer. Allt avslutades med riktigt adventskaffe med lussekatter och pepparkakor.

TEXT: NANN PALMGREN



Foton: Marie Kärln.

I mörka december firade vi Lucia

Så trevligt att träffas till lite gemytlig samvaro i decembermörkret. Självklart startade vi med lite glögg och pepparkakor. Vi hade ingen egen Lucia men vi hörde hur vackert det lät när ungdomarna tränade. Det var skillnad mot för när vi själva sjöng, men det viktiga är ju att stämningen är god.

I verkligheten fick vi efter önskemål ett traditionellt julbord. Klurigheterna var ett mycket annorlunda julbord, eller vad sägs om: Tyra Pingpodd, Per Savtelje, Lasse Pryt och många fler.

Klurigheterna resulterade i att alla fick var sin liten julklapp att ta med hem. Vi hade dessutom ett lotteri med många fina vinster. Bland annat skänkta av Anne-Marie från Breviks loge och Ulla-Britt Westerberg som stickar och virkar de finaste saker. Och i år vann jag första pris.....Jippiiiiiiii,



Foton: Marie Kärln.

nåja det blev ingen vinst förra året så det kanske jämnar ut sig till slut.

Nå, fixade du dopp i grytan, leverpastej, pressylta, inte helt lätt, eller hur???

TEXT: NANN PALMGREN

Besök på vårdguiden

Den 3 december besökte jag Vårdguiden för att framföra ett antal åsikter om Vårdguiden och dess upplägg. En viktig punkt är att det är enkelt för alla att hitta den hjälp man söker på Vårdguidens hemsida. Mitt besök var ett led i Vårdguidens arbete med att bli bättre och mer tillgängligt, speciellt för personer med olika funktionsnedsättningar.

YVONNE ANDERSSON STS

"Om vi ingen vinter hade skulle våren inte vara så angenäm. Om vi aldrig mötte motgång skulle välståndet inte vara så välkommet."

ANNE BRADSTREET (1612-1672)



Gerd och Christer Lindberg.
Foto: Marie Kärln.



Johan Sundin.
Foto: Roslagens sjukgymnast

Nya medarbetare i Norrtälje

I Norrtälje har vi under en tid på prov haft en ny sjukgymnast och två nya hjälpare. Vi har alla varit väldigt nöjda, så glädjen var stor när både sjukgymnast och hjälpare tackade ja till fortsatt arbete.

TEXT: NANN PALMGREN



Lyckad sminkkurs på RTP-S kansli!

Den 21 november fick fyra glada damer åter chansen till en stund tillsammans med makeupstylisten Johanna Weddfelt, som vi på RTP-S tidigare har mött på sminkkurser i samarbete med Face Stockholm.

Kvällen började med en trevlig fikastund där det bjöds på kaffe, ostfrallor och olika bakverk. Därefter gav Johanna många goda råd och visade hur man på bästa sätt ska sminka sig anpassat till sina egna färger och drag. Finurligheten ligger i, enligt Johanna, att med rätt färger kunna lyfta fram och framhäva det bästa hos sig

själv. Efter en teoretisk genomgång, då en av deltagarna agerade modell, fick även övriga deltagare en egen sminkning med sina personliga färger. Förnöjsamheten var stor då alla med ett leende på läpparna tackade för sig. Med sig hade de varsitt läppglans och nagellack.

TEXT OCH FOTO: PETRA KASCELAN



Birgitta



Ingela



Kerstin

Vad ska jag äta?

Föreläsning om fördelarna med en kolhydratfattig kost.

Vi på RTP-S bjöd den 23 november 2017 in till en kostföreläsning med fokus på effekterna av LCHF, och särskilt kring de fördelar som finns för den som kämpar med vissa kroppsliga problem, såsom övervikt och högt blodtryck.

LCHF innebär att man äter en kost med lite kolhydrater och mycket fett. Föreläsningen bestod av två delar. Först och främst delgav dietisten och sjukgymnasten Anna-Carin Lagerström oss hur man ska tänka, och vad man ska ta i beräkning, när man väljer vad man ska stoppa i sig. Faktorer såsom ålder, och hur mycket man rör på sig, är framförallt viktiga att ta hänsyn till. Anna-Carin gav oss en detaljerad bild av vad kosten innebär för vår hälsa och välmående. Hon fick också svara på ett stort antal frågor ifrån publiken.

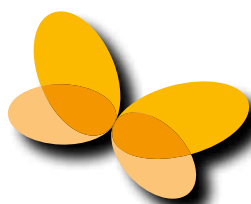
Enligt Anna-Carin har många länge trott att det är fet mat som leder till fetma och ohälsa. Den bilden har förändrats allt eftersom forskarna sett

effekterna av kost med mycket socker och kolhydrater. Det har nämligen visat sig att det är den socker- och kolhydratrika kosten vi äter som gör oss sjuka och överviktiga.

Därefter delade Karin Eldh från Smarta Diabetiker med sig av sina erfarenheter. Hon kämpade under lång tid med både vikt och höga blodfetter innan hon en dag upptäckte LCHF. Resultatet visade sig ganska snabbt då blodsockret sjönk och vikten började minska.

Fler människor än väntat dök upp på föreläsningen som blev lyckad trots lite datastrul i början.

ELIN LANGEMAR



Julmiddagen

Den 30 november var det dags igen för den traditionella årliga julmiddagen på RTP-S. Ett 20-tal glada och förväntansfulla medlemmar kom. Vid ankomsten bjöds det först på glögg och pepparkakor. Därefter påbörjades återigen en lyckad julmiddag. Den rödgröna juldukningen med både tomtar och ljus spred en varm julstämning över lokalen den mörka novemberkvällen. Det var en mycket harmonisk afton där den trevliga stämningen höll sig på topp under hela kvällen. Många glada samtal och skratt hördes kring det fullsatta jultbordet. Alla verkade njuta av maten och varandras sällskap, vilket tydde på att det nog blev en riktigt lyckad julkväll även i år!

TEXT OCH FOTO: PETRA KASCELAN



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

070-316 10 07

Jan Delvert, StorStockholm

070-822 87 76

Barbro Andersson, NV Storstockholm

070-647 56 83

Valberedningen i Stockholms läns lokalföreningar

Valberedningarna har påbörjat sitt arbete inför årsmötet 2018 och tar tacksamt emot förslag på lämpliga personer till lokalföreningarnas styrelser. En stark styrelse har stor betydelse för oss medlemmar. Vänta inte med att kontakta valberedningen!

StorStockholms lokalförening

Marianne Björkander

070-749 00 65

Norrtälje lokalförening

Nanna Välimaa

0176-26 60 25, 0739-60 10 00

Gunilla Johansson

0176-149 84, 0709-26 11 31

Nordvästra Storstockholms lokalförening

Lage Eckeskog

070-366 61 33, lage.eckeskog@gmail.com

Steinar Hovind

070-204 62 80

Södertälje lokalförening

Karin Jutengren, sammankallande

08-552 452 09, 070-329 97 26

Bruno Stockinger

08-552 405 56

Britt Andersson

08-550 152 85

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. Beslut om medlemsavgift
- F. Fastställande av antalet ledamöter i styrelsen
- G. Behandling av motioner
- H. Styrelsens förslag
- I. 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
- J. Fastställande av budget och verksamhetsplan för verksamhetsåret
- K. Mötets avslutande

Årsmöten

Distriktet, RTP-S

Onsdagen den 21 mars 2018 kl. 18.00

Plats: Distriktskansliet, Kavallerivägen 24, Rissne Torg, Sundbyberg.

Distriktet bjuder på lättare förtäring.

OBS! Motion till årsmöte kan framställas av lokalförening och ska vara distriktsstyrelsen tillhanda senast **15 mars** 2018.

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 7 mars** till kansliet 08-545 622 60 eller info@rtps.se

StorStockholms lokalförening

Tisdagen den 6 februari 2018 kl. 18.00 – ca 20.00

Plats: Kavallerivägen 24, Rissne Torg, Sundbyberg

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

Lättare förtäring serveras!

Föredragningslista: se sid 24.

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast 15 januari 2018.

Södertälje lokalförening

Lördagen den 24 februari 2018 kl. 14.00

Plats: Allaktivitetshuset, Keramiken.

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

Lättare förtäring serveras!

Föredragningslista: se sid 24.

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast 15 januari 2018 till Eva Molnár 070-486 95 13 eva.molnar@tele2.se

Norrtälje lokalförening

Torsdagen den 22 februari 2018 kl. 18.00 – ca 20.00

Plats: ROS samlingssalen, Hamnvägen 12, Norrtälje.

Anmälan till Anita 0176-179 80.

Lättare förtäring serveras! Uppge ev. allergi vid anmälan!

Föredragningslista: se sid 24.

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast 15 januari 2018, adress Norrtälje lokalförening i Personskadeförbundet RTP, Hamnvägen 12, 761 32 Norrtälje eller norrtalje@rtp.se

Nordvästra Storstockholms lokalförening

Torsdagen den 8 mars 2018 kl. 18.00 – 20.00

Plats: Skopan på Finnvids väg 10, Upplands Väsby

Obs! Entrén är på övre plan.

Anmälan senast 1 mars 2018 till Bengt-Erik

Johansson 070-893 21 70, bejohansson8@gmail.com

Lättare förtäring serveras!

Föredragningslista: se sid 24.

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast 15 januari 2018 till Bengt-Erik Johansson 070-893 21 70, bejohansson8@gmail.com



TeamOlmed på uppdrag av SLL i över 30 år

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

TeamOlmed Torsplan vid nya Karolinska Solna	Tel: 08-690 25 40
TeamOlmed Södersjukhuset	Tel: 08-658 79 50
TeamOlmed Huddinge Sjukhus	Tel: 08-585 802 22
TeamOlmed Barn & Ungdom Solna	Tel: 08-619 28 00
TeamOlmed Södertälje	Tel: 08-401 28 40

för ett rörligare liv

www.teamolmed.se

Kalendarium

Anmäl ditt deltagande via telefon 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Adressen är RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24, Rissne Torg i Sundbyberg om inget annat anges!

Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

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

Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera. Detaljer om aktiviteterna hittar du på sidorna 12-20.

FEBRUARI

Fredag	16	Anmälan Liljevalchs Vårsalong 2018
Tisdag	20	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	20	Dialog Nackskadade
Torsdag	22	Kursstart Måla akvarell
Torsdag	22	Årsmöte Norrtälje
Lördag	24	Årsmöte Södertälje
Onsdag	28	Dialog Polioskadade

MARS

Tisdag	6	Anm. Dagsresa till Wadköping och Kumla
Onsdag	7	Liljevalchs Vårsalong 2018
Torsdag	8	Årsmöte NV Storstockholm
Tisdag	13	Anmälan Våffelafton
Tisdag	13	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	13	Anmälan Restaurangbesök Flitiga Lisa
Tisdag	13	Dialog Nackskadade
Torsdag	15	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	15	Våffelafton
Onsdag	21	Anmälan Medelhavsmuseet
Onsdag	21	Dialog Polioskadade
Onsdag	21	Årsmöte Distriktet
Torsdag	22	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	22	Kursstart Foto
Torsdag	22	Medelhavsmuseet
Fredag	23	Anmälan Törnrosa
Tisdag	27	Anmälan Info-träff med Postpoliomottagn.
Onsdag	28	Info-träff med Postpoliomottagningen
Torsdag	29	Dialog Hjärnskadade

APRIL

Onsdag	4	Anmälan Fågelmorgon på Djurgården
Torsdag	5	Dialog Hjärnskadade
Måndag	9	Anmälan Fotografiska museet
Onsdag	11	Fotografiska museet
Torsdag	12	Dialog Hjärnskadade
Måndag	16	Anmälan Vill du bli fin till vår och sommar?

Vi har Swish!

Som medlem kan du swisha oss vid betalning av avgifter eller vid gåvor.

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

Swishnummer: 1236783112



Färdtjänstens öppettider är
måndag-fredag kl. 07.00 – 20.00
Telefon 08-720 80 80.

Måndag	16	Anmälan Nostalgiträff med polioskadade
Tisdag	17	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	17	Dialog Nackskadade
Tisdag	17	Vill du bli fin till vår och sommar?
Torsdag	19	Nostalgiträff med polioskadade
Torsdag	19	Dialog Hjärnskadade
Fredag	20	Restaurangbesök på Flitiga Lisa
Lördag	21	Fågelmorgon på Djurgården
Onsdag	25	Dialog Polioskadade
Torsdag	26	Dialog Hjärnskadade

MAJ

Torsdag	3	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	8	Dagsresa till Wadköping och Kumla
Måndag	14	Anmälan Studiebesök Linds Ortopediska
Tisdag	15	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	15	Dialog Nackskadade
Torsdag	17	Studiebesök på Linds Ortopediska
Torsdag	17	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	23	Dialog Polioskadade
Onsdag	23	Törnrosa på Operan
Onsdag	23	Tur till Långholmen
Torsdag	24	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	30	Anmälan ABBA-museet
Torsdag	31	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	31	ABBA-museet

JUNI

Torsdag	7	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	12	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	12	Dialog Nackskadade
Torsdag	14	Dialog Hjärnskadade
Fredag	15	Anmälan Siljan Runt
Tisdag	19	Yoga: Vårterminen avslutas
Onsdag	20	Dialog Polioskadade

Postpoliomottagningens kontaktinformation:

Telefontid:

Telefon 08-123 576 41

Måndag, tisdag, torsdag kl. 09.30 – 10.30

onsdag kl. 13.00 – 14.00

Återbudstelefon:

Telefon 070-168 41 07 Telefonsvarare dygnet runt

Faxnummer: 08-123 577 53

Besöksadress:

Postpoliomottagningen

Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken

Hus 60, plan 2

Danderyds sjukhus AB

Kontakta oss!



Distriktet och lokalföreningarna

Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid 09.00 – 15.00 Lunchstängt 11.30 – 12.00.

Växel 08-545 622 60

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

Hemsida: www.rtps.se

Joanna Bachorz, kanslichef	08-545 622 62	joanna.bachorz@rtps.se
Christer Olsén	08-545 622 63	christer.olsen@rtps.se
Petra Kascelan	08-545 622 64	petra.kascelan@rtps.se
Eva Ruiz	08-545 622 67	eva.ruiz@rtps.se
Yvonne Andersson	08-545 622 68	yvonne.andersson@rtps.se
Elin Langemar	08-545 622 69	elin.langemar@rtps.se

StorStockholms lokalförening

Yvonne Andersson 08-545 622 68

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

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

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

Nordvästra Storstockholms lokalförening

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

Norrtälje lokalförening

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

Södertälje lokalförening

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

Tips



Foto: Pixabay

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



Viktigt meddelande/tips till våra läsare:

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

RTP-S KANSLI

Stöd utgivningen av
RTP-S Aktuellt
genom att sätta in lägst
50 kronor på bankgiro 134-6261.

Här finns vi på RTP-S !



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

Hitta till oss:

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



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



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



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



Parkering, flera platser mittemot Kavallerivägen 24



Hiss 2 st i entrén

Välkomna!

B Posttidning

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

Retur till:

RTP-S, Kavallerivägen 24, 174 58 Sundbyberg



Framgångsrik rehabilitering i naturskön miljö

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



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

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

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



www.malargarden.se