



För Trafik & Polioskadade

Genom muren



Ledaren

Alla som genomlevt vår svenska sommar har tvingats lära oss den gamla läxan – inget upprepas exakt som tidigare. Med förra årets varma sommar i minnet kom jag till Dalsland i slutet av juni, bara för att mötas av regn och nästan vårtemperaturer. Så småningom övergick försommaren till sommar, men med mycket regn och kalla nätter (omkring sju grader på nätterna), och först i slutet av juli kom sommaren till Dalsland.

Kanske har sommarens väder varit en bra träning inför kommande verksamhetsår för oss inom RTP. Från landstinget har det under en längre tid kommit signaler om stora förändringar. Märkligt nog presenteras alla "förändringar" som om de skulle ge samma eller bättre vård till lägre kostnader. Svårt att avhålla sig från "undringen" varför dessa insatser endast görs under trycket från "de stora underskotten"?

Borde det inte vara naturligt att alltid ha som mål att ge bästa möjlig verksamhet till lägsta kostnad? Kanske en hädisk tanke, under röt månaden!

Oberoende av vilka motiv och skäl som finns för förändringarna så kommer de i snabb takt under hösten. HSO:s styrelse i Stockholms län har beslutat att teckna en överenskommelse med Stockholms läns landsting om samverkan med handikapporganisationerna som tillhör HSO, DHR och SRF, De Synskadades Riksförbund. Vi, RTP-S, har uppmanats att nominera representanter till de olika samverkansorganen. Eftersom förslagen skall vara hos HSO den 2 augusti har RTP-S AU beslutat nominera följande personer:

Rolf Lundgren, samverkan med landstingsstyrelsen
Bengt Eklund, geografiska beredningar, beställaravdelning norr

Ulf Garpenbeck, geografiska beredningar, beställaravdelning Stockholm

Marianne Björkander, geografiska beredningar, beställaravdelning söder

Maude Stenberg, medicinska programberedningar – närsjukvård, äldrefrågor m m

Kerstin Waldton, medicinska programberedningar – habilitering, tandvård m m

Kjell Ivarsson, medicinska programberedningar – jämlik fördelad sjukvård

Arne Nylander/Birgitta Flognfeldt, samverkan med förvaltningar och bolag, färdtjänsten

De som nominerats kommer, om de utses av HSO:s ordförandestämman, att *inte endast företräda RTP, utan de kommer att vara företrädare för hela HSO-kollektivet (för närvarande över 35 organisationer).*

Det är viktigt att vi får RTP:are på så många platser som möjligt för att vi skall kunna tillföra våra speciella krav och företräda våra medlemmars behov. Inte minst viktigt är att företräda och kunna presentera all den kunskap och erfarenheter som finns inom vår organisation.

Exempelvis är det viktigt att våra polio- och whiplash-grupper blir erbjudna livslång rehabilitering. Rehabilitering måste ske där kunskap om respektive skador finns. Viktigt för oss är också att specialistmottagning för polio/postpolio kvarstår och att kroniskt whiplash-skadade får en egen mottagning i Stockholms län.

Med sommarens erfarenheter – både goda och regniga – hoppas jag att vi ses till en aktiv höst där vi kan flytta fram RTP-S positioner både i förhållande till landstinget och i vår egen verksamhet!

Vi ses i verksamheten!
Rolf Lundgren

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

Adress: Starrbäcksgatan 11, 172 74 Sundbyberg
Telefon: 08-545 622 60
Fax: 08-545 622 75
E-post: rtp-s@telia.com
Postgiro: 82 59 87-1
Postgiro för gåvor: 90 10 20-8
Org.nr: 816000-2054

Ansvärig utgivare: Rolf Lundgren
Redigering: Inga Borggren
Nästa nummer utkommer: **December 2004**
Manusstopp: **Onsdagen den 3 november 2004**
Layout och Tryckeri: Globalt Företagstryck AB
Omslagsbild: Maria Hodig

Redaktionskommittén har ordet

RTP-S Aktuellt nr 3 innehåller höstens alla planerade aktiviteter. Många uppslag kommer från aktiva och engagerade medlemmar. Lokalföreningarna bidrar med inbjudan till medlemsmöten.

Har du intressanta idéer och uppslag? Skriv eller ring och berätta. Kom ihåg att ange namn, adress och telefonnummer. Sänd materialet i god tid före manusstopp. Redaktionskommittén förbehåller sig rätten att redigera insända bidrag.

Manusstopp för kommande nummer är onsdagen den 3 november. Nummer 4 2004 utkommer omkring 6 december.

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

Redaktionskommittén

Telefonnummer till RTP-S och RTP-StS

Telefontid 09.00 – 15.00

Växel	08-545 622 60	Björn Larsson, K-A Stenqvist
Fax	08-545 622 75	
E-post till RTP-S	rtp-s@telia.com	

Direktnummer

Kanslichef

Björn Svedheim	08-545 622 66	bjorn.rtp-s@telia.com
Joanna Bachorz	08-545 622 62	joanna.rtp-s@telia.com
Lena Ericsson	08-545 622 73	lena.rtp-s@telia.com
Anders Lissegårdh	08-545 622 68	anders.rtp-s@telia.com
Christer Olsén	08-545 622 63	christer.rtp-s@telia.com
Maija Pekkanen	08-545 622 64	maiia.rtp-s@telia.com
Eva Ruiz	08-545 622 67	eva.rtp-s@telia.com
Maude Stenberg	08-545 622 65	maude.rtp-s@telia.com

StorStockholms lokalförening

RTP-StS 08-545 622 70

Fax 08-545 622 75

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

Yvonne Andersson 08-545 622 70 yvonne.rtp.sts@telia.com

Lokalföreningens kansli är bemannat måndag, tisdag och torsdag mellan 10.00 – 16.00

Meddelande kan lämnas till växeln 08-545 622 60 övriga tider eller via fax eller e-post.

Aktuellt

Innehåll

Ledare s 2

Kansliets telefonnummer s 3

Baden s 5

Aktiviteter s 6

Aktuell information s 11

Kalendarium s 12

Poliokliniker s 18

Rapporter s 19

Köp & Sälj s 20

Rullstolsskola s 22

Neurologisk rehabilitering i hjärtat av Sigtuna



För den som drabbas av en neurologisk sjukdom eller skada kan rehabilitering vara den behandlingsmetod som betyder mest.

Humlegården i Sigtuna erbjuder ett komplett rehabiliteringsprogram, för nysjuka med diagnosen MS eller Parkinson, diagnosinriktade program för MS, Parkinson, Stroke och Dystrophia Myotonica. Eller ett individuellt rehabiliteringsprogram, utformat efter dina behov och förutsättningar.

Ett rehabiliteringsprogram omfattar vanligtvis 3-4 veckor och innehåller sjukgymnastik, arbetsterapi, läkarkonsultation med specialistläkare och kuratorssamtal samt vid behov även logopedkontakt.

Anmälan och remiss

Vänd dig till Humlegården på telefon 08-505 553 00.

(Eller per e-mail till:

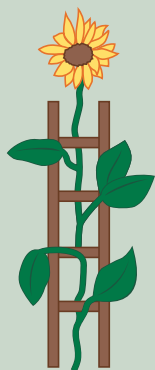
petter.fielding@humlegarden.a.se)

Berätta vilket rehabiliteringsprogram du vill delta i. Vi skickar en remissblankett till dig. Den tar du med till din vanliga läkare och ber honom/henne skriva en ansökan där du anger vilken rehabilitering/kurs du vill gå och när. Läkaren ser sedan till att ansökan skickas vidare till handläggaren på Landstinget.

När du fått besked från Landstinget är du välkommen till en stimulerande rehabilitering som ska stärka din fysiska, intellektuella, psykiska och sociala förmåga!

Humlegården

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



SveGar ASSISTANS FÖR FUNKTIONSHINDRADE

SveGar ASSISTANS är ett litet företag som fötts ur våra egna erfarenheter som personliga assistenter.

Vår ambition är att ge dig som funktionshindrad största möjliga valfrihet i ditt val av personliga assistenter.

Att ge dig full service och att ge dina assistenter allt det stöd de behöver för att göra dig till en nöjd kund hos oss.

Vi finns för att ge dig stöd, råd och mycket känsla i ditt val av personliga assistenter. Välkommen till ett litet assistansbolag med stort hjärta och liten administration.

SveGar ASSISTANS

Box 816 194 45 UPPLANDS-VÄSBY

Tel. 08-590 735 40 Fax. 08-590 735 45

info@svegar.se



GYMNASTIK • SIMNING • BASTU

Bad	Kontaktperson	Battider	Höstens start
Danderyds Sjukhus (1 + 2)	Kjell Ivarsson 08-540 661 14 0703-74 41 08	Kontakta Kjell Ivarsson för närmare information	
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Rut Lindberg 08-570 241 80	Måndag 17.00 - 19.00	23/8
Liljeholms-badet (1+3)	Else-Britt Österberg 08-32 37 08 kvällstid 0733-78 26 64	Onsdag 17.00 - 20.00	1/9
Långbro-badet (1+3)	Manne Nilsson 08-657 94 83	Söndag 09.00 - 11.00	22/8
Dragon-gården (2) Upplands Väsby	Rolf Andersson 08-580 178 21 08-545 478 78 arb	Måndag 17.00 - 18.00	inget uppehåll ej röda måndagar
Roslagens sjukhus (2) Norrtälje	Marie Kärllin 0176-239 990	Onsdag 17.00 - 20.00 2 grupper	1/9 (ej 19/5)
Södertälje (Lotsen) (2)	Marita Jansson 08-550 149 48	Onsdag 17.15 - 19.15 2 grupper	1/9
Aktiva Re Åkersberga vårdcentral (1+2)	Åsa Fagerström 08-587 521 40	Tisdag 14.30 - 15.00	24/8

1) sjukgymnast finns 2) 33 – 34 grader i vattnet 3) 27 - 30 grader i vattnet

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

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

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

Aktiviteter

ÄR DU INTRESSERAD AV ATT MÅLA AKVARELL?

Kom och måla med oss!

Vi är en grupp som träffas och målar akvarell.

Onsdag 1 september 13.00–16.30

Onsdag 3 november 13.00–16.30

Har du några frågor kan du mejla till

maria.backstrom@flysta.net

Anmäl dig till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post: rtp-s@telia.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

INTRESSERAD AV ATT BESÖKA VIN & SPRITHISTORISKA MUSEET?

Kan ett besök på Vin & Sprithistoriska museet vara intressant? Provmakning med något gott tilltugg tillsammans med lite historik. Kostnaden inte fastställd men beroende på vad som bjuds, ca 250 kronor.

Anmäl snarast ditt intresse till RTP-StS Yvonne Andersson (mån-, tis- och torsdag 10.00-16.00) telefon 08-545 622 70, RTP-S växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

BOULE

I september startar vi boulespel för hösten. Vi spelar inomhus på Prins Bertils Boulebana på Djurgården.

Du kan delta om du har bra styrka i armarna och är rörlig, även om du använder käpp, rullator eller rullstol. Det finns plats för flera deltagare.

Anmäl snarast ditt intresse till Britt Ljunggren 08-85 94 50.

KOM OCH SJUNG med Bofinkarna

Kören Bofinkarna är en helt medlemsarrangerad aktivitet. Vi träffas första tisdagen i månaden och

sjunger i RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg. Du som tycker att sång och musik är kul kom och sjung med.

Tisdag 7 september, 5 oktober, 2 november och 7 december 18.00–20.30

Hör gärna av dig till RTP-S kansli för närmare information, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

ERFARENHETSGRUPP FÖR HJÄRNSKADADE

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

Tisdag 14 september, 9 november och 7 december 14.00–16.00.

Vill du veta mer? Ring RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ÖPPET HUS FÖR WHIPLASHSKADADE

Arbetsmarknadsåtgärder.

Hans Lidholm och Björn Ericson från Rehabilitering Globen kommer och berättar om rätten till arbete. Kaffe till självkostnadspris 15 kronor.

Onsdag 15 september 14.30–16.30

Rehabilitering, omhändertagande.

Sjukgymnast berättar om vikten av träning vid whiplashskador. Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Onsdag 13 oktober 14.30–16.30

Besök på Mälargårdens aktiveringshem.

Information av Nils Ahlinder om hur Nackskolan fungerar i dag och vilka projekt som är på gång på Mälargården.

Onsdag 17 november 14.30–16.30

Samling i Mälargårdens huvudentrén 14.00.

Julaktivitet

Onsdag 15 december 14.30–16.30

OBS! Frågor angående aktiviteterna besvaras av Maude Stenberg 08- 545 622 65.

FÖRELÄSNINGAR UNDER HÖSTEN

Behandlingsmetoder på Strong Rehab

Medicinskt ansvarige läkaren, doktor Odd Lindell från Strong Rehab kommer och berättar om deras behandlingsmetoder och hur man söker sig dit.

Tisdag 21 september 18.00–20.30

Anmälan senast onsdag 15 september till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com. Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Är kognitiva funktionshinder ett handikapp

Elisabet Malm, som skrivit uppsatsen *Är kognitiva funktionshinder ett handikapp och ett hot mot individens hälsa?*, återkommer på kvällstid efter önskemål från många medlemmar. Elisabet besökte vårt öppna hus i våras och frågorna var många och vi fortsätter nu diskussionen på kvällstid.

Torsdag 23 september 18.00–20.30

Anmälan senast onsdag 15 september till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com. Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor

Torsdag 11 november 18.00–20.30

Kognitiva hjälpmedel

Irina Voss från Falck Vital berättar om kognitiva hjälpmedel som finns på marknaden idag.

Anmälan senast torsdag 4 november till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com. Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor

OBS! Frågor angående aktiviteterna besvaras av Maude Stenberg 08-545 622 65.

VILL DU HA ETT FRISKARE LIV?



I september bjuds alla medlemmar in till en inspirationsföreläsning av legitimerade sjukgymnasterna Kerstin Wahman och Anna-Carin Lagerström. De kommer att prata om sin nyskrivna bok *Friskbok för dig med rörelsehinder* som är ett bra verktyg mot ett aktivare och friskare liv. Boken finns till försäljning under kvällen för 190 kronor.

Läs mer på sid 11.

Missa inte tillfället att lyssna på deras föreläsning om arbetet med boken.

Torsdag 23 september 18.00 Spinalis kök på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13, Solna.

Avgiftsfria parkeringsplatser finns. Medlemsmötet är gratis och du bjuds på förfriskningar!

Efter mötet kommer vi att se om intresse finns att starta en studiecirkel i friskvård. Intresserade stannar kvar en stund efter föreläsningen och diskuterar idén. Vi räknar med att sluta kvällen ca 20.30.

Anmälan senast tisdag 21 september till RTP-S telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

ERFARENHETSGRUPP POLIO



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

Tisdag 28 september, 26 oktober och 30 november. Kl. 13.00–15.00

Anmälan senast måndagen före mötesdagen till RTP-S telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ERFARENHETSGRUPP WHIPLASH



Erfarenhetsgruppen för whiplashskadade fortsätter att träffas på tisdagar, 13.00–16.00
Kaffe med bröd serveras för 15 kronor.

Tisdagar 7 september, 21 september, 19 oktober, 23 november och 7 december

Anmälan till RTP-S Maude Stenberg telefon 08-545 622 65, e-post:maude.rtp-s@telia.com, växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

ÖPPET HUS I HANINGE 13.00-16.00

För dig som bor på södra sidan.

Nya och gamla medlemmar oavsett skada är välkomna. Alla intresserade medlemmar är välkomna till Moränvägen 3, ABF-lokalen i Jordbro i Haninge. Vi pratar, fikar och har en del roliga aktiviteter för oss. Kaffe och te till självkostnadspris.

Måndag 20 september 13.00–16.00
Vi provar på att göra ett blomsterarrangemang. Medtages en kruka eller vas, oasis (den gröna varianten) och egna blommor.

Måndag 18 oktober 13.00–16.00
Diverse julpyssel.

Måndag 22 november 13.00–16.00
Tygtryck. Tag med dig t ex ett örngott, t-shirt eller liknande. Du betalar för färgen på plats.



Anmäl dig till RTP-StS, Yvonne Andersson telefon 08-545 627 70 (mån-, tis- eller torsdag 10.00–16.00) eller e-post yvonne.rtp-s@telia.com

CAFÉTRÄFFAR



Välkommen till RTP-S! Nya och gamla medlemmar oavsett ålder och skada - på Caféträffarna har Du möjlighet att träffa trevliga personer och du får en chans att prata med andra med liknande erfarenheter, ta upp ämnen som är intressanta och ha en trevlig caféstund till självkostnadspris.

Tisdag 21 september, 19 oktober och 23 november. 16.30–19.00

Tisdag 14 december Gemensam julavslutning.
Glögg och diverse julgott och om intresse finns, även byte av julklappar.
Anmälan senast torsdag 9 december till Yvonne.

Kontaktperson är Yvonne Andersson RTP-StS (mån-, tis- eller torsdag 10.00–16.00) telefon 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-s@telia.com
Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

FÖLJ MED TILL DET FAGRA OCH SPÄNNANDE ROSLAGEN 26 OKTOBER!

Från Uppsala till Österbybruk via den pittoreska och för Vallonbruken så typiska Bruksgatan med alla små arbetarbostäder. På Gammeltammen, en restaurang inrymd i flygeln på Österbybruks Herrgård får vi förmiddagskaffe med smörgås.

En ganska krokig och vacker väg tar oss till Forsmark där en guide från kraftverket visar det vackra Bruket och kraftverksområdet.

Delar av den vackra skärgården ser vi från den konstgjorda vägen ut till kylvattenutsläppet och Biotestsjön tre kilometer ut i havsbandet. I informationscentrat visas utställningen om Kärnkraftteknik och om den platsundersökning för ett slutförvar av kärnavfall som pågår i Forsmarksområdet.

På värdshuset i Forsmarks Bruk serveras lunchen.

Resan fortsätter mot Östhammar, den lilla sommaridyllen, mot Gimo och Knutmassomuséet för eftermiddagskaffe.

Tisdag 26 oktober 08.00
samling på S:t Göransgatan 84, Stockholm dit vi återvänder omkring 18.30.

I priset 485 kronor ingår: Resa i turistbuss med toalett och hiss för rullstolar, förmiddagskaffe med smörgås, lunch, eftermiddagskaffe med bröd, entréer och visningar enligt programmet.

Vill du ha mer information, kontakta Majken Månsson på kvällstid, telefon 08-778 27 35.

Bindande anmälan senast 1 oktober till RTP-S kansli 08-545 622 60.

Betalning via postgiro 82 59 87-1 senast 1 oktober. Ange "Forsmark, ditt namn och telefonnummer" på talongen.

SPELKVÄLLAR



Välkommen till RTP-S för kortspel och samvaro.
Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Torsdagarna 23 september, 21 oktober och
16.30–19.30 25 november.

Kontaktperson är Yvonne Andersson RTP-StS, telefon 08-545 622 70 (mån-, tis- eller torsdag 10.00–16.00) eller e-post yvonne.rtp.sts@telia.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

program kommer att skickas ut i mitten av september till de medlemmar som anmält sig.

För att detta skall bli den minnesvärda kväll vi alla hoppas på är det viktigt att just DU kommer.

Kostnaden 150 kr per person inkluderar middag och ett glas vin eller öl till maten.

Bindande anmälan senast fredag 10 september till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

Varmt välkommen!

"HÅLL TÄTT – TÖM RÄTT"



Kom och träffa uroterapeuten Lena Berglund som reder ut begreppen när det gäller blåsa och tarm när man har ryggmärgsskada. Kaffe med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

Torsdag 30 september 18.30–20.30.

Anmälan senast tisdag 28 september till RTP-S, Maija Pekkanen telefon 08-545 622 64, växel 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

Välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

Ryggmärgsskadekommittén

RTP NORDVÄST FIRAR 20-ÅRSJUBILEUM

Lokalföreningen RTP Nordväst har nu varit verksam i 20 år! För att uppmärksamma denna milstolpe i föreningens historia har vi beslutat att ordna en speciell festlighet där vi medlemmar i RTP-NV har möjlighet att gemensamt fira detta.

Lördag 2 oktober 14.30
Jubileumsfestligheten på Sigtunahöjdens konferenscentrum i Sigtuna. Avslutning är 21.00.

Vi bjuds på en återblick av föreningens historia och utveckling, underhållning i olika former och som avrundning en god middag. Du får samtidigt möjlighet att träffa och umgås med gamla goda vänner och kanske knyta bekantskap med nya. Ett detaljerat

RULLSTOLSTEKNIK PÅ REHAB STATION STOCKHOLM



Föreläsning och studiebesök.

Miss inte tillfället att besöka Rehab Station Stockholm. Vi får en presentation av Rehab Station Stockholm och därefter en inspirerande föreläsning av Åke Norsten.

Han vänder sig till alla RTP-medlemmar, såväl gående som rullstolsbrukare. En entusiasmerande föreläsning väntar om de möjligheter en rullstol kan ge. Därefter går vi på rundvandring i Rehab Station Stockholms lokaler. Avstånden inne i lokalerna är långa så det kan vara bra att ta med rullstolen om man brukar använda den vid längre förflyttningar. Läs mer om Rullstolsskolan på sid 22.

Torsdag 4 november 18.00
i Spinalis kök på Rehab Station Stockholm,
Frösundaviks Allé 13.
Avslutas ungefär 20.00.

Avgiftsfria parkeringsplatser finns direkt utanför. Medlemsmötet är gratis och vi bjuder på förfriskningar! Anmälan senast måndag 1 november till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

MOVE & WALK – FÖREDRAG FÖR ALLA MED NEUROLOGISKA SKADOR



Move & Walks grundare Eszter Hovárth Tóthné berättar om träningen, verksamheten och historiken m m. Ur innehållet:

* Konduktiv pedagogiks grundtankar

- * Hur kan M&W påverka hjärnskadades funktionshinder?
- * Hur skiljer M&W sig från traditionell rehabilitering?

Tisdag 12 oktober 14.00–16.00

Anmälan senast 7 oktober till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Varmt välkommen till RTP-S lokaler på Starrbäcksgatan 11 Sundbyberg!

INSPIRATIONSMÖTE FÖR KVINNOR OM KVINNOR

Endast för ryggmärgsskadade kvinnor:
Inspirationsmöte

Onsdag 13 oktober 19.00–21.00
i Spinalis kök, Rehab Station Stockholm,
Frösundaviks Allé 13, Solna.

Missa inte detta tillfälle att lyssna på Ninni Westgren, barnmorska och Sveriges ledande forskare inom ämnet sexualitet och barnafödande bland kvinnor med ryggmärgsskada.
RTP-S bjuder på en liten smörgås och kaffe/te

Anmälan senast måndag 11 oktober till RTP-S kansli, Maija Pekkanen 08-545 622 64, 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com
Varmt välkommen!

Ryggmärgsskadekommittén

ADVOKATMÖTE I NORRTÄLJE

Har Du drabbats av en whiplashskada? Då har Du troligen frågor och funderingar kring lagstiftningen och hur denna påverkar skaderegleringen mellan Dig och försäkringsbolaget?
RTP Norrtäljes Lokalförening arrangerar ett medlemsmöte där du kan få svaren.

Advokat Katrin Eidefeldt och förbundsjurist Anne-Lie Sandin försöker reda ut begreppen och svara på frågor.

Skicka gärna dina frågor i förväg till RTP-S kansli per brev, telefon eller e-post maude.rtp-s@telia.com

Torsdag 14 oktober 18.00–20.30
Roslagens gamla sjukhus, Hamnvägen 12, Norrtälje

Anmälan senast tisdag 5 oktober till RTP-S kansli telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

BESÖK PÅ NATIONALMUSEUM



Det finns möjlighet att skåda klassiska myter och gudasagor, sinnenas konst / våra sinnen, omöjliga kroppar / skönhetsideal genom tiderna och mycket, mycket mer. Allt beroende på vad vi orkar. Inträde 60 kronor.

Onsdag 27 oktober 11.00
Samling i museet, ovanför entrétrappan

Du väljer om du vill dricka kaffe eller äta lunch. Vi gör det tillsammans men på egen bekostnad. Alla kan delta oavsett skada. Välkommen!

Anmälan senast tisdag 19 oktober till Yvonne Andersson RTP-StS (mån-, tis- eller torsdag 10.00–16.00) telefon 08-545 622 70 eller e-post yvonne.rtp-s@telia.com

INFORMATIONSCAFÉ

RTP Nordväst inbjuder till informationscafé för trafik- och polioskadade med anhöriga.

Måndag 15 november 18.00–20.00
Susebo, Skolvägen 2, Upplands Väsby

Anmälan senast torsdag 11 november till RTP-S kansli, telefon 08-545 62 260 eller e-post rtp-s@telia.com

JULLUNCH!



Fredag 3 december 14.00–17.00

RTP-S Resekommitté hälsar alla välkomna till Ma's Café (mittemot RTP-S lokaler) på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg. Till jullunchen serveras jultallrik med bröd, smör, läsk/lättöl samt kaffe och kaka. Glögg med tillbehör. Kostnad 150 kronor per person. Lotteri!

Anmälan senast 30 november till RTP-S kansli, telefon 08-545 622 60 eller e-post rtp-s@telia.com

Aktuell information

DISTRIKTET HAR NU EN HEMSIDA

www.rtp.se/rtp-s

- Nu kan du gå in på distriktets hemsida. På hemsidan
- informerar vi om vad vi kan erbjuda medlemmarna
- och hur du kommer i kontakt med oss. Senaste nytt
- om våra evenemang hittar du under Kalendariet. Vi
- kommer kontinuerligt att uppdatera informationen.
- Synpunkter på hemsidan tar vi gärna emot. Kon-
- takta RTP-S Christer Olsén på telefon 08-545 622
- 63 eller via e-post christer.rtp-s@telia.com.

VILL DU HA ETT FRISKARE LIV?

Sitter du hemma på kammaren och funderar på saker du borde ta tag i? Din vikt, motionsvanor eller andra livsstilsfrågor? Det är vi många som gör. RTP-S vill erbjuda sina medlemmar lite hjälp till självhjälp.

I september bjuds alla medlemmar in till en inspirationsföreläsning av legitimerade sjukgymnasterna **Kerstin Wahman** och **Anna-Carin Lagerström**. De kommer att prata om sin nyskrivna bok *Friskbok för dig med rörelsehinder* som är ett bra verktyg mot ett aktivare och friskare liv.

Missa inte tillfället att lyssna på deras föreläsning om arbetet med boken torsdagen den 23 september 18.00 i Spinalis kök på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13, Solna. Avgiftsfria parkeringsplatser finns utanför.



Sjukgymnasterna Anna-Carin Lagerström och Kerstin Wahman vägleder dig till ett friskare liv.

• Anna-Carin har i mer än tio år arbetat med hälsoväg-

• ledning i arbetslivet och använder idag sina arbets-

• metoder för att nå människor som i ännu högre grad

• kan behöva en hälsosam livsstil, människor med

• olika former av rörelsehinder. Hon fortsätter sitt

• hälsobefrämjande arbete i höst i Spinalis regi.

• Kerstin har sedan 80-talet erfarenhet från handi-

• kappidrottsrörelsen och är idag anställd på Rehab

• Station Stockholm för att stödja personer med rörel-

• sehinder till ökad fysisk aktivitet.

• Är du intresserad av en studiecirkel?

• Kontakta RTP-S Lena Ericson telefon 08-545 622 73

• eller via e-post: lena.rtp-s@telia.com

ANTIDISKRIMINERINGSBYRÅ

• Antidiskrimineringsbyrån (ADB) startade sin verk-

• samhet i Stockholm den 14 april 2004.

• Byrån tar sig an enskilda fall och ger kostnadsfritt

• råd, stöd och information till alla som känner sig

• diskriminerade, kränkta, trakasserade eller nega-

• tivt särbehandlade. Det spelar ingen roll ifall man

• har blivit diskriminerad på grund av etnicitet, kön,

• sexuell läggning eller funktionshinder. Byrån drivs

• av SIOS, Samarbetsorgan för etniska organisationer

• i Sverige. Första kontakt sker alltid via telefon eller

• per e-post innan ett möte bokas.

• Telefon 08-643 09 88, e-post adb.stockholm@sios.org

VILL DU FÖRBÄTTRA SITUATIONEN FÖR DE HANDIKAPPADE?

• En möjlighet för oss att påverka politiska beslut är

• via kommunala handikappråd. Det är nu dags att

• föreslå personer för nomineringar till handikappråd.

• Att vara handikappråd innebär att man sitter med i

• något kommunalt råd som representant för handi-

• kapprörelsen, alltså inte främst som RTP:are.

• Är du intresserad så hör av dig snarast till RTP-S

• Björn Svedheim, 08-545 622 66 eller

• e-post bjorn.rtp-s@telia.com

Fortsättning på sid 14

Kalendarium

Obs! Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

På kvällarna kan det vara svårt att parkera intill kansliet på Starrbäcksgatan 11 i Sundbyberg. Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera.

September

Tisdag	7	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Tisdag	7	13.00 – 16.00	Whiplashskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Fredag	10		Senaste anmälan. Sigtunahöjden	Sid 9
Tisdag	14	14.00 – 16.00	Hjärnskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 6
Onsdag	15	14.30 – 16.30	Öppet hus, whiplashskadade	Sid 6
Onsdag	15		Senaste anmälan. Föreläsning whiplash 21:a	Sid 7
Onsdag	15		Senaste anmälan. Föreläsning whiplash 23:e	Sid 7
Måndag	20	13.00 – 16.00	Öppet hus i Haninge	Sid 8
Tisdag	21	13.00 – 16.00	Whiplashskadade erfarenhetsgrupp	Sid 8
Tisdag	21	16.30 – 19.00	Caféträff	Sid 8
Tisdag	21	18.00 – 20.30	Föreläsning, whiplash	Sid 7
Tisdag	21		Senaste anmälan. Föreläsning om friskare liv	Sid 7
Torsdag	23	16.30 – 19.30	Spelkväll	Sid 9
Torsdag	23	18.00 – 20.30	Föreläsning om friskare liv	Sid 7
Torsdag	23	18.00 – 20.30	Föreläsning, whiplash	Sid 7
Tisdag	28	13.00 – 15.00	Polio, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Tisdag	28		Senaste anmälan. Håll tätt	Sid 9
Torsdag	30	18.30 – 20.30	Håll tätt, föredrag	Sid 9

Oktober

Lördag	2	14.30 – 21.00	Sigtunahöjden, Nordväst	Sid 9
Tisdag	5	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Tisdag	5		Senaste anmälan. Advokatmöte	Sid 10
Torsdag	7		Senaste anmälan. Move & Walk	Sid 10
Måndag	11		Senaste anmälan. Inspirationsmöte kvinnor	Sid 10
Tisdag	12	14.00 – 16.00	Move & Walk, föredrag	Sid 9

Kalendarium

Onsdag	13	14.30 – 16.30	Öppet hus, whiplashskadade	Sid 6
Onsdag	13	19.00 – 21.00	Inspirationsmöte för kvinnor	Sid 10
Torsdag	14	18.00 – 20.30	Advokatmöte Norrtälje	Sid 10
Måndag	18	13.00 – 16.00	Öppet hus i Haninge	Sid 8
Tisdag	19	13.00 – 16.00	Whiplashskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Tisdag	19	16.30 – 19.00	Caféträff	Sid 8
Tisdag	19		Senaste anmälan. Nationalmuseum	Sid 10
Torsdag	21	16.30 – 19.30	Spelkväll	Sid 9
Tisdag	26	13.00 – 15.00	Polio, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Onsdag	27	11.00	Nationalmuseum	Sid 10

November

Måndag	1		Senaste anmälan. Rehab Station Sthlm	Sid 9
Tisdag	2	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Torsdag	4	18.00 – 20.00	Rullstolsteknik, Rehab Station Sthlm	Sid 9
Torsdag	4		Senaste anmälan, Föreläsning, whiplash	Sid 7
Onsdag	3	13.00 – 16.30	Akvarellmålning	Sid 6
Tisdag	9	14.00 – 16.00	Hjärnskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 6
Torsdag	11	18.00 – 20.30	Föreläsning, whiplash	Sid 7
Torsdag	11		Senaste anmälan. Informationscafé	Sid 10
Måndag	15	18.00 – 20.00	Informationscafé, Nordväst	Sid 10
Onsdag	17	14.30 – 16.30	Öppet hus, whiplashskadade (14.00)	Sid 6
Måndag	22	13.00 – 16.00	Öppet hus i Haninge	Sid 8
Tisdag	23	13.00 – 16.00	Whiplashskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Tisdag	23	16.30 – 19.00	Caféträff	Sid 8
Torsdag	25	16.30 – 19.30	Spelkväll	Sid 9
Tisdag	30	13.00 – 15.00	Polio, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Tisdag	30		Senaste anmälan. Jullunch	Sid 10

December

Fredag	3	14.00 – 17.00	Jullunch	Sid 10
Tisdag	7	13.00 – 16.00	Whiplashskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 7
Tisdag	7	14.00 – 16.00	Hjärnskadade, erfarenhetsgrupp	Sid 6
Tisdag	7	18.00 – 20.30	Bofinkarna	Sid 6
Torsdag	9		Senaste anmälan. Caféträff julavslutning	Sid 8
Tisdag	14		Caféträff, julavslutning	Sid 8
Onsdag	15	14.30 – 16.30	Öppet hus, whiplashskadade	Sid 6

Obs!

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

Anmäl om Du har behov av mikrofon eller hörselslinga!!

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

Fortsättning från sid 11

FÖRBÄTTRAD INFORMATION OM TRAFIKFARLIGA LÄKEMEDEL

Läkemedelsverket anser att systemet med varnings-
trianglar på läkemedelsförpackningarna är föråldrat.
Med dagens krav på information är det ett trubbigt
system som kan vara missvisande för patienter och
anhöriga.

I dag har många, men inte alla, trafikfarliga läke-
medel en varningsmärkning i form av en varnings-
triangel. En patient kan därför felaktigt få intrycket
att ett läkemedel inte är trafikfarligt om varningstri-
angeln saknas.

En mer heltäckande information om hur ett läkeme-
del kan påverka körförmågan finns i bipacksedeln
som medföljer läkemedelsförpackningen. Läkeme-
delsverket föreslår därför att varningstriangeln suc-
cessivt avvecklas, under en övergångsperiod mellan 1
januari 2005 och 1 januari 2006.

Mer information om trafikfarliga läkemedel finns på
www.mpa.se

Källa: Läkemedelsverket

MED DIGITALKAMERAN PÅ FOLKARBO!

I juni var jag på en naturfotokurs med digitalkamera,
anordnat av RTP-fritid på Folkarbo i södra Dalarna.
Vi fick först lära oss en hel del om kameran, till
exempel hur man använder de olika knapplägena för
att ta närbilder, vyer, snabba bilder m m. Sedan fick
man också lära sig att ändra och förbättra bilderna
i ett datorprogram. Det var jättekul när man kunde
ta bort något ur bilden som man inte tyckte skulle
vara där!

Dagarna var fyllda med fotografering, datorkun-
skap, god mat, utflykter, fika med hembakt och en
massa skratt. Vi gjorde också en flottur på Dalälven,
och en utflykt gick till Avesta Bruk, där det pågick
en konstutställning. Byggnaderna runt omkring var
otroligt vackra med sina murade väggar i sten.

Trots ökad smärta (whiplash) och för lite sömn
ångrar jag inte att jag gick kursen. Jag lärde mig
mycket. Micke från Expert bidrog med kameror
och kamerakunskap, Stefan höll i datorkunskap och
Roger hjälpte till med allt möjligt. Alla tre har stora
kunskaper inom alla områden och är bra på att lära
ut. Sedan är Folkarbo ett jättemysigt ställe – ett stort
pampigt hus med härliga omgivningar med mycket
”fotokänsla”.

Det blev en hel del bilder på allt möjligt. De flesta hamnade i papperskorgen, men jag fick med mig hem runt 250 bilder. Vissa blev så bra att jag själv tycker att de ser riktigt proffsiga ut.

När jag kom hem köpte jag en digitalkamera, så biten blev jag. Charmen med en digitalkamera är att man kan ta många bilder och sedan välja ut bara de som är bra. Man behöver inte framkal-
la alla och se sina misstag som man dessutom måste betala för.

Vill ni se mer av mina bilder så kommer de senare under hösten, från den 15 november att hänga på kansliet, RTP-S, på Starrbäcksgatan 11, Sundbyberg.

Fotoentusiasten Maria Hodig



RTP-S OMBUDSMAN FÖR POLIOFRÅGOR BESÖKER MÄLARGÅRDEN

För er polioskadade som ska till Mälargården på rehabilitering i höst finns chans att träffa polioombudsmannen från RTP-S kansli. Lena Ericson kommer att delta på polioskolorna och då finns möjlighet för er som är intresserade att diskutera angelägna frågor med henne.

RIDSUGEN?

Vi är en liten grupp personer med postpoliosyndrom och cp-skada som rider på torsdagarna vid Botkyrka Ridsällskap i Tumba. Gruppen startade i augusti 2003 med ridning inomhus. Vi är mellan 16 och 68 år.



Anita Hafdell hälsar RTP-S medlemmar att det finns plats för ridsugna

I slutet av mars i år när snön försvann red vi ut på ridvägarna runt Skräfsta Gård. Det var som en ny värld. Från hästryggen fick vi se de tidiga vårbloomorna blåsippa, vitsippa, gullviva och skogsviol. I mars kantades ridvägen av kala träd och buskar och i maj red vi i en lövsal.

Alla vi som har fått uppleva detta tycker likadant - vi har blivit starkare i ryggen och magen, balansen har blivit bättre och sist men inte minst har vårt självförtroende stärkts. Vi klarade det!

Vill du veta mer? Ring vår ridinstruktör Birgitta på telefon 070-694 57 85 för mer information. Viss häst- och ridvana krävs, alternativt att man har med sig sin egen van ledare.

Jag som har skrivit detta heter Anita Hafdell och bor i Salem, telefon 08-710 88 18.

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



Foto: IBO

Färdtjänst

BRUKARGRUPPEN FÖR FÄRDTJÄNSTFRÅGOR

Brukargruppen vill påminna medlemmarna (gäller i hela länet) om att gruppen fortfarande finns och har önskemål om att fler hör av sig med både problem, funderingar och synpunkter, för att på bästa sätt vara med och påverka den fortsatta utvecklingen inom färdtjänsten.

Kontakta Yvonne Andersson, RTP-S kansli telefon 08-545 622 70. Yvonne ingår i brukargruppen för färdtjänstfrågor och hon arbetar måndag, tisdag och torsdag mellan 10–16.

Övriga som deltar i brukargruppen är Arne Nylander, Herbert Striem, Maria Hodig, Irené Huber, Britt-Marie Sjöqvist, Björn Larsson och Birgitta Flognfeldt.

För Brukargruppen för Färdtjänstfrågor
Birgitta Flognfeldt

SJUKRESOR

Det är många färdtjänstresenärer som har haft problem att få sjukresor i samband med läkarbesök och behandlingar, därför har landstingsstyrelsen beslutat

om ändrade regler för dessa resor och att göra det lättare för den som har färdtjänststillstånd.

Med de nya reglerna behöver ingen prövning av behovet av sjukresa göras. I normala fall prövar alltid vårdgivaren behovet om inte resan kan göras med kollektivtrafik.

Färdtjänstresenären behöver bara visa sitt färdtjänstkort för vårdgivaren som då automatiskt (utan diskussioner) ska registrera resan på det särskilda sjukreskortet. Resan sker med taxi eller specialfordon, beroende på vilket fordon tillståndet omfattar. Sjukresor omfattas av färdtjänstens resegaranti.

OBS! Färdtjänstresenär som använder en färdtjänstresa i stället för sjukresa får inte tillbaka denna resa.

En färdtjänstresenär kan också göra en sjukresa med privat bil eller taxi. För att få ersättning för resan skall intyg från vårdgivaren samt originalkvittot eller milersättning för resan skickas till sjukvårdens Sjukreseenhet. Ersättning lämnas för kostnaden minus egenavgiften som f n är högst 140 kr/resa. Egenavgiften ingår i högkostnadsskyddet för sjukresor som är 1 400 kr/år.

För information om aktuell egenavgift och milersättning kan du kontakta Sjukvårdens sjukreseenhet på telefon 08-587 302 00 som också ger allmän information.

Vid pennan
Birgitta Flognfeldt



Foto: IBO

NÄRTRAFIK FÄRDTJÄNST

Färdtjänstnämnden har blivit hårdare i sin bedömning att bevilja färdtjänsttillstånd. Detta gäller både nya och gamla kunder. Motiveringen från nämnden är att man tillsammans med SL ska göra kollektivtrafiken tillgänglig för fler resenärer med funktionshinder och att det är resenärens förmåga att använda denna trafik som är avgörande.

Färdtjänstnämnden beslutade den 18 maj om starten för det nya trafikkonceptet Närtrafik. Från augusti i år blir Närtrafiken Färdtjänstens anvisade färd sätt inom ett lokalt trafikområde. Från årsskiftet tog Färdtjänsten över servicelinjerna från SL, totalt 24 stycken, för att utveckla dessa till anpassad lokaltrafik. För färdtjänstresenärerna innebär det ett flexiblere resande eftersom linjerna skall trafikera gator/vägar som är till mest nytta för resenärerna som kan göra ärenden, inköp, läkarbesök och besöka vänner inom sitt närområde, utan att åka taxi. Den som

av olika skäl inte önskar resa med Närtrafiken kan beställa färdtjänsttaxi för eget bruk, mot en särskild avgift.

Aktuella områden i ett första steg för Närtrafik är Hässelby, Kärrtorp–Hammarbyhöjden.

Brukargruppen ser både fördelar och nackdelar. För dem som kan åka med anpassad Närtrafik innebär det ett friare resande.

RTP har representanter i en ny tillsatt referensgrupp, för att följa och påverka det fortsatta arbetet med Närtrafikkonceptet, där politiker, tjänstemän och handikapporganisationer ingår.

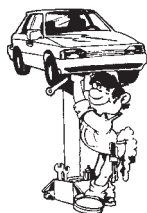
Färdtjänstbussarna har bytt namn

Från den 1 maj 2004 heter de numera specialfordon och samplaneras med färdtjänstresor och sjukresor eftersom specialfordonen är utrustade med ny kommunikationsutrustning, samma som taxi, och kundernas färdtjänstkort registreras.

Bussarna är utbytta mot nya av låggolvsmödel. 100 nya fordon är levererade med bra anpassning för både gående och rullstolsburna resenärer. Instegshöjden 25 cm, kommer att vara densamma som för nya "långgolvade" stadsbussar. Det sägs också att komforten blir bättre. Tyvärr är det en del resenärer som tycker dessa fordon är "hårda och stötiga" och att det är en stor nackdel för rullstolsburna att få åka baklänges.

Ska du byta bil?

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



Vi kan anpassning av handikappfordon!

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



Poliokliniker i Stockholms län

DANDERYDS SJUKHUS

Geriatriska kliniken

Poliomottagningen

Tidsbeställning och information

08-655 58 08

Tala med Britt-Marie eller Gunilla

HUDDINGE SJUKHUS

Rehabiliteringsmedicinska kliniken

Tidsbeställning och information

08-585 822 97

hos Helena Ekelund

mån - tors 08.00–16.00.

Vid pennan
Birgitta Flognfeldt



Foto: HHH

Rapporter

Rapport från föreläsningen om

HÖSTENS SPÖKE – DE SVENSKA POLIOEPIDEMIERNAS HISTORIA

Höstens spöke är titeln på en doktorsavhandling av historikern Per Axelsson som gavs ut i bokform våren 2004. Distriktet bjöd in Per till en föreläsning om sin avhandling och över trettio personer mötte upp för att få kunskaper om polion ur ett historiskt perspektiv.

När Per Axelsson berättade om den vård som de poliodrabbade erbjöds var det flera av de närvarande som kände igen sig. Polions orsaker och medicinska behandling under första hälften av 1900-talet förefaller ur dagens perspektiv som ålderdomlig. Man skall dock ha i minnet att många RTP:are har egna erfarenheter och det är bara 50 år sedan som vi hade den sista polioepidemin.

Historik

Polion är till många stycken gåtfull. Epidemierna uppstod först i slutet av 1880-talet och blev ett gissel fram till att vaccinet upptäcktes på 1950-talet. Tvärt emot andra infektionssjukdomar ökade

poliofallen med tilltagande välfärd. Andra underligheter var att utbrotten av polio inte föreföll ha samband med varandra på så sätt att någon kunnat föra smittan mellan platserna. I början drabbades mest barn, därav benämningen ”barnförblamning”, medan senare epidemier drabbade främst något äldre personer.

Tack vare att rapporteringsskyldighet av polio infördes redan 1905 har man i Sverige en mycket god statistisk bild av poliofallen. Sverige drabbades i förhållande till sin folkmängd mycket hårt. Detta medförde att vi var ledande nation beträffande polioforskning vid sidan av USA. Efter många bisarra teorier kunde så småningom konstateras att polion orsakades av virus.

Vaccinet

I och med att det fastslogs att virus var orsaken utvecklades vaccinet. Det fanns två skolor för vaccinet: dels ett avdödat vaccin (Salk) och dels ett levande försvagat virus (Sabin). I Sverige började vaccinationerna i större skala 1957 och tio år senare rapporterades endast ett poliofall.

Slutord

Av de frågor som ställdes till Per Axelsson efter fördraget kunde konstateras att ämnet engagerade åhörarna starkt.

Björn Svedheim



Foto: IBO

Köp & Sälj

VILL DU SÄLJA, KÖPA
ELLER SKÄNKA BORT NÅGOT?

Här är alla medlemmar välkomna att annonsera,
helt GRATIS!

Redaktionen förbehåller sig rätten att korta i annons-
texten.

Säljes: Skön elfåtölj

Fåtöljen ger en bekväm sittställning och kraftfull hjälp att komma upp på benen. Vital vilfåtölj med ett fotstöd är bra för seniorer och personer med t ex polio, reumatiska besvär, sviter efter stroke mm. Du kan välja den grad av vilovinkel som passar dig för tillfället. Fotstödet ger ben och fötter avlastning. Den inbyggda elektriska filten gör att det är lätt att komma ur stolen. I högsta läge är sitsens höjd 75 cm. Du styr stolens rörelser och sittställning med handkontrollen.

Stolen har använts ca ett år och fungerar perfekt. Sitsen är i slitstarkt marinblått tyg. Priset är 8.500 kronor (nypris 19 500 kronor). Har Du tillgång till nätet kan du se mer info på www.vitovital.se
Ring Maija, 070-259 90 55



Foto: HHH



Rehab Scandinavia – mässa i Danmark

STOCKHOLMS HANDIKAPPRIDKLUBB FIRAR DUBBELT

”Har du hört att polioskadade rider i Danmark?”

Den frågan fick sjukgymnasten Kristina af Geijerstam våren 1959. Hon åkte på studiebesök till Köpenhamn och väl hemma igen samlade hon fem damer och flickor på Enskede ridskola. Det blev startskottet till vad som sedan kom att heta Polioridklubben. Entusiasmen spred sig, allt fler polioskadade ville pröva på ridning. Verksamheten stabiliserades och även andra handikappgrupper – bl a neurosedynskadade – kom med, varför namnet ändrades till Stockholms handikappridklubb på 70-talet. I dag håller man till på Ågesta Ridskola i Farsta. Till klubbens verksamhet hör förutom ridning även ridutflykter, ridläger, tävlingar, weekendresor, kurser och konferenser mm.

Nu är det 45-årsjubileum för klubben och senare i år fyller också initiativtagaren och pionjären Kristina af



Enskede Ridskola 1970. Kristian af Geijerstam pionjär inom svensk handikappridning, står t h. Annalena Fuxing som lånat ut kortet sitter till häst längst t v.

Geijerstam 90 år. Hon är själv synskadad men fortfarande engagerad i klubben. Hon hyllas för sitt livsverk av de många handikappade som, för att citera en av hennes ryttarinnor, Else-Britt Österberg, ”har fått rehabilitering och underhåll av sin kropp genom att få balansträning, cirkulationshjälp, livsglädje och massor av kamratskap genom ridningen”.



Foto: IBO

ANVÄNDA RULLSTOL ÄR INGEN SKAM

Vid ett studiebesök på Stockholm Rehab Station i våras fick Kjell Ivarsson, som är polioskadad, ett genombrott i insikten om sitt funktionshinder. Han beslutade sig för att lära sig manövrera en rullstol innan han skulle bli tvungen. Han går idag med en käpp, vilken för honom var ett hjälpmedel han med stor motvilja tog till för några år sedan.

Jag vill vara förberedd för att bita huvudet av skammen, säger Kjell Ivarsson

Det är många med gångsvårigheter som väntar för länge, säger Åke Norsten som ansvarar för Rullstols-skolan på Rehab Station Stockholm i Solna.

Det är inte ovanligt att han tar emot personer som går och håller sig i väggen när de kommer till honom. Efter rullstolskursen uttrycker många att de ångrar att de inte tagit steget tidigare. Att börja använda rullstol vid längre förflyttningar kan ge möjlighet att spara krafter till det som är kul och ger livskvalitet. *Åke har lockat mig till det omöjliga på ett fantastiskt sätt, berättar Kjell. I slutet av kursen fick han mig nästan att dansa i stolen. Han är Trollkarlen från Ragvaldsträsk!*



Åke Norsten föreläser om rullstolen som ett fantastiskt hjälpmedel.

Ragvaldsträsk är den lilla by i Västerbotten som Åke kommer ifrån. Han är utbildad idrottslärare och själv ryggmärgsskadad och rullstolsbrukare sedan



Kjell Ivarsson på sin motionsrunda.

tre-tio år. Hans rullstolsskola genomförs under en vecka i internatform alternativt på dagtid 3 dagar/vecka i fyra veckor – totalt 12 behandlingstillfällen.

Skolans fyra hörnstenar är sittergonomi, körergonomi, mekanik och metodisk rörelse- och teknikträning. Som kurslitteratur används boken Drivkraft som Åke kom ut med 2001. Den är unik i sin genre med all samlad kompetens inom ett område där Åke sannolikt är landets mest erfarne.

Teknikträning tillsammans med en optimalt anpassad rullstol är en rättighet man har, säger Åke. Det är lika viktigt oavsett vilken nivå man är på och gäller alla diagnosgrupper och åldrar.

Som rutin träffar han personerna innan kursen startar. Det är inte ovanligt med dåligt anpassade stolar som måste åtgärdas, och i vissa fall blir det frågan om ordination av en annan rullstol innan kursen startar. En dåligt anpassad och balanserad stol kan omöjliggöra moment man vill lära. Kjell fick sin första rullstol i samband med Rullstolsskolan hos Åke.

För mig är den ett fantastiskt motionsredskap, berättar Kjell. Tidigare joggade jag men det kan jag inte längre. Idag kan jag i stället ta rullstolen och köra på de gångvägar som finns i området där jag bor.

Kjell kom till rullstolsskolan i ett tidigt skede. Jag kan se att det har sina fördelar, ju förr desto bättre. Att vara förberedd just den dagen man måste ta stolen är en fördel. Att köra rullstol är som att lära sig cykla, har du en gång lärt dig sitter det i ryggmärgen, säger Åke.

Lena Ericson

Faktaruta:

För att få delta i Åkes Rullstolsskola krävs en remiss från ansvarig läkare. Vill du ha mer information se www.norsten.nu eller kontakta Gunilla Lindgren telefon 08-555 44 000 eller e-post: gunilla.lindgren@rehabstation.se

BOSSE

Råd, Stöd & Kunskapscenter

Du som är mellan 16 - 65, bor i Stockholms län, och har ett fysiskt funktionshinder, har möjlighet att få hjälp av oss på BOSSE helt gratis med allt som bökar till din vardag.

Vi har 20 års erfarenhet av att ge information och stöd för att du ska kunna lösa de flesta problem som kan uppstå när man har ett funktionshinder.

Allt du behöver göra är att kontakta oss:

Tel: 08 - 544 88 660

Texttel: 08 - 544 88 661

Fax: 08 - 544 88 676

e-post: bosse@bosse-kunskapscenter.se

www.bosse-kunskapscenter.se



*- personlig assistans
- hjälpmedel*

Särnmark Ekonomiassistans AB är sedan 1992 en servicepartner i personlig assistans. Hos oss finner du en bred kompetens och gedigen erfarenhet. Vi tror på individuella lösningar och på människans förmåga att göra egna prioriteringar för en väl fungerande personlig assistans.

Särnmark Hjälpmedel AB utvecklar och tillverkar tillbehör till rullstolar, däribland ”positioneringssitsen” som förebygger felställningar.

Välkommen att kontakta oss!
www.sarnmark.se, tel 08-505 920 00

Särnmark Ekonomiassistans AB
Arbetargatan 33D, 112 45 Stockholm