

RTP-S

aktuellt

Nr 4
2017

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S, STOCKHOLMS LÄN

Vanliga frågor – Postpoliomottagningen ger oss svaren
Utan assistans stannar livet
Skadade nekas trafikskadeersättning
Hjärna Tillsammans
Traumatiska hjärnskador



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

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

Välkommen till ett aktivt liv.



Aktiv i Stockholm!

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



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

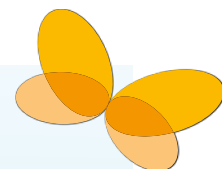
Västmannagatan 52, Stockholm
vasastan@aktivortopedteknik.se
08 - 21 23 23

aktivortopedteknik.se

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

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

 **AKTIV**
ORTOPEDTEKNIK



Innehåll

På gång	3
Vanliga frågor – Postpolio- mottagningen ger oss svaren	4
Utan assistans stannat livet	7
Hjärna Tillsammans	8
Traumatiska hjärnskador	9
Skadade nekas trafikskade- ersättning	10
Bad – Gymnastik – Bastu	12
Aktiviteter	13
Rapporter	20
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

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare:

Bengt-Erik Johansson

Redaktion: Distriktskansliet

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

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

Nästa nummer utkommer:

16 februari 2018

Manusstopp: 15 januari 2018

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: Personal på Postpoliomottagningen, Danderyds sjukhus

Foto: Elin Langemar

Bli medlem i RTP!

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

Hej medlem!

Du håller nu i din hand sista numret av RTP-S Aktuellt för år 2017. Det är ett händelserikt år som vi snart lägger bakom oss och vi vill tacka alla medlemmar som gjort vårt arbete möjligt.

Nästkommende år har vi val i Sverige. Att vänta är många debatter och strider för hur vi vill att vårt samhälle ska se ut. Tillsammans med andra rörelsehinderföreningar kommer vi att lyfta fram hur de olika partierna står i de frågor som är viktiga för våra medlemmar. Följ oss därför på Facebook och Instagram!

Inte nog med det, vi har även många andra planer på gång. Till exempel hoppas vi kunna anordna föreläsningar om hjärntrötthet, det flexibla samhället och hjälpmedel. Vi kommer även starta grupper i yoga och Quigong och en grupp för alla som vill ut och cykla till våren och sommaren. Tycker du det låter intressant? Eller har du rent av andra bättre idéer? Hör då av dig!

Tills dess så önskar vi dig ett fint slut på 2017 och en mycket God Jul och Gott Nytt År 2018!



På gång

Vi finns nu på Instagram!



LSS

Just nu ägnar vi stor uppmärksamhet åt händelserna kring LSS. Läs artikeln på sid 7, "Utan assistans stannat livet", för en personlig berättelse om konsekvenserna av neddragningar av assistanstimmar.

Swish



Nu kan du betala med Swish:
1236783112

Ny hemsida!

Gå in på www.rtps.se och ta dig en titt!



Håll dig även uppdaterad i ämnet på Facebook!

God Jul!





Postpoliomottagningen på Rehabiliteringsmedicinska kliniken, Danderyds sjukhus.

Foto: Elin Langemar

Vanliga frågor

Postpoliomottagningen ger oss svaren

Vi på RTP-S stämde träff med personalen på Postpoliomottagningen Rehabiliteringsmedicinska kliniken, Danderyds sjukhus för att ta reda på vilka som är de vanligaste frågorna de får av patienter. Nedan följer svaren vi fick. Men har du som patient verkligen fått svar på alla dina frågor? Dela gärna med dig till oss av dina funderingar, egna erfarenheter och förväntningar på vården i stort.

Vem får komma till Postpoliomottagningen?

Till Postpoliomottagningen på Rehabiliteringsmedicinska kliniken, Danderyds sjukhus kan människor från 18 år och uppåt med sena effekter av polio/postpolio, vända sig för utredning och/eller rehabiliteringsperioder.

Det är inte i alla situationer som Postpoliomottagningen är det bästa alternativet. Ibland är det både lättare och snabbare att söka hjälp hos din lokala vårdgivare. I de fall rehabiliteringsbehoven bedöms kunna skötas i primärvården kan man efter en

bedömningsperiod även få hjälp med en remiss dit, med beskrivning av behoven.

När kan jag vända mig till Postpoliomottagningen?

Du kan vända dig till Postpoliomottagningen om du misstänker att du har haft polio och fått ökade besvär med t.ex. muskelsvaghet, trötthet eller smärta. I det fallet utreder läkaren orsaken till försämringen. Om det är postpoliorelaterade besvär tar man efter utredningen ställning till om det kan vara aktuellt med en rehabiliteringsperiod.

Du kan även kontakta mottagningen om du tidigare haft kontakt med dem och upplever att dina postpolio-relaterade besvär försämrats. Då kan det vara lämpligt med en ny medicinsk genomgång och bedömning av rehabiliteringsbehov.

RTP-S tipsar: Alla läkare har inte den breda kunskapen om postpolio som krävs för att i alla frågor kunna fatta informerade och korrekta beslut för patienten med postpolio/sena

effekter av polio. Om det är en fråga av extra stor angelägenhet, eller om du känner dig osäker, kontakta då postpoliomottagningen för rådgivning.

När behöver jag inte vända mig till Postpoliomottagningen?

Får du ökade besvär med din hälsa som inte är relaterade till din polio ska du alltid vända dig till din vårdcentral eller primärvårdsrehabilitering.

Om dina poliobesvär är relativt oförändrade vänder du dig i första hand till din lokala vårdgivare om du behöver intyg till ett sjukdomsrelaterat ärende, såsom fotvård, pareringstillstånd för personer med funktionsnedsättning, färdtjänst m.m.

Vem ska jag vända mig till om jag behöver färdtjänst eller vid förnyelse av min tidigare färdtjänst?

I första hand ska du vända dig till din vårdcentral. Om du i samband med dina försämrade poliobesvär har en pågående rehabiliteringsperiod med flera pågående insatser på Postpolio-

Fakta om Postpoliomottagningen på Danderyds Sjukhus

Postpoliomottagningen är en hög-specialiserad rehabiliteringsmottagning där du under en avgränsad period kan få stöd och insatser i samarbete med ett rehabteam bestående av läkare, sjuksköterska, fysioterapeut, arbetsterapeut, kurator, psykolog samt sekreterare. Till Postpoliomottagningen kan du komma antingen via remiss från annan vårdgivare eller egenremiss via mottagningens telefonrådgivning. Du träffar alltid läkare först för en medicinsk genomgång. Om behov föreligger är nästa steg en bedömning med arbetsterapeut och fysioterapeut för kartläggning av dina rehabiliteringsbehov. Därefter beslutar teamet tillsammans med dig om det finns behov och/eller förutsättningar

av/för en rehabiliteringsperiod, vad en sådan skulle innehålla samt vilka yrkeskategorier som bör kopplas in. I vissa fall avslutas kontakten efter teambedömningen, om den information man fått vid det tillfället är tillräcklig för att hantera situationen eller för att det av någon annan anledning inte är aktuellt med en rehabiliteringsperiod.

Rehabiliteringsperioder kan utformas väldigt olika för olika personer och vid olika tillfällen. Det kan vara korta, intensiva perioder med mindre, avgränsade mål eller längre, lite mer lågfrekventa perioder med mer livsövergripande mål – alla är individuellt anpassade. Under rehabiliteringsperioden kan det bland annat ingå förskrivning av hjälpmedel, stöd att

komma igång med anpassad träning, information och verktyg för att hantera en förändrad livssituation, utfärdande av aktuella intyg samt stöd i myndighetskontakter.

Efter rehabiliteringsperioden förankras man åter i primärvården som då ansvarar för fortsatta insatser, intyg, hjälpmedel, socialt stöd m.m. Fortsatta stödinsatser kan även sökas hos andra aktörer som t.ex. BOSSE Råd, Stöd & Kunskapscenter. Fortsatt träning kan t.ex. ske både i primärvårdens regi, på ditt närmaste träningsställe eller via RTP:s utbud. Det viktiga är att den är utprovad och anpassad efter dina behov.

mottagningen hjälper de då även till med ett läkarintyg för färdtjänstansökan.

RTP-S tipsar: Varken alla läkare, eller handläggare inom landstinget och Färdtjänsten på Trafikförvaltningen, har alltid god kännedom om polio och dess effekter på patientens tillstånd. Därför är det extra viktigt att du är tydlig när du beskriver dina symptom och din situation i kontakten med dem. När du beskriver ditt hälsotillstånd måste du vara noga med att poängtera hur du mår under den period av dagen då din hälsa och kraft är som sämst, eftersom allt ska fungera även då.

Om du t.ex. får frågan hur långt du kan gå, bör du tänka på att ge ditt svar utefter din möjlighet att gå när du är som tröttast på dagen, och inte då du mår som bäst och är som starkast.

Vem ska jag vända mig till gällande mina hjälpmedel?

Lagning av befintliga hjälpmedel

Om du behöver laga eller underhålla ett trasigt hjälpmedel vänder du dig

till din hjälpmedelscentral; Hjälpmedel Stockholm om du bor söder om Slussen och Sodexo Hjälpmedel-service om du bor norr om Slussen.

Byte av befintligt hjälpmedel

Behöver du byta ut ett befintligt hjälpmedel på grund av slitage, kontaktar du i första hand din arbetsterapeut eller fysioterapeut/sjukgymnast i primärvården, då det ofta krävs ett hembesök för att på bästa sätt kunna förskriva rätt hjälpmedel med tanke på dina behov i den miljö du bor i.

Nytt hjälpmedel

Ta i första hand kontakt med din arbetsterapeut eller fysioterapeut i primärvården.

Om du har behov av ett nytt hjälpmedel med mycket omfattande behov av specialanpassningar kan du ta kontakt med Postpoliomottagningen för rådgivning om hur ärendet bäst hanteras. Om du är aktuell på Postpoliomottagningen för en rehabiliteringsinsats står de för utprovning och förskrivning i de fall specialist-

kompetens behövs och samarbetar då med primärvården. I annat fall kan de identifiera och beskriva behovet och sedan remittera utprovning, förskrivning och eventuell inträning till primärvården.

Ortopedtekniska hjälpmedel

För förnyad remiss för ortopedtekniska hjälpmedel kontaktar du Postpoliomottagningen.

RTP-S tipsar: Om du känner att det inte fungerar bra med det hjälpmedel som du har förskrivits, återkoppla först till den som hjälpt dig att prova ut det så ni kan korrigera hjälpmedlet eller prova något annat. Både du och primärvården kan alltid vända er till Postpoliomottagningen för rådgivning.

Vem ska jag vända mig till om jag vill ansöka om klimatvård eller andra rehabiliteringstjänster?

Har du en pågående rehabiliteringsperiod med flera pågående insatser på Postpoliomottagningen och det

Forts. nästa sida.

bedöms att det finns behov av klimavård eller planerad specialiserad neurologisk rehabilitering hos upphandlad aktör, d.v.s. om ditt behov av rehabilitering inte kan tillgodoses i landstingets primär- eller specialistvård på Postpoliomottagningen, kan läkaren på Postpoliomottagningen skriva remiss för detta. Om du inte har en pågående rehabiliteringsperiod på Postpoliomottagningen, utan sköter din träning privat eller via primärvården kan din husläkare hjälpa dig med en remiss.

Remissen ställs till Hälso- och sjukvårdsförvaltningen som granskar och fattar beslut i ärendet. Det finns då ett antal upphandlade aktörer att välja mellan. För mer information se www.1177.se.

Vart ska jag vända mig med olika frågor som rör myndighetskontakter?

Har du en pågående rehabiliteringsperiod med flera pågående insatser på Postpoliomottagningen kan kuratorn i teamet hjälpa dig med stöd och vägledning i samhällssystemet.

I annat fall rekommenderas kontakt med Bosse Råd, Stöd & Kunskapscenter (<http://www.bosse-kunskapscenter.se/>). Man kan även vända sig till sin hemkommun och/eller till Arbetsförmedlingen om man är i Etableringen.

Vem ska jag vända mig till om jag ska ansöka om hemtjänst, ledsagare eller personlig assistans?

Hemtjänst, ledsagning och personlig assistans <20 h/vecka

Dessa insatser är kommunens ansvar och ansökan ska ställas dit. Oftast krävs det ett läkarintyg och ett intyg om din aktivitetsförmåga, ett s.k. ADL-intyg.

Personlig assistans >20 h/v

Denna insats är Försäkringskassans ansvar och ansökan ska ställas dit. Det krävs läkarintyg som styrker din funktionsnedsättning samt ett ADL-intyg. Lagen som reglerar statlig personlig assistans, LSS, föreskriver att man ska ha behov av assistans >20

h/v med sina grundläggande behov (hjälp med personlig hygien, måltider, att klä av- och på sig, att kommunicera med andra eller annan hjälp som förutsätter ingående kunskap om den funktionshindrade) samt att man ska vara optimalt kompenserad i sin vardag vad gäller anpassningar i bostaden och lämpliga hjälpmedel.

Om du är eller nyligen har varit aktuell för en rehabiliteringsperiod kan Postpoliomottagningen stötta dig med information och intyg till ansökan om olika insatser. Då det ofta är längre processer kan inte mottagningen följa hela processen. Man kan då söka stöd hos andra aktörer som BOSSE.

Vem ska jag vända mig till om jag behöver sjukersättning?

Ansökan om stadigvarande sjukersättning är en ofta en komplex process där flera parter är inblandade och ser olika ut beroende på vilken situation du befinner dig i. Ansökan görs hos Försäkringskassan och det behövs läkarintyg som styrker din funktionsnedsättning och varför du på grund av dessa inte någonsin kommer att kunna arbeta heltid. Då det här är en relativt lång och komplex process kan inte Postpoliomottagningen finnas med under hela processen, men läkaren på mottagningen kan bistå med läkarintyg som styrker och beskriver dina postpolio-besvär.

RTP-S tipsar: Som redan nämnts är det väldigt viktigt att du är tydlig när du kommunicerar med vårdnadsgivare, handläggare och andra som bedömer ditt tillstånd och ditt ärende. Innan ett möte, förbered dig genom att skriva ned en lista på allt som du behöver ta upp, förklara och gå igenom med läkaren eller handläggaren som du ska träffa.

Du kan alltid höra av dig till Postpoliomottagningen för rådgivning om du känner dig osäker.

ELIN LANGEMAR

DINA ÅSIKTER

Hör gärna av dig till oss med dina egna erfarenheter och förväntningar på postpoliovården.

info@rtps.se
08-545 622 60

Informationstillfälle

Någon gång nästa år planerar vi ett informationstillfälle med Postpoliomottagningen Rehabiliteringsmedicinska kliniken, Danderyds sjukhus

Håll utkik efter mer information i kommande nummer av RTP-S Aktuellt!

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



Utan assistans stannar livet

Personlig assistans är en grundlagsskyddad rättighet som ger personer med funktionsnedsättning möjlighet att leva ett liv på lika villkor, precis som vem helst. Det fina med lagen är att den gäller alla. Vem som helst kan hamna i en situation där personlig assistans behövs en dag. Tyvärr är denna rättighet kraftigt hotad. Det beror på flera lagförslag som kan leda till att många mister sin assistans och därmed möjligheten att leva ett liv med god kvalitet och efter egna individuella val.

Skillnaden mellan personlig assistans och annan omsorg är att jag som användare av personlig assistans själv väljer vem som ska anordna min assistans och vilka som ska vara mina personliga assistenter. Dessutom har jag assistans när jag behöver och där jag befinner mig. Det valet finns inte inom exempelvis ett gruppboende eller inom hemtjänst.

Allt fler förlorar sin assistans

Fler och fler förlorar sin tidigare beviljade assistans på grund av en dom i Högsta förvaltningsdomstolen som definierar vad som anses vara grundläggande behov. För att bli beviljad personlig assistans måste du komma upp i 20 timmars grundläggande behov per vecka. Den som kan föra maten till munnen själv anses inte ha grundläggande behov och det spelar ingen roll att du sedan behöver hjälp med att laga maten, duka, skära maten och diska. Matsituationen som helhet är inte ett grundläggande behov för personer med funktionsnedsättning enligt Försäkringskassans tolkning. Vi som lever i verkligheten har en annan syn på saken...

Den så kallade "fuskutredningen" eller rättare sagt betänkandet Åtgärder mot fusk och felaktigheter med assistansersättning (SOU 2012:6) är ännu ett hot. Flera instanser, bland annat Handikappförbunden, Hjärnkraft, Neurologiskt Handikappades Riksförbund (NHR), Riksförbundet för Rörelsehindrade Barn och Ungdomar (RBU), Personskadeförbundet RTP och brukarorganisationerna JAG, Intressegruppen för assistansberättigade, Stiftarna av Independent Living i Sverige (STIL) anser liksom jag att betänkandet innehåller många fördomar och att utredaren visar på stor okunnighet om hur det är att leva med assistans. Det värsta är att funktionshinderrörelsen inte ens fått vara delaktig i utredningen. Ett av alla dåliga lagförslag är att den som har assistans 24 timmar per dygn och dubbel assistans inte ska bli beviljad assistans. Då tycker utredaren att det fungerar lika bra med gruppboende.

Värna om assistansreformen!

Neddragningarna och de nya lagförslagen är det största hotet. Själva poängen med personlig assistans är

ju att vi funktionsnedsatta ska kunna leva på lika villkor, plugga, jobba, bilda familj, resa, delta i fritidsaktiviteter och njuta av livet. Med personlig assistans har jag makten över mitt eget liv. Jag behöver inte fundera över vem som ska hjälpa mig, inte vänta, för jag har assistans när jag behöver och där jag befinner mig.

Goda skäl att säga ja till personlig assistans

De som är mest beroende av personlig assistans har störst intresse av att det inte ska förekomma fusk med assistansersättningen och att lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) värnas. Personlig assistans är mycket billigare samhälls-ekonomiskt än exempelvis hemtjänst eller gruppboende. Det har flera utredningar redan bevisat.

Personlig assistans kan vara det extra som behövs för att funktionsnedsatta ska kunna studera och jobba för att själva kunna bidra till samhällsekonomin. Att leva med personlig assistans innebär att målet med bra livskvalitet är nära. Med professionella anordnare och personliga assistenter blir hälsan och individens välmående bättre. Samhället tjänar på att funktionsnedsatta bor i eget boende och är mindre sjuka.

Personlig assistans suddar ut ojämlikhet och motverkar ett "vi och dom-samhälle".

Det säger sig självt att personlig assistans är något som vi gemensamt ska kämpa för. Mitt önskemål är att alla läsare av denna krönika kontaktar politikerna i socialutskottet och berättar hur viktigt det är att den personliga assistansen värnas. Jag och många med mig är beroende av stödet för att politikerna ska förstå vikten av sina beslut.

Utan assistans stannar livet.

STEFAN PELC

Webbredaktör, Skribent,

Bildredaktör och utbildare på Funka

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

Hjärna Tillsammans



Det saknas idag organiserad samverkan mellan aktörer som arbetar med att stödja personer med förvärvad hjärnskada och det är därför ingen som har en helhetsbild av vad som kan erbjudas och göras för målgruppen. Därför startade projektet Hjärna Tillsammans som har som övergripande mål att bidra till förbättrad livskvalitet, främja rehabilitering och återgång till ett så aktivt liv som möjligt för personer med förvärvad hjärnskada. Hjärna Tillsammans är ett 3-årigt samverkansprojekt inom Stockholms län mellan offentligt finansierade vårdgivare, fristående aktörer och ideella organisationer. Syftet är att stärka stödet och rehabiliteringen för personer med förvärvad hjärnskada, som följd av exempelvis stroke eller olycka och deras närstående genom råd, stöd, stimulans och kunskap. Projektet är finansierat av Allmänna arvsfonden.

Projektet vill underlätta för personer med förvärvad hjärnskada och deras närstående att få tillgång till stöd, kunskap, rehabilitering och stimulans till aktivt liv som behövs i olika skeden av livet via en kanal. För att uppnå detta avser projektet att etablera, vidmakthålla och utveckla nya former för samverkan mellan formella och informella aktörer och idéburna organisationer. För att detta ska kunna genomföras krävs ett samarbete mellan vårdgivare, akademien och patientorganisationer.

Projektet består av tre delar, vilka är mötesplatser, utbildning och samlad information. Projektets målgrupper är personer med förvärvad hjärnskada, deras närstående och personer som arbetar inom området. Med närstående menas anhöriga, men även till exempel vänner och grannar. Projektet vänder sig också till personal som i arbetet möter personer med förvärvad hjärnskada, till exempel inom vård, omsorg eller hemtjänst. Många aktörer

och huvudmän är inblandade i rehabiliteringen och stödet efter en förvärvad hjärnskada. Det kan göra det svårt att få klart för sig vilket stöd som finns, och hitta det vid rätt tillfälle. Tanken med Hjärna Tillsammans är att samla många aktörer i Stockholms län kring samma bord för att samverka bättre och sprida informationen.

Nätverksgrupper

Projektet bygger på att få bra samverkan och dialog mellan aktörerna. Det görs framför allt genom att bilda ett antal fasta nätverk, och fler är på gång. Nätverken samlar personer med kunskap och erfarenhet. Flera grupper består av personer med egen förvärvad hjärnskada.

Tisdagsträffar

I november 2016 startade så kallade tisdagsträffar – i första hand för dig med förvärvad hjärnskada. Träffarna den första tisdagen i månaden har olika ämnen och är också tillfälle till nya möten och samvaro på dina egna villkor. Evenemangen är kostnadsfria.

Närståendeträffar

För dig som är närstående eller är personal och i arbetet möter närstående till personer med förvärvad hjärnskada anordnas det intressanta föreläsningar och evenemang.

Marknadsföra lotsar

I länet finns två funktioner på uppdrag av Stockholms läns landsting dit du med förvärvad hjärnskada eller du som är närstående kan vända dig med frågor. Lotsarna har stor kompetens och erfarenhet, och hjälper gärna till med att navigera och hitta rätt i vården och rehabiliteringskedjan. De kan också svara på många andra frågor som man har i det dagliga livet efter en hjärnskada. Även du som arbetar inom området är välkommen att höra av sig dit. Det finns också en tredje funktion, för primärvårdspersonal som behöver mer kunskap. De erbjud-

er bland annat fortbildning i hur man arbetar bättre med rehabilitering. Hjärna Tillsammans hjälper till att på olika sätt lyfta fram lotsarna.

Utbildning

Inom Hjärna Tillsammans samlas stor kompetens inom rehabilitering. Det används bland annat till att gemensamt ta fram flera nya utbildningar. Under 2017 startade studiecirklar för personer med förvärvad hjärnskada och närstående. Kurserna ska ge mer kunskap och stöd att bemästra vardagen. Målet är större egenmakt. Cirk-larna leds av rutinerade cirkelledare tillsammans med personer med lång erfarenhet av att leva nära eller leva med en egen funktionsnedsättning. Längre fram kommer också utbildningar för personal.

Webbplatsen hjarnatillsammans.se

Webbplatsen www.hjarnatillsammans.se är en samlad kunskapsbank om hur rehabiliteringsprocessen kan gå till, om vilka sorters stöd som finns, om ny forskning och mycket mer – allt på samma ställe. Du hittar också länkar till mycket mer inom ämnet förvärvad hjärnskada.

11 aktörer

Projektets huvudaktörer består av:

- Afasiföreningen i Stockholms län
- Strokeföreningen i Stockholms län
- Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft i Stockholms län
- Neuroförbundet Stockholms län
- Stiftelsen Stockholms Sjukhem
- Rehabiliteringsmedicinska universitetssjukhuset Stockholm, Danderyds sjukhus
- Stiftelsen Stora Sköndal
- Rehab Station Stockholm
- Hjärnskadecenter, Habilitering & Hälsa
- Misa
- Resursteamet

Förutom de elva huvudaktörer som tillsammans satte igång projektet har fler aktörer tillkommit. Sedan starten har också Akademiskt primärvårdscentrum varit aktör i projektet. Det är fortfarande möjligt för nya aktörer att ansluta sig.

KATHARINA JANSSON



Foto: Peter Bäcker, Värmlands Folkblad

Traumatiska hjärnskador är idag en folksjukdom med allvarliga konsekvenser

Ingen vet exakt hur den mänskliga hjärnan fungerar men många vet ganska mycket om hur hjärnan skadas i ett trauma och sen inte riktigt fungerar. Några av dessa som är specialiserade på hjärnan och nervsystemet kom till Karlstad och Karlstad CCC, en av nordens största mötesanläggningar för konferensen Neurotrauma 2017. Syftet med konferensen var att flytta vår kunskap inom detta område framåt. Personskadeförbundet RTP var tillsammans med ABF, Kristinehamns Folkhögskola och Peter Erikssons minnesfond för hjärnforskning arrangerar för konferensen.

Konferensen satte fokus på hjärnans speciella känslighet för att skadas, dess formbarhet och plasticitet för möjligheten att rehabiliteras och läkas. Detta med den moderna neurovetenskapen som bas.

Neurotrauma 2017 arrangerades utifrån ett kunskapsvinnande perspektiv där målsättningen var att göra ett vetenskapligt möte till en folkbildningskonferens.

Konferensen samlade drygt 600 deltagare från hela landet och från olika professioner, branscher och organisationer.

60 000 skadas varje år

Enligt Världshälsoorganisationen WHO drabbas ca 60 000 personer av en traumatisk hjärnskada i Sverige varje år, varav enbart knappt hälften uppsöker vård. Av dessa utgör 85–95% "lätta traumatiska" hjärnskador (hjärnskakningar).

Traumatiska hjärnskador är idag en folksjukdom och det finns ett stort antal personer i Sverige som drabbas utan att söka vård och behandling och därmed riskerar att drabbas av påtagliga funktionsnedsättningar vad gäller hjärnans funktioner som påverkar både det professionella och det privata livet.

På Karlstad CCC presenterades de senaste rönen för deltagarna inom flera områden som rör traumatiska hjärnskador, allt från det senaste om det akuta omhändertagandet till hur vi kan nyttja hjärnans egna reparationsystem för en god rehabilitering.

Vetenskapliga frågeställningar och nya vetenskapliga rön

Andra vetenskapliga frågeställningar och nya vetenskapliga rön som belystes under konferensen var ny forskning om kunskap hur man med hjärnabbildning ser hur hjärnan

arbetar, även för dem som drabbas av traumatisk hjärnskada. Hur kan dessa viktiga ledtrådar om var t.ex. hjärnans minnesstörningar finns vara till hjälp i rehabiliteringsprocessen? Flera av föreläsarna berörde även frågor som att för dem som får diagnosen nackskada efter whiplashrelaterat våld så är symtomen väldigt lika för dem som får diagnoserna posttraumatiskt stressyndrom och/eller hjärnskakning. Hur kan professionen samverka för en bättre diagnostik för dessa patientgrupper?

Se och läs i efterhand

Presentationerna från respektive föreläsare finns att ladda ner på www.rtp.se och under en begränsad period ligger alla föreläsningarna från Neurotrauma 2017 ute på Youtube.

Sök på Neurotrauma 2017 och föreläsarens namn eller scanna QR-koden nedan.



Skadade nekas trafikskadeersättning

Färsk rapport visar att försäkringsbolagen successivt under 2000-talet kraftigt försämrat försäkringsskyddet för dem som drabbas av svåra följder efter nackskada. Finansinspektionen som just nu på regeringens uppdrag granskar försäkringsbolagens och Trafikskadenämndens personskadereglering har av författarna till rapporten och advokater inom personskadereglering fått en genomgång av innehållet.

Svårigheter med försäkringsärenden

Personskadeförbundet RTP, Västerås lokalförening har genomfört en nationell enkätstudie av rättssäkerheten i personskaderegleringen för nackskadade. Studien avsåg att kartlägga nackskadades erfarenheter av bolagens och Trafikskadenämndens handläggning av deras ärenden. Bakgrunden till undersökningen var att nackskadade medlemmar inom Personskadeförbundet RTP har haft svårigheter med sina försäkringsärenden.

Resultatet av undersökningen, som genomfördes under 2014, presenterades i rapporten "Försäkringsbolagens Personskadereglering – en studie bland nackskadade inom Personskadeförbundet RTP". Rapporten har sammanställts av Västerås lokalförening i samarbete med Bo Christer Bertilson, Leg läkare, Medicine doktor och Gunilla Bring, Leg läkare och Medicine doktor.

Många medlemmar svarade

– kan påverka beslutsfattarna

Enkäten har besvarats av 639 personer, vilket är fler än förväntat med tanke på omfattningen av undersökningen och med hänsyn till skadegruppens ofta

förekommande kognitiva besvär. För att bedöma representativiteten hos de som svarade gentemot Personskadeförbundet RTP:s hela nackskadegrupp, intervjuades ett slumpmässigt urval av dem som fått enkäten hemskickad men inte svarat. En preliminär analys av bortfallet visar att deras svar i stort överensstämmer med svar från respondenter i första enkätutskicket, vilket ger visst fog för att säga att den studerade urvalsgruppen är representativ. Resultatet som tidigare i år presenterats för finansinspektionen pekar på flera tendenser till systematisk försämring av personskadeskyddet efter så kallade whiplashskador.

Utbrett missnöje mot bolagen

Missnöjet med det egna försäkringsbolagets och Trafikskadenämndens handläggning är mycket stort. Studien visar att bland de som skadade sig under 2010-talet är 83% missnöjda eller mycket missnöjda.

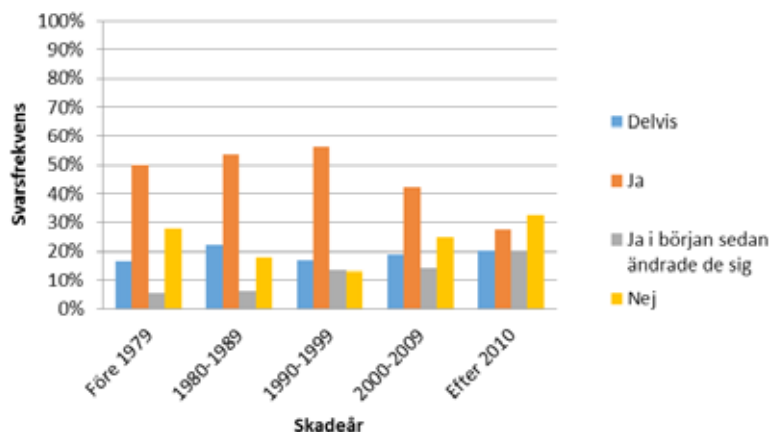
Ungefär varannan person som svarade på enkäten valde att lämna en kommentar till frågan "Har du några synpunkter på handläggningen av ditt ärende hos försäkringsbolaget?". Den stora majoriteten av svar vittnar om stor missnöjdhet och frustration över det egna bolagets handläggning eller snarare brist på juste skadereglering. Många skadade uppger att de upplever att försäkringsbolagen medvetet försöker "trötta ut dem".

Svårare att få sambandet godkänt

Det blir allt svårare att få sambandet skada/funktionsnedsättning godkänt, det gäller särskilt den ekonomiskt tunga inkomstförlusten på grund av arbetsoförmåga. Att få sambandet godkänt är avgörande för att den skadade ska få ersättning för sin anmälda personskada.

För att undersöka i vilken omfattning den skadade fått sitt samband godkänt ställdes frågan "Har försäkringsbolaget godkänt sambandet mellan din olycka och din skada?". Totalt svarade 598 personer vilket motsvarar 94 %. Svaren visar att sambandet mellan olycka och skada blir allt svårare att få godkänt för de som skadats efter 1990-talet. Knappt var tredje person som skadade sig och anmälde sin personskada i början av 2010-talet fick ett godkänt samband.

Har försäkringsbolaget godkänt sambandet
mellan din olycka och din skada?



Partiska rådgivare och skenande rättgångskostnader

Resultatet av studien visar att det är ett fåtal läkare som anlitas mer frekvent som medicinska rådgivare av försäkringsbolagen (tidigare försäkringsläkare). Dessa läkare handplockas och avlönas av bolagen. Deras röst väger ofta tungt för utgången av skadereglering. Utifrån studien misstänks en del av de medicinska rådgivarna för partiskhet och bristande objektivitet. Enkätsvaren vittnar om att många nackskadade medlemmar inom Personskadeförbundet RTP upplever att bolagens läkare är "köpta". De medicinska rådgivarnas yttranden överensstämmer helt enkelt inte med verkligheten enligt deras mening och synes snarare vara formulerade för att misstänkliggöra försäkringstagaren och frånta bolagen deras ersättningsansvar. Många skadade tvingas avstå från att få sitt ärende prövat i domstol då rättgångskostnaderna har skenat och rättsskyddet på i storleksordningen 200 000 kr inte har följt med i den utvecklingen. Det kan kosta den skadelidande upp emot en miljon kronor eller mer om man förlorar processen.

Hur påverkar skadan arbetsförmågan?

Den medicinska invaliditetsgraden sätts ensidigt av försäkringsbolagen efter hörande av deras egna medicinska rådgivare utan att den skadelidan-

de själv med hjälp av egen medicinsk expertis kan påverka nivån. Invaliditetsgraden är sedan ofta avgörande i bolagens argumentation i förhållande till arbetsförmåga. Låg invaliditetsgrad menar alltför ofta bolagen inte medför någon nedsatt arbetsförmåga, vilket fråntar dem ansvar att ersätta den uppkomna inkomstförlusten. För att undersöka fördelningen av invaliditetsgrader frågades "Hur stor har försäkringsbolaget bedömt din medicinska invaliditet till i %?". Totalt svarade 500 personer vilket motsvarar 78%. Enligt tabellen kan man se att skador efter 2000-talet nästan uteslutande bedöms som skaderelaterad invaliditet på under 10 %.

Alla borde ha ekonomisk möjlighet till rättslig prövning

Författarnas slutsats i rapporten är att försäkringsbolagens handläggning av personskador tycks ha ändrats och försvårat möjlighet till ersättning för personer med nackskador på ett flertal punkter. De anser att det föreligger en systematisk försämring över tid avseende bedömning och försäkringskydd för personer med nackskada. Författarna ställer sig frågan om inte hela bedömnings- och rättsprocessen behöver omstruktureras för att bli mer transparent och mer tids- och kostnadseffektiv. Författarna hoppas att deras rapport lyfter upp de rådande

de problem som respondenterna av enkäten uppger och att en granskning av försäkringsbolagens och Trafikskadenämndens handläggning av personskadeärenden genomförs. Arbetsgruppen vill också se en lagändring så att alla skadade får ekonomisk möjlighet att få sitt skadeärende prövat i domstol vid tvist. Finansinspektionens granskning som ska presenteras för regeringen innan årets slut är därför intressant att ta del av och förhoppningen är att deras slutsats går i samma linje. Ditt bidrag i studien har varit mycket värdefullt för detta påverkansarbete.

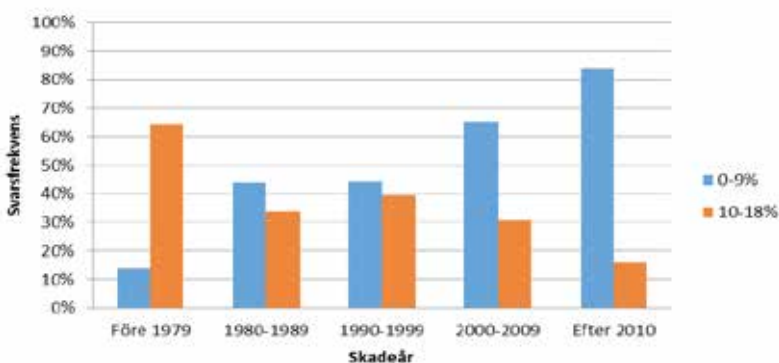
I enkätundersökningen ingick även frågor för dem som varit tvungna att driva sitt ärende till domstol. En fördjupad studie av dessa frågor genomförs för närvarande hos Västerås lokalförening i Personskadeförbundet RTP.

Har du frågor, kontakta Västerås lokalförenings kansli på telefon 021-83 03 50.

VÄSTERÅS LOKALFÖRENING
I PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP

Hela rapporten, med illustrativa diagram och sammanfattning, finns att läsa på www.rtps.se/nackskada

Hur stor har försäkringsbolaget bedömt din medicinska invaliditet till i %?



Tips!

Är du intresserad av att veta mer?
Ta då en titt på:

Plus granskar:
När försäkringsbolaget säger nej
på SVT Play

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	Höstens sista	Baddagar	
				Vårens första	Vårens sista
Vattenhuset Sfären (1+2)	Dick Grün 070-324 49 95	Måndagar 17.30 – 18.30 Bassäng eller sittgympa	11/12	8/1	11/6
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	14/12	11/1	14/6
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	12/12	9/1	12/6
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 14.00	11/12	8/1	28/5
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+2)	Christine Hultmark Stenman 070-750 53 97	Onsdagar 19.00 – 20.00 Dusch o. bastu 18.00 – 21.00	13/12	10/1	30/5
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Bo Nylund 070-325 66 80	Måndagar 17.30 – 19.00	11/12	8/1	18/6
Långbrobadet (1+3)	Lennart Johansson 070-602 59 91	Söndagar 09.00 – 10.30	17/12	14/1	10/6
Dragongården Upplands Väsby (1+2) lage.eckeskog@gmail.com	Lage Eckeskog 070-366 61 33	Måndagar 18.15 – 19.30	18/12	8/1	18/6
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Anneli Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.15 – 17.15	6/12	10/1	13/6
Norrtälje ROS Omsorg & Service (1+2)	Nann Palmgren 070-743 24 73	Onsdagar 17.00 – 21.00	20/12	10/1	Ej bestämt
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	Marianne Mårdenvall 070-317 34 92	Onsdagar 15.00 – 16.00	13/12	10/1	13/6
Huddinge Sjukhus Rehab-bassängen (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 17.45 – 19.30	14/12	11/1	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 DIALOG

Dialog Polioskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Polioskadade.

Onsdagar kl. 13.00 – 15.00

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

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

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Hjärnskadade.

Torsdagar kl. 13.00 – 15.00

7, 14 december, 1, 8, 15, 22 februari 1, 8, 15, 22, 29 mars 5, 12, 19, 26 april, 3, 17, 24, 31 maj, 7, 14 juni.

Vi tar upp aktuella ämnen eller problem och delar med oss av erfarenheter och av många års uppbyggda nätverk vad gäller rehabilitering, hjälpmedel m.m. Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Kontaktperson: Christer Olsén 08-545 622 63, christer.olsen@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

Dialog Kronisk smärta

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Kronisk smärta.

Tisdagar kl. 13.00 – 15.00

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

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Nackskadade.

Tisdagar kl. 13.00 – 14.30

19 december, 23 januari

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Kontaktperson: Katharina Jansson 08-545 622 66 eller katharina.jansson@rtps.se

Dialog Ryggmargsskadade

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna till dialoggrupp Ryggmargsskadade.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris 15 kronor.

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

Dialog Amputerade

Välkommen till dialoggrupp för Amputerade!

När: första måndagen varje månad kl. 17.30 – 19.30

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

Fika till självkostnadspris.

För anmälan och mer information kontakta

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

OBS! Dialoggrupperna Polioskadade, Hjärnskadade, Kronisk smärta, Nackskadade och Ryggmargsskadade träffas i RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24, Rissne Torg i Sundbyberg.

Arrangör: RTP-S

Aktiviteter

RTP-S EGENVÅRD

Träning på Rehab Station Stockholm, Frösundaviks Allé 13

Kom och träna med oss!

Måndagar och Onsdagar kl. 17.30 – 19.30

Vårterminen startar 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. Efter träningen kan du fika i caféet.

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

Arrangör: RTP-S

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 kommer att hålla till på Olivia Rehabilitering i Danderyd.



Foto: Pixabay

Välkomna!

Avgift: 260 kr per termin.

Plats: Olivia Rehabilitering.

Adress: Vendevägen 85B, Danderyd.

Tid: Varje tisdag kl. 14.00 – 15.00

Vårterminen startar 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 INFO

Krångel med mobil eller dator?

Vill du veta mer om Facebook eller andra sociala medier?

Kom då på **ÖPPET HUS** hos oss!

Vi hjälper dig så gott vi kan med att lösa dina tekniska problem.

Det bjuds på kaffe, te och kakor.

Tid: Tisdagar kl. 13.00 – 14.00

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

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

Arrangör: RTP-S



Postpolioveckor på Mälargården Rehab Center



Foto: Sten Skoglund

När var du på postpoliorehabilitering senast?

Under våren 2018 kommer Mälargården att genomföra postpolioveckor under perioderna

25 mars – 13 april,

10 juni – 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
Hälsö- 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.

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

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.

Vi samlar in avgiften på plats.

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.

Bindande anmälan senast 16 februari till RTP-S kansli

08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64.

Arrangör: Aktivitetskommittén



Studiebesök på Linds Ortopediska

Kanske är det dags att byta ut eller se över de ortopediska hjälpmedel som för många är en stor del av vardagen.

Man kommer bland annat att visa ortoser och proteser.

Följ med oss på ett studiebesök till Linds Ortopediska i Solna.

Tid: Torsdag 7 december kl. 16.00 – 18.00

Plats: Sundbybergsvägen 1, Solna.

Gemensam fikastund under besöket.

Intresseanmälan senast dagen innan till RTP-S kansli

08-545 622 60 eller info@rtps.se

Kontaktperson: Petra Kascelan 08-545 622 64.

Arrangör: RTP-S

Konstvisning i tunnelbanan

Följ med på "konstakning" i Stockholms tunnelbana på röda linjen och upplev en helt unik samling av skulpturer, målningar och installationer. SL:s auktoriserade guider berättar om konstverken och konstnärerna, som varit med och skapat världens längsta konstgalleri.



Visningen är anpassad för dig med rörelsenedsättning och tillsammans tar vi tid på oss för förflyttningarna mellan objekten.

Visningen är gratis för dig som är medlem i Personskadeförbundet RTP, allt du behöver är en giltig SL-biljett eller ett Färdtjänstkort. Begränsat antal platser!

Är du intresserad av vår verksamhet och våra aktiviteter, men inte hunnit bli medlem än? Ingen fara! Läs om hur du enkelt blir medlem på <http://rtp.se/medlem/> På www.sl.se hittar du fler tider för visningar för allmänheten.

Tid: Onsdagen den 14 februari kl. 10.00 – 11.30.

Samlingsplats: Vid spärarna på Stadions, T-bana uppgång/Valhallavägen/Konsthögskolan.

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

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

Arrangör: RTP-S



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

 **Praktikerktjänst**
REHAB STATION

Aktiviteter

Resor med RTP-S

RTP-S Aktivitetskommitté planerar för följande resor under 2018.

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 Cajsa Wargs barndomshem, Hjalmar Bergmans boksamling och Kronbloms klassiska kök med soffor och allt. Vi får en kopp förmiddagskaffe innan vi strövar runt på egen hand i området.

Resans nästa besök blir på Skoindustrimuseet 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.



Friluftsmuseet Wadköping i Örebro.
Foto: Fria foton Fotoakuten

Pris för resan: 300:- för medlemmar och 550:- 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 skall göras 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.

Tredagarsresa Siljan Runt

27 - 29 augusti 2018



Under vår första dag på resan genom Siljansbygden kommer vi bland annat besöka hantverksbyn i Rättvik, vi gör

också ett besök i Nusnäs vid Siljans strand. Nusnäs är förknippat med Nils Olssons dalahästar, där vi får vara med vid tillverkningen av den svenska symbolen.

Den andra dagen gör vi en resa

förbi Orsa och besöker Fryksås fåbod, där vi får en inblick i fåbodlivet. Vi besöker också Våmhus Gammeldgård som är känt för sina hår- och korgarbeten och får en inblick i hur detta speciella hantverk går till.

Vi gör sedan ett besök på Zornmuseet i Mora och beundrar verk av en av Sveriges största konstnärer. Färden går sedan vidare mot Sollerön, Gesunda by och Måstäpp där den första spelmansstämman ägde rum

1906. Hotell Dalecarlia i Tällberg blir vår bostad i två nätter, hotellet ligger mycket vackert beläget med utsikt över Siljan. Innan vi lämnar hotellet sista dagen finns det gott om tid att bekanta sig med omgivningarna, kanske ett besök på Klockargårdens hemslojd passar någon.

Hel resebeskrivning med ytterligare information om denna resa i kommande nr av RTP-S Aktuellt.

Arrangör: RTP-S och Sundbergs Buss AB

Aktiviteter

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.

Luciafirande med DHR

Tid: Lördag 9 december kl. 15.00 – 17.00

Plats: Allaktivitetshuset "Keramiken"

Anmälan: Senast 5 december till

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



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 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 Norrtälje

Decemberfest

Tid: Tisdagen den 12 december kl. 18.00

Plats: Mariagården. Självkostnadspris.

Anmälan till Anita Knutsson
0176-179 80.



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

Händer i StorStockholm

Kom och se Vikingaliv

Vikingaliv vilar på historiska fakta kombinerat med de allra senaste rönen om vikingarnas historia. Fakta kommer att förmedlas pedagogiskt, lekfullt och interaktivt. Här finns fantasi, illusion och spännande berättelser.

Uppleva Ragnfrids i en vagn?

Ragnfrids Saga är en 11 minuter lång vikingafärd, där du som besökare får följa med på en resa som visar delar av den verkliga vikingahistorien.

Denna utställning är lite utöver det vanliga.

Tid: Tisdagen den 23 januari kl. 10.00.

Plats: Djurgårdsvägen 48.

Priser: Vuxna 149 kronor, Seniorer 130 kronor.

Senaste anmälningdag: 18 januari.

Läs gärna mer på vikingaliv.se

Handarbetsjunta

Skulle du tycka det vore kul att ta med en stick-/virkning eller annat handarbete och i all kamratskap sitta och umgås ett par timmar någon gång i månaden? Min tanke är i höst då det kommit in önskemål om detta. Hör av dig till Yvonne så får vi se om vi kan bilda en grupp.

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

Kontaktperson: 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

Specialiserad rehabilitering!

Hos oss har du möjligheter att under hela året komma på rehabilitering. Vi tar emot patienter från hela Sverige.

Valjeviken i Sölvesborg erbjuder:

Rehabilitering/träning

– med fysioterapeut, arbetsterapeut och kurator

Rekreation

– i en vacker, rogivande miljö, boende med hotellstandard

Diagnoskurser 2017

– ALS, MS, Parkinson, stroke, CP, polyneuropati, CMT, ryggskada/RMB med inriktning idrott

Temakurser 2017

– Smärta, hjärntrötthet/kognitiva besvär, ung rehab, fatigue, ridning, ataxi samt aktiv rehab med inriktningar i ur och skur, idrott och rullstolsteknik.

Humlegården i Sigtuna erbjuder:

Rehabiliteringsprogram, neurologiska diagnoser

– med fysioterapeut, arbetsterapeut, logoped, sjuksköterska och kurator

Dagrehabilitering/träning

– inom Stockholms läns landsting finns möjligheten att välja dagrehabilitering

Diagnoskurser 2017

– MS, Parkinson, stroke, muskeldystrofier och dystrofia myotonica.

Temakurser 2017 NYHET!!!

– Stresshantering/avspänning, rullstolsteknik, ridvecka, skapande aktiviteter, träna i vatten

Vi har avtal med Stockholms läns landsting avseende neurologisk rehabilitering!



Telefon: 0456-151 15

Humlegården

Telefon: 08-598 833 00

På valjeviken.se finner du också information om utbildningar och kurser på vår folkhögskola samt vårt utbud i Mättinge, Trosa.



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

Händer i StorStockholm

StorStockholms Hederspris för 2017

2015 instiftades ett årligt hederspris att delas ut till en medlem i RTP-S som på olika sätt främjat RTPs och medlemmarnas intressen. Hederspriset kommer att delas ut vid StorStockholms årsmöte 6 februari 2018.

RTP-medlemmar i hela Stockholms distrikt! Nu är det dags att tänka på vem som ska få priset för 2017.

Kom med förslag så fort som möjligt, men senast 15 januari 2018.

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

Vi ser fram emot många fina förslag!

Kurser våren 2018

Foto

Hej alla fotointresserade!

Välkommen på fotokurs på torsdagar med läraren Staffan Kvist!



Vår kurs riktar sig till dig som i sällskap med andra tycker om att vara ute i naturen och har en önskan om att kunna fånga dess mångfald och prakt på bild. Tanken med kursen är att du i ett samspel med de övriga kursdeltagarna, på en enkel nybörjarnivå, får utveckla ditt fotografiska seende och din känsla för bild. Under kursens gång kommer du att fotografera olika skeenden, objekt och platser som kan vara av intresse för just din grupp att fånga på bild! Tanken är även att man avslutar varje lektionstillfälle med en trevlig fikastund. Om du är intresserad så hör av dig!

Plats: Vernissagesalen i Allaktivitetshuset, Sturegatan 10, Sundbyberg.

Kursstart: Torsdagen den 22 februari.

Tid: 09.30 – 12.00 (24 lektionstimmar).

Egenavgift: 650 kronor för nya deltagare.

Arrangör: RTP-StS tillsammans med ABF Norra Storstockholm.

Måla akvarell

Välkommen på akvarellkurs med lärare Christina Olivecrona!



Plats: Kavallerivägen 24 Rissne, kansliets lokaler.

Kursstart: Torsdagen den 22 februari.

Tid: 10.00 – 13.00

Egenavgift för nybörjare: 550 kronor.

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 intresseanmälan.

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 cirkarna. För nya deltagare reduceras priset med 50%, för gamla med 25%.



Bruket i Boxholm och kyrkan i Malexander. Foto: Privat.

En resa genom bruksorter och ostsamhällen

Lördagen den 9 september åkte 25 medlemmar från Södertälje lokalförening med Kolmårdens Buss till Boxholm, Malexander och Ydre i Östergötland.

Boxholm är en typisk svensk f.d. bruksort, där verksamhet fanns från mitten av 1700-talet och fram till 1980-talet. Då splittrades det gamla bruksföretaget och idag består det av ca 30 företag med olika ägare, som driver verksamheterna vidare på ett modernt sätt. På 1980-talet bildades Boxholms Bruksmuseum som nu har utvecklats och är ett av de största be-

söksmålen i kommunen. Museet är inrymt i en fin kvarnbyggnad från 1777 och i de mäktiga källarvalven får man en uppfattning om hur de ursprungliga vattendrivna maskinerna såg ut. Tillverkningen av spik var en av de första verksamheterna vid bruket och i början av 1900-talet Sveriges största spikstillverkare. På museet finns förutom en maskin för framställning av s.k. klippspik, även Sveriges sista martinugn som användes för framställning av järn och som togs ur bruk 1981.

En annan stor verksamhet på orten är Boxholm Mejeri AB som grundades

1890 och sedan starten ystat all ost av mjölk från gårdar inom fem mils radie.

Efter guidning i Boxholm åkte vi vidare utefter sjön Sommen till Malexander. Vi passerade även Malexanders kyrka, byggd av slaggsten, en restprodukt från järnbruket och därför känd i stora delar av Europa.

Lunchen intogs på restaurang Fem rum och kök. Malexander Hembygdsgränd, som ligger precis invid Sommen, besöktes. Hembygdsföreningar har under 2000-talet byggt två skepp för tävling mot andra socknar runt Sommen under de årliga Sommaveckorna. "Sommaskep" är en för sjön Sommen karaktäristisk båt som förr användes bland annat som kyrkbåt och transport av varor till Torget i Tranås.

Under eftermiddagen gick färden vidare till Ydre och Brostorps Gård, där det bedrivs mjölkproduktion av mjölken som blir till ost och ostkaka i gårdens eget mejeri. Gården drivs av två generationer, föräldrar och deras döttrar med respektive. Vi smakade den bästa ostkakan som finns och vi kunde inhandla deras egentillverkade ostar och annat smått och gott.

Tack till vår distriktstyrelse som bidragit till att vi fick ett värdefullt minne i och med denna resa.

EVA MOLNÄR,

ORDF. SÖDERTÄLJE LOKALFÖRENING

Möjlighetsdagen 2017

I september arrangerades Möjlighetsdagen för fjärde året i rad. Dagen som sätter fokus på möjligheterna som finns för den som lever med funktionsnedsättning och/eller kronisk sjukdom eller är närstående. I år var temat möjligheterna för din hälsa. Besökare erbjöds att både träffa representanter från funktionshinderrörelsen och lyssna på föreläsare som på olika sätt arbetar med personer med funktionsnedsättning och/eller kronisk sjukdom. I år förklarades det hur journal via nätet kan användas och hur det imple-

menteras för vårdpersonal just nu samt hur Kloka Listan med läkemedelsval av oberoende experter varje år tas fram och kan användas. Besökarna fick även veta mer om exempel på resurser som finns att tillgå inom funktionshinderområdet för boende i Stockholms län och hur olika tandvårdsstöd kan vara utformat för personer med funktionsnedsättning och/eller kroniska sjukdomar.

De tre första åren har Möjlighetsdagen ägt rum på Rehab Station Stockholm i Solna, men på grund av

deras ombyggnation ägde årets arrangemang rum på Immanuelskyrkan i Stockholm. Det uppskattades att föreläsningarna och lunch erbjöds besökarna på en och samma plats.

Möjlighetsdagen är ett arrangemang av Rehab Station Stockholm, Stockholms läns distrikt i Personskadeförbundet RTP, BOSSE – Råd, Stöd & Kunskapscenter, DHR Stockholms läns distrikt, Neuroförbundet Stockholms län och Reumatikerdistriktet i Stockholms län.

KATHARINA JANSSON

Besök vid Arlanda flygsamlingar

Den 12 oktober 2017 arrangerade RTP-S Nordvästra Storstockholms lokalförening ett besök för medlemmar på Arlanda flygsamlingar.

Vi var ett nyfikt gäng som besökte denna mycket intressanta utställning över Sveriges civila flyghistoria. Det hela blev inte sämre av att vi hade en alldeles utmärkt guide, John Forsgren, som under nästan en och en halv timme visade och berättade om de olika farkosterna och också små anekdoter om dess historia.

Ett av de plan som John visade och berättade om var Dana Viking. I samlingen har man delar av detta plan som havererade vid Gottröra 1991. Vi hade alla ett minne av denna dramatiska händelse eftersom det hände vid en plats i närheten av oss. Johns berättelse gav oss en mer detaljerad förståelse för förloppet och all den dramatik som omgärdade detta.



Guiden John Forsgren engagerar.

Andra objekt hade också intressanta och spännande kopplingar till historien. Till exempel hade ett flygplan använts i samband med världskriget, ett annat hade använts för att transportera Ella Fitzgerald och Louis Armstrong vid deras turné i Sverige. Visningen var mycket intressant och det var nio nöjda medlemmar som lämnade Arlanda Flygsamlingar med nya kunskaper om Svensk flyghistoria.

FAKTA om Arlanda Flygsamlingar:

Idén om att skapa någon form av historisk samling av civilt flyg togs redan 1953 och har efter en del turer lett till det som idag kallas Arlanda Flygsamlingar. Utställningen har sina lokaler i närheten av Arlanda flygplats och kan idag visa upp en unik samling flygplan från olika tidsåldrar. Hela verksamheten bygger på frivilliga och oavlönade insatser från Arlanda Flygsamlingars Vänner, en förening som har till uppgift att förvalta och restaurera objekten i utställningen. Medlemmar i föreningen har alla någon form av koppling till flyg och den kunskap/erfarenhet som krävs för att utföra det ofta tekniskt avancerade arbete som krävs.

Vi kan verkligen rekommendera ett besök på denna utmärkta utställning.

TEXT OCH FOTO:
BENGT-ERIK JOHANSSON

Olmeds besök på RTP-S

Den 11 oktober hade RTP-S kansli besök av ortopedtekniker Jan Forsman och ortopedingenjör Jan Drakander från TeamOlmed Torsplan. Runt det uppdukade fikabordet hade det samlats en skara av intresserade och nyfikna medlemmar. Det som var på tur att visas upp var ortopedtekniska hjälpmedel för polioskadade, med inriktning på skor, fotbäddar och ortoser. Kvällen fortlöpte med många skratt, frågor och intressanta diskussioner kring allt som presenterades.

En nyhet som imponerade på de flesta var ett nytt snörsystem som heter BOA. Ett system som ska underlätta snörning av skor där man inte behöver knyta skosnöret utan helt enkelt spän-

ner ett snörsystem med hjälp av en knapp. Med tanke på den kommande vinterhalkan hade man även med sig olika sportskor, fodrade stövlar och kängor med sular som greppar på halt underlag bättre än vanliga standard-sular. Det fanns också kängor med god passform specifikt för bredare fötter där man själv kan välja mellan att ha dragkedja eller snörning på skon.

Den andra halvan av kvällen berättade man om ortoser, allt ifrån prefabricerat till ortoser tillverkade efter avgjutning. Det som särskilt lyftes fram var vikten av ortosens roll i form som hjälpmedel för att den förebygger förslitningsskador då den stabiliserar



leder. Den trevliga kvällen avslutades med att våra gäster tackade för inbjudan och för de givande diskussionerna som uppkom under kvällens gång om de olika produkterna som visades.

Man hälsade slutligen nya och gamla kunder varmt välkomna till Torsplan.

TEXT OCH FOTO: PETRA KASCELAN

Föreläsning – Den kåta själen och kroppen

Helkväll om sexualitet

En måndagskväll i oktober bjöd Neuroförbundet Stockholm och Personskadeförbundet RTP Stockholms län in till en föreläsningkväll på temat sexualitet och funktionsnedsättning. Under rubriken Den kåta själen och kroppen föreläste leg Arbetsterapeut och Sexolog Stefan Balogh och Socionom och leg Psykoterapeut Patrik Forslin i ABF-huset i Stockholm.

Stefan och Patrik arbetar på BOSSE – Råd, Stöd & Kunskapscenter – en psykosocial råd och stödverksamhet för personer med fysisk funktionsnedsättning. I verksamheten möter man alla frågeställningar som har att göra med livet med funktionsnedsättning såväl praktiskt som känslomässigt. I detta ingår även sexualiteten.

Men denna kväll var de utlånade till Neuroförbundet och RTP. Först ut var Patrik som talade utifrån ett psykosocialt och psykoterapeutiskt perspektiv på sexualitet och funktionsnedsättning. Fokus låg på vikten av att våga lyssna till sin egen längtan och våga möta den. Det är ont om förebilder att identifiera sig med för den som lever med en funktionsnedsättning. Man får i långa stycken utforska sin identitet och längtan på egen hand. Ofta i motståndet av en omgivning som inte förväntar sig att perso-

ner med funktionsnedsättning ska ha eller uttrycka en sexualitet. Oavsett förutsättningar och omgivningens inställning är det viktigt att ge sig rätten att drömma och ta tillvara den sexualitet man har.

Efter en första paus var det Stefans tur att ta till orda. Han tog avstamp i sina yrkesmässiga erfarenheter av frågor kring sexualitet i sin tidigare och nuvarande yrkesutövning som Arbetsterapeut och Sexolog. Han beskrev hur han gång på gång sett att vårdgivare och rehabilitering blundat inför frågorna om sexualitet. Orsakerna tror han handlar om rädsla från vårdens sida. Ett annat problem är att vårdgivare inte ser skillnaden mellan att ge redskap för att möjliggöra vägen till sex och att bistå med själva sexualakten. Han gick vidare in på hur han praktiskt arbetar för att hjälpa människor finna sin egen väg till fungerande sexliv med arbetsterapeutiska metoder och hjälpmedel.

I sista passet sammanknöt de båda perspektiven på sexualitet och funktionsnedsättning genom en dialog mellan Stefan och Patrik. De diskuterade vitt skilda ämnen som begreppen sexhjälpmedel kontra sexleksaker, sexuella praktiker och lust. De berörde frågor om sexuella roller, kroppens

FAKTA:

BOSSE – Råd, Stöd & Kunskapscenter
Döbelnsgatan 59, Stockholm
08-544 88 660
bosse@bosse-kunskapscenter.se
www.bosse-kunskapscenter.se

- Målgruppen är vuxna från 18 år med fysisk funktionsnedsättning och förvärvat hjärnskada i Stockholms län
- BOSSE finansieras genom avtal med Stockholms läns landsting samt med medel från några kommuner bland annat Stockholm
- Det är gratis att komma till BOSSE
- Verksamheten lyder under Hälso- och sjukvårdslagen samt Socialtjänstlagen och har tystnadsplikt.

sexuella fungerande och vikten av att våga utforska den egna lusten och kapaciteten. Avslutningsvis konstaterades att vad människor i regel ångrar inför livets slut är sådant de avstått från att prova på. Därför finns all anledning att bejaka och utforska den egna sexualiteten.

PATRIK FORSLIN,

BOSSE – RÅD, STÖD OCH KUNSKAPSCENTER



Råd Stöd & Kunskapscenter

BOSSE Råd, Stöd & Kunskapscenter
Döbelnsgatan 59, 113 52 Stockholm
vxl: 08-544 88 660
www.bosse-kunskapscenter.se

Det finns bara ett BOSSE

Vår unika verksamhet erbjuder personligt råd, stöd och information. Det kan gälla olika frågor t ex personlig assistans, hemtjänst, bostad, arbete, hjälpmedel och rehabilitering.

Vi erbjuder utbildning/handledning till personliga assistenter.





Årligen återkommande Ålandsresa

En underbart varm, solig dag utan alltför mycket vind, var vi ett gäng från Norrtälje lokalförening som drog iväg till Åland. Det var faktiskt så

skönt så man kunde sitta på däck och njuta av skärgården och vädret. Det är nyttigt att ibland bara njuta av var vi bor, i världens vackraste skärgård. Några valde istället att prova lyckan med bingobrickor. Lite shopping fanns det tid för också. Vi väljer att äta smörgåsbord på hemresan, då är det betydligt lugnare i matsalen, gott om svängrum och alla kan äta något, även om man har någon allergi. Dessutom har vi hjälpare med, så det fungerar fint. Vi brukar även boka en daghytt och det är verkligen skönt att ha. Där kan man förvara sina nyinköpta fynd. Vila en stund, om man skulle vilja. Och ha tillgång till en egen toalett. Det är nästan lite lyx.

TEXT OCH FOTO: NANN PALMGREN

Soppkvällen

Torsdagen den 12 oktober samlades medlemmar till bords för att smaka på "Balkansoppan" som tillagats av Petra Kascelan efter hennes egna recept. Alla var jättefint klädda och strålade av nyfikenhet över hur soppan skulle smaka. Bordet var uppdukat med salladsost, salami och färska frallor. Vi hade en riktigt trevlig och mysig stund där vi pratade om allt



möjligt. Soppkvällen avslutades med gott fika med mums-mums, chokladbollar m.m.

TEXT OCH FOTO: PETRA KASCELAN



Konstvisning i T-banan

Den 18 oktober samlades en grupp konstitresserade medlemmar för att se konsten som finns längs den blå linjen i T-banan. Den engagerade guiden Lena Palmqvist gav nya insikter om konsten som ligger under oss. Se datum för nästa konstvisning sidan 15,

TEXT OCH FOTO: PETRA KASCELAN



En dag full av njutning!

Ett muntert gäng besökte den 12 oktober Älvsjömässan för att vara med på Chokladfestivalen som handlade om kvalité och njutning för bröd- och chokladälskare. Det var provsmakning och ögonnjutning av vackra skapelser av choklad. Det fanns också lakrits och annat gott att stoppa i munnen.

Biljetten gällde även Villamässan så där slank vi in efter lunch. Så mycket vackra saker att se på och där julsakerna och även en massa annat fanns med i montrarna.

TEXT OCH FOTO: YVONNE ANDERSSON

Restaurangbesök 1

Grillska Gymnasiet

Den 3 oktober testade vi en ny Restaurangskola, nämligen Grillska gymnasiet i Sundbyberg. Vi avnjöt en 3-rätters lunch där eleverna gjorde allt för att vi skulle trivas. Fin dukning med fina arrangemang. Detta var en liten restaurang, men trots det var den både trevlig och lättillgänglig.

YVONNE ANDERSSON

Restaurangbesök 2

Restaurangskolan Novisen

Vi var ett gäng finismakare som njöt av den goda maten och servicen på restaurangskolan Novisen med sina duktiga elever den 8 november. Allt var av så pass god standard att vi gärna rekommenderar ett besök!

YVONNE ANDERSSON

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 senast 30 januari 2018 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 senast 14 februari 2018 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 senast 15 februari 2018 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

Influensatider!

Gratis vaccination mot årets influensa för dig som tillhör en riskgrupp. Erbjudandet gäller 7 november 2017 till 28 februari 2018.

1177
VÄRDGUIDEN

 Stockholms läns landsting

Advokatbyrån Christer Wersäll AB

Ombud beträffande personskadeersättning.

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

Ledamot av Sveriges Advokatsamfund

Box 210, 147 01 Tumba

Tel: 08-528 006 55 / 560 349 30

Fax 08-560 349 40

E-post: christer@advokatbyranwersall.se

Kalendarium

Anmäl ditt deltagande genom att ringa eller skicka e-post till kansliet, telefon 08-545 622 60 eller e-post info@rtps.se
Adressen är RTP-S lokaler på Kavallerivägen 24, Rissne Torg i Sundbyberg om inget annat anges!

Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

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

Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera. Detaljer om aktiviteterna hittar du på sidorna 13-19.

2017

DECEMBER

Tisdag	5	Anmälan till Luciafirande i Södertälje
Torsdag	7	Studiebesök på Linds Ortopediska
Torsdag	7	Dialog Hjärnskadade
Lördag	9	Luciafirande i Södertälje
Tisdag	12	Dialog Kronisk smärta
Tisdag	12	Decemberfest i Norrtälje
Torsdag	14	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	19	Dialog Nackskadade

2018

JANUARI

Måndag	8	Träning Frösundavik: Vårterm. startar
Onsdag	10	Träning Frösundavik: Vårterm. startar
Tisdag	16	Yoga: Vårterminen startar
Torsdag	18	Anm. Kom och se Vikingaliv
Tisdag	23	Dialog Nackskadade
Tisdag	23	Kom och se Vikingaliv

FEBRUARI

Torsdag	1	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	6	Årsmöte StorStockholm
Torsdag	8	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	14	Konstvisning i tunnelbanan
Torsdag	15	Dialog Hjärnskadade
Fredag	16	Anmälan Liljevalchs Vårsalong 2018
Tisdag	20	Dialog Kronisk smärta
Torsdag	22	Kursstart Foto
Torsdag	22	Kursstart Måla akvarell
Torsdag	22	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	22	Årsmöte Norrtälje
Lördag	24	Årsmöte Södertälje
Onsdag	28	Dialog Polioskadade

MARS

Torsdag	1	Dialog Hjärnskadade
Måndag	6	Anm. Dagsresa till Wadköping och Kumla
Onsdag	7	Liljevalchs Vårsalong 2018
Torsdag	8	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	8	Årsmöte NV Storstockholm
Tisdag	13	Dialog Kronisk smärta
Torsdag	15	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	21	Dialog Polioskadade
Onsdag	21	Årsmöte Distriktet
Torsdag	22	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	29	Dialog Hjärnskadade

APRIL

Torsdag	5	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	12	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	17	Dialog Kronisk smärta
Torsdag	19	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	26	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	25	Dialog Polioskadade

MAJ

Torsdag	3	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	8	Dagsresa till Wadköping och Kumla
Tisdag	15	Dialog Kronisk smärta
Torsdag	17	Dialog Hjärnskadade
Onsdag	23	Dialog Polioskadade
Torsdag	24	Dialog Hjärnskadade
Torsdag	31	Dialog Hjärnskadade

JUNI

Torsdag	7	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	12	Dialog Kronisk smärta
Torsdag	14	Dialog Hjärnskadade
Tisdag	19	Yoga: Vårterminen avslutas
Onsdag	20	Dialog Polioskadade



teamolmed

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

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
Katharina Jansson	08-545 622 66	katharina.jansson@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

Norrälje lokalförening

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

Södertälje lokalförening

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

Du vet väl att Personskadeförbundet RTP-S finns på **Facebook** och på **Instagram**? Där 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!
www.facebook.com/PersonskadeforbundetRtpS



Nu har vi Swish!

Som medlem kan du nu 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

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 säker på att vara uppdaterad om vad som händer inom RTP-S rekommenderar vi att ni meddelar er mejladress till oss på info@rtps.se för att kunna få nyhetsbrev. Håll även utkik på hemsidan www.rtps.se och "gilla" gärna vår Facebook-sida "Personskadeförbundet RTP-S", där finns alltid det senaste nytt och eventuella förändringar!

RTP-S KANSLI

Här finns vi på RTP-S !



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

Hitta till oss:

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



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



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



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



Parkering, flera platser mittemot Kavallerivägen 24



Hiss 2 st i entrén

Välkomna!



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

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

B Posttidning

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

Retur till:

RTP-S, Kavallerivägen 24, 174 58 Sundbyberg



Framgångsrik rehabilitering i naturskön miljö

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



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

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

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



www.malargarden.se