



Nr 2  
2024

# RTP-S

## AKTUELLT

PERSONSKADEFÖRBUNDET  
RTP-S STOCKHOLMS LÄN

# RTP-S är nu en FaR certifierad aktör i länet

Sid 8-9

## Projekt ska förbättra livskvalitén

Sid 10-11

## Lång väntan för att få rampservice

Sid 18-19





## 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 Postpolio, neurologiska trafikskador, stroke, MS och Parkinsons sjukdom.

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



[www.malargarden.se](http://www.malargarden.se)

## Innehåll

|                                           |       |
|-------------------------------------------|-------|
| Aktiviteter.....                          | 4-7   |
| RTP-S är nu FaR certifierad.....          | 8-9   |
| Projekt ska förbättra livskvaliteten..... | 10-11 |
| Studie om postpoliopatienter.....         | 12-13 |
| Med skrott tränas motoriken.....          | 14-15 |
| Funktionsrättsbyrån ger råd och stöd..    | 16    |
| Dålig vård? Ring Patientnämnden.....      | 17    |
| Få hjälp med rampservice tar tid....      | 18-19 |
| Filmstjärna skadade nacken.....           | 20-21 |
| FN riktar kritik mot Sverige.....         | 22    |
| Bad gymnastik.....                        | 23    |
| Rapporter.....                            | 24-25 |
| Aktiviteter.....                          | 26-27 |
| Kåseri av Helle Andersson.....            | 28    |
| Styrelser och förtroendevalda.....        | 29    |
| Kalendarium.....                          | 30    |
| Kontakta oss.....                         | 31    |

RTP-S Aktuellt utges av:

Personskadeförbundet RTP-S,  
Stockholms län

Adress: Kavallerivägen 24

174 58 Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

E-post: info@rtps.se

www.rtps.se

Bankgiro: 134-6261

Swish: 1236783112

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare: Ann-Charlotte

Ånggård

Redaktör: Jonas Jönsson

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

Kontakt: Kansliet per telefon eller  
post till RTP-S, Redaktionen, adress  
enligt ovan. Nästa nummer utkommer:  
27 september 2024.

Manusstopp: 30 augusti 2024.

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: RTP-S är nu en FaR  
certifierad aktör och kan erbjuda gym  
och bassängträning via till exempel  
vårdcentralen för de som vill.

Foto: Pixabay

Bli medlem i RTP!

Enskild medlem 300 kr/år

Familjemedlemskap 360 kr/år

Plusgiro 48 62 02-5

PERSONSKADE  
FÖRBUNDET RTP



## För funktionsnedsatta är Sverige ingen Rättsstat.

Europakonventionen (EKMR) blev svensk lag 1995 och barnkonventionen 2020. Lagrådet ombads yttra sig innan konventionerna blev svensk lag.

Både i yttrandet av den 8 december 1993 och av den 6 september 2017 framförde lagrådet, att när Europadomstolen fattat ett avgörande, har konventionen fått ett konkret innehåll, som Sverige åtagit sig att följa.

Beträffande Funktionsrättskonventionen (CRPD) har Europadomstolen i målet Guberina v. Croatia fastslagit konventionens rättsliga ställning inom europarätten och statens skyldighet att fullgöra sina internationella åtaganden.

Dessutom har Europadomstolen i målet Sanofi Pasteur v. France klargjort hur förhands-avgöranden artikel 267 FEUF med dess motiveringsskyldighet relaterar till rätten om en rättvis rättegång.

Sverige har förbundit sig följa EU-domstolens förhandsavgöranden. Bland dessa finns det en hel rad rörande CRPD, vilken är integrerad i Unionens rättsordning sedan den 26 november 2009. Den senaste domen av den 7 december 2023 C-518/22 rör funktionsnedsattas självbestämmande, tillgång till rättslig prövning och förbudet mot diskriminering.

I frågan om Liljeholmsbadet och en rad andra mål nekas funktionsnedsatta tillgång till rättslig prövning - ett effektivt rättsmedel – och utsätts för en uppenbar diskriminering av myndigheter och domstolar. Man negligerar totalt Europadomstolens och EU-domstolens avgöranden. Kort sagt – funktionsnedsatta har inga rättigheter och utsätts för förnedrande behandling.

Sverige har nyligen granskats av FN:s funktionsrättskommitté. En svensk delegation var i Geneve i början av mars 2024. Jag citerar kommitténs vice ordförande Ms. Rosmary Kayess avslutande tal av den 12 mars 2024, vilket talar för sig själv och i vilket jag instämmer till fullo:

"On behalf of the Committee....."

Vi i Storstockholms lokalförening fortsätter kampen för våra rättigheter

Per-Gunnar Norlin, ordförande i Storstockholms lokalförening.



# Aktiviteter

Titta gärna på RTP-S hemsida – [www.rtps.se](http://www.rtps.se) – där det finns information om aktiviteter även utöver de som finns i tidningen.

## Samtalsträffar med boccia tillsammans med Hjärnskadade på RTP-S kansli

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna.

**Tid:** Måndagar klockan 12.30 – 14.30

**Datum:** 20, 27 maj. 3, 10, 17 juni. 2, 9, 16, 23, 30 september.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris: 20 kronor.

**Anmälan:** Senast torsdagen före mötet till RTP-S, kansli 08-545 622 60 eller [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se)

**Kontaktperson:** Christer Olsén 08-545 622 63 eller [christer.olsen@rtps.se](mailto:christer.olsen@rtps.se)

## Samtalsträffar med polioskadade äger rum på Personskadeförbundet RTP-S kansli

Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna.

Vi tar upp aktuella ämnen eller problem och delar med oss av erfarenheter och vår mångåriga kunskap av rehabilitering, hjälpmedel med mera.

**Tid:** 13.00-15.00

**Datum:** 5 juni, 11 september och 9 oktober.

Kaffe/te med bröd till självkostnadspris: 20 kronor.

**Anmälan:** Senaste måndagen före mötet till RTP-S kansli. 08-545 622 60 eller [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se)

**Kontakt:** [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se)

## Gymmet på Frösundavik är öppet för RTP-S medlemmar tre gånger i veckan

Glöm inte bort att gymmet på Rehab Station Stockholm i Frösundavik är öppet för RTP-S medlemmar. RTP-S erbjuder sina medlemmar att gå till gymmet på måndagar och onsdagar mellan klockan 17.30-19.30 samt på lördagar klockan 13.00-15.00. Det finns även en ledare på plats att fråga om hjälp.

## Slappna av med en skön och nyttig yoga- och meditationskurs på kansliet

Vill du lära dig att slappna av så är RTP-S yogakurs något för dig! Kursledare är Christer Olsén och han kommer att anordna en yoga- och meditationskurs i vår. Kursen sker varannan vecka på tisdagar. Det finns inget krav att man måste delta varje gång. Det är bara att anmäla sig och komma till RTP-S kansli. Kursen är utan kostnad.

**Datum:** 28 maj, 11 juni, 3, 17 September.

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

**Tid:** 13.00-14.00.

**Anmälan:** 08-545 622 63 el. e-mail: [christer.olsen@rtps.se](mailto: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](mailto:christer.olsen@rtps.se)  
eller RTP-S kansli:  
08-545 622 60 /  
[info@rtps.se](mailto:info@rtps.se)

## Inför hösten införs en friskvårdsavgift som inkluderar både bad och gym

Inför höstterminen höjs badavgiften från 320 kronor till 400 kronor. Dessutom kommer gymmet inte längre vara utan kostnad. Avgiften på 400 kronor, som kallas för en friskvårdsavgift, kommer inkludera gymmet i Frösundavik. För att fortsätta gå till gymmet kommer därför att kosta 400 kronor men då kan man också delta i bassängräning i varma bad. Sammanfattningsvis så kommer alltså friskvårdsavgiften (terminsavgiften) på 400 kronor inkludera både bad och gym. För mer information: [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se) eller 08-545 622 60.





## Händer i Södertälje

### Smärtläkaren Annika Hässler föreläser om olika smärttillstånd

RTP Södertälje lokalförening har bjudit in smärtläkaren Annika Hässler till en föreläsning om olika smärtor.

**Datum och tid:** Onsdagen den 22 maj, 2024, klockan 18.00-20.00.

**Plats:** Allaktivitetshuset Barrtorpsvägen 1 B Övre plan 151 48 Södertälje (Saltskog)

**Anmälan:** Om du är intresserad av föreläsningen hör av dig till Tom Erinder på Funktionsrätt Södertälje/Nykvarn 072-2180971.

Annars kan Du anmäla deltagandet hos Jan Jonsson: 070-2508403 eller Eva Molnar 070-4869513.

**Sista anmälningdag:** onsdagen den 15 maj.

Lätt förtäring finns för en kostnad på 20 kronor. Vi har bokat Allsalen en trappa upp.

Hjärtligt välkomna!

### Häng med till Linnéträdgården i Uppsala och till Lasse Åbergs museum i Bålsta

Nu är det dags att inbjudas till årets medlemsresa som går till Uppsala med ett besök på Linne Trädgården, och därefter går färden till Åbergs Museum i Bålsta. Vi reser med Kolmårdens buss och träffas cirka klockan 07.30 på Uthamnsvägen 2 (gamla Överskottbolaget) på den stora parkeringen. Prick 08.00 avgår bussen och resan går först till Uppsala. Vi är framme 9.30 vid Linne Trädgården, där tar vi en bussfika med en macka innan vi går in på området. Klockan 10.00-11.00 är det en guidad Trädgårdsvisning. Klockan 11.00-12.00 har vi ungefär en timme på oss att besöka butiken, orangeriet eller muséet. Muséet är inte handikappanpassat.

Klockan 12.00 avgår bussen för vidare färd till Bålsta och Åbergs Museum. Klockan 13.00 är det lunch på restaurangen vid muséet. Klockan 14.00 är det guidad visning i muséet och visningen tar cirka en timme. Klockan 15.30-16.00 börjar man nog bli klar vid muséet och bussen kan åka tillbaka till Södertälje. Cirka klockan 17.00 är vi tillbaka i Södertälje. Priset är baserat på minst 30 personer 1.060 kronor. Pris baserat på 25 personer 1.155 kronor.

**I priset ingår:** bussresa, bussfika, inträde trädgården, guidning, lunch, guidning museum.

Vill ni även komma in i muséet vid Linne trädgården som är en professorsbostad från 1700-talet kostar det 50 kronor extra men som sagt inte handikappanpassat.

**Datum för resan:** fredagen den 31 maj.

**Mötesplats:** Klockan 07.30 på Uthamnsvägen 2 (gamla Överskottbolaget) på den stora parkeringen där.

**Kostnad:** Pris för RTP medlemmar och medhjälpare 700:-

kr per person. Ej medlemmar 1.060:- (vid 30 pers) eller 1.155:- kronor vid (25 pers).

Anmälan är bindande och förskottinbetalat till plusgiro 576790-0.

**Sista anmälningdag:** måndagen den 20 maj och betalningen bör vara RTP tillhanda en vecka innan resan.

Glöm inte att ange ditt namn när du betalar in så kassören kan se vilka anmälda som betalat sin resa.

Ett önskemål från restaurangen är att alla väljer en maträtt bland några utvalda maträtter och det som finns att välja på är Wallenbergare med potatismos, stekt kycklingbröstfile tzatziki ugnsbakad tomat och klyftpotatis, ungstekt lax med vinsås och dillslungad potatis. Meddela eventuella allergier! Meddela om vilken rätt Ni väljer!

Bussen är handikappanpassad för rullstol, rullator.

Vi hoppas vädret blir soligt och varmt och alla är på strålande humör inför denna resa!

Hjärtligt välkomna önskar Personskadeförbundet RTP Södertälje lokalförening

Anmäl Er till Eva Molnar ordförande på 070-486 95 13, eller Janne Jonsson 070-250 84 03.



RTP Södertälje kommer att besöka Linnéträdgården i Uppsala

Foto: Wikipedia commons

# Aktiviteter

## Händer i StorStockholm

### Ta en härlig tur till Nynäshamn i vårsolen och njut av nyfångade räkor

Nu är det dags igen för den populära vårresan till Nynäshamn. Boka in den 22 maj. Då väntar nyfångade och välsmakande räkor på Nynäs rökeri. Det blir också en trevlig vårpromenad i Nynäshamns mysiga centrala delar. Personskadeförbundet RTP-S tidigare medarbetare Yvonne Andersson är reseledare.

**Datum och tid:** onsdagen den 22 maj klockan 11.00.

**Plats:** Fiskargränd 6 utanför Nynäs rökeri.

**Sista anmälningdag:** onsdagen den 15 maj.

**Anmälan:** info@rtps.se eller ring 08-545 622 60

**Arrangör:** Storstockholms lokalförening

### Häng med på en intressant och spännande utflykt till idylliska Långholmen!

Njut och koppla av på Långholmen i Stockholm. Oavsett om du kommer med rullator, rullstol, elmoppe eller om du promenerar så är alla välkomna.

”Vi äter lunch och en god glass på något trevligt ställe” säger Yvonne Andersson, tidigare medarbetare på RTP-S, som är aktivitetsledaren.

**Datum och tid:** torsdagen den 13 juni klockan 11.00.

**Mötesplats:** Vid Långholmsbron.

**Anmälan:** 08-545 622 60 eller mejl: info@rtps.se

**Sista anmälningdag:** onsdagen den 5 juni.

**Arrangör:** Storstockholms lokalförening.

### Har ni några förslag och idéer på aktiviteter?

Hör av dig om du har förslag på aktivitet/verksamhet som Storstockholms lokalförening kan anordna. Kontakt: info@rtps.se eller ring 08-545 622 60

## Händer i NV Storstockholm

### RTP Nordväst bjuder in till den populära och årliga grillkvällen i Märsta

Boka in den 13 juni i kalendern. Då väntar en härlig och njutbar grillkväll vid Vänortsringen i Märsta.

Arrangör är lokalföreningen RTP Nordväst och det blir en grillkväll med välsmakande hamburgare och supergoda korvar i glada vänners lag. Lage Eckeskog är grillmästare. Boka in detta nu!

**Datum och tid:** torsdagen den 13 juni, klockan 17.00.

**Plats:** Vänortsringens grillplats i Märsta.

**Anmälan:** hernan.raval@gmail.com

**Sista anmälningdag:** måndagen den 10 juni.

**Kostnad:** Att njuta av denna grillade välsmakande mat kostar ingenting.



På Långholmen ligger ett Långholmens spinnhus som öppnade redan på 1720-talet med intentionen att spärra in tiggare och prostituerade.

Foto: Wikipedia commons.



RTP Nordväst arrangerar en grillkväll vid Vänortsringen i Märsta. Det blir en kväll med goda hamburgare i glada vänners lag.

Foto: Privat.



## Händer i Norrtälje

### Utflykten till Ängsö med Jonas Nilssons handikappanpassade båt är fullbokad

RTP Norrtälje anordnar en härlig rundtur i skärgården inklusive en god lunch. Resan sker i två grupper med Jonas Nilssons handikappanpassade båt. Båda grupperna äter därefter lunch tillsammans på Ängsö.

**Datum och tid:** tisdagen den 28 maj.

**Mötesplats:** Oscars brygga.

**Kostnad:** Självkostnadspris.

Resan är redan fullbokad.

### Nu väntar en trevlig badavslutning i Rolfs paviljong vid Oscars brygga

RTP Norrtälje planerar traditionsenligt att arrangera en badavslutning. Avslutningsfesten kommer pågå mellan cirka 12.00-16.00.

**Transport:** Samåkning.

**Kostnad:** Självkostnadspris.

**Datum:** Är inte bestämt. Information kommer senare.

### Häng med till Hammartorps trädgårdar och njut av pioner och gott kaffe

Är du intresserad av vackra pioner så är detta någonting för dig! RTP Norrtälje planerar att besöka Hammartorps trädgårdar utanför Norrtälje för att titta på vackra pioner och dricka kaffe.

**Datum och tid:** måndagen den 17 juni, klockan 15.00.

**Mötesplats:** Vid Hammartorps trädgårdar.

**Transport:** Samåkning för de som behöver.

**Kostnad:** Självkostnadspris.

**Anmälan:** nannpalmgren@hotmail.com eller 070-743 24 73

**Sista anmälningdag:** måndagen den 10 juni.

### Badterminen i Norrtälje kommande höst startar troligen under vecka 34

Badterminen för badarna i lokalföreningen RTP Norrtälje drar förmodligen i gång under vecka 34. Det är i nuläget oklart vilket datum. Alla som badar får information i badet.

När datumet spikas kommer informationen också publiceras på RTP-S hemsida.

### Hör av er till RTP Norrtälje om ni har några förslag och idéer på aktiviteter?

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

**Kontakt:** nannpalmgren@hotmail.com eller 070-743 24 73.

## Händer på RTP-S kansli

### Arbetssterapeuten Carin Bergfeldt föreläser om hjälpmedel som kan användas i vardagen

Personskadeförbundet RTP-S anordnar en spännande medlemsträff med leg. arbetsterapeut Carin Bergfeldt från Aleris Rehab station. Carin ska föreläsa om vardagshjälpmedel som kan komma till användning till exempel i köket och för den personliga hygien.

**Datum och tid:** torsdagen den 13 juni, klockan 13.30-15.00.

**Plats:** RTP-S kansli, Kavallerivägen 24, Rissne.

**Anmälan:** info@rtps.se eller ring 08-545 622 60

**Sista anmälningdag:** måndagen den 10 juni.

Ingen kostnad.

### Fysioterapeuten Malin Sallstedt föreläser om livsfilosofi i rehabiliteringen

När vi människor drabbas av allvarlig sjukdom eller skada hamnar vi i en ny livssituation. Det kan väcka existentiella tankar om livet. Frågor om mening, frihet, identitet, värden, liv och död väcks. Det är frågor som Malin Sallstedt, leg fysioterapeut på Aleris Rehab Station, ska föreläsa om på RTP-S kansli. Malin jobbar med behandling och träning på Aleris Rehab Station Stockholm men hon har också enskilda livsfilosofiska samtal och håller i föreläsningar och filosofiska caféer. Det finns möjligheter att ställa frågor till Malin efter föreläsningen.

Det bjuds på kaffe.

**Datum och tid:** torsdagen den 29 augusti, klockan 13.30-cirka 15.00.

**Plats:** RTP-S kansli på Kavallerivägen 24 i Rissne.

**Anmälan:** info@rtps.se eller ring 08-545 622 60

**Sista anmälningdag:** måndagen den 26 augusti.

Ingen kostnad.



Resa med Jonas Nilssons båt till Ängsö är populärt. Tyvärr är resan till Ängsö i år redan fullbokad.

Foto: Marie Kärln

# RTP-S är nu en FaR

**RTP-S kommer nu få mer uppmärksamhet i Stockholm. Som FaR certifierad arrangör kommer vårdcentraler, närsjukhus och rehab mottagningar få mer kunskap om RTP-S. Som i sin tur kan leda till fler medlemmar.**

Nu kan du som behöver stöd för att komma i gång med fysiska aktiviteter få fysisk aktivitet på recept, som förkortas FaR (Fysisk aktivitet på recept). Det innebär att du med hjälp av din vårdkontakt kan få stöd att hitta en fysisk aktivitet för ditt välmående, som är anpassade till dina behov och önskemål. Sedan början av 2024 är Personskadeförbundet RTP-S FaR certifierad vilket innebär att RTP-S kan ta emot personer som har ordinerats fysisk aktivitet på recept (FaR).

– RTP-S kommer nu synas mer i olika kanaler. De som skriver recepten kommer successivt få kunskap om RTP-S målgrupper och de har möjlighet att sprida RTP-S budskap och vad RTP-S kan erbjuda. All legitimerad personal på vårdcentraler, hälsoinrättningar, närsjukhus och rehab mottagningar kan skriva ut fysisk aktivitet på recept, säger Ingbritt Ekman, samordnare och utbildare för Stockholms FaR-ledarnätverk på Akademiskt Primärvårdscentrum.

I och med certifieringen kommer RTP-S också få större möjligheter att locka medlemmar till föreningen.

– Absolut. RTP-S kommer att synas mer och det ökar möjligheterna att fler får kunskap om RTP-S och som i sin tur leder till fler medlemmar. Men samtidigt är detta ett långsiktigt arbete. Och syftet är framför allt att individer ska röra på sig och må bättre, säger Ingbritt Ekman.

Det finns inga speciella krav på att man måste ha otillräcklig fysisk kondition för att erbjudas rådgivande samtal och få skriftlig ordination av fysisk



I början av 2024 blev RTP-S en certifierad FaR förening, vilket möjliggör att RTP-S nu kan ta emot personer som har ordinerats fysisk aktivitet på recept.

Foto: Pexels.com

aktivitet på recept, FaR.

– Det är en bred målgrupp som får FaR. Det räcker med att man känner sig hängig och har sämre värden vid en hälsokontroll när man uppsöker en vårdcentral. Alla kan få hjälp med

att komma i gång att träna. Alla är välkomna från sex år och uppåt, säger hon.

Region Stockholm betonar att fysisk aktivitet är effektivt både som förebyggande och behandlande åtgärd



# certifierad förening

vid en mängd olika sjukdomstillstånd. Fysisk aktivitet kan ersätta eller komplettera läkemedel för att inte belasta sjukvården i onödan. Målet är en ökad folkhälsa, och samtidigt kan möjligheten att dra ner på sjukvårdskostnaderna öka.

– Det primära är att människor ska må bättre. Men visst, sjukvården innebär en stor kostnad för Regionen. Så det är också en faktor att minska på belastningen på sjukvården, säger Ingbritt Ekman.

**FaR har funnits i Region Stockholm sedan 2005. Har ni kunnat se effekterna av FaR?**

– Ja, vårdpersonalen har nu mer kännedom om FaR och de kan nu ordina FaR till personer som behöver det. Vi växer och allt fler patientföreningar som till exempel RTP-S blir certifierade. Vi blir större och större och jag vill tro att det har gett effekter på individnivå, säger hon. Att få FaR utskrivet av en läkare ska jämföras med att få medicin utskrivet av en läkare.

– Det är individens ansvar att köpa ut medicin på apoteket precis som att individen ska ta ansvar för att följa

förskrivningen med fysisk aktivitet på recept, säger Ingbritt Ekman.

**Hur kommer RTP-S nya roll att märkas?**

– Certifieringen kommer att leda till att fler kommer att känna till RTP-S. När en person uppsöker till exempel en läkare eller sjukgymnast så kommer vårdpersonalen känna till FaR. Det blir ett naturligt alternativ. RTP-S kommer att kunna ta emot personer i sin målgrupp och erbjuda bad och gym, säger hon.

**Det är bara fördelar med FaR?**

– Ja, det finns inga nackdelar. Man får möjligheten att ta ansvar för sin egen hälsa och det är ju jättebra, säger Ingbritt Ekman.

Lotta Änggård, distriktsordförande för Personskadeförbundet RTP-S, tycker att certifieringen är bra för föreningens framtid.

– Vi är glada och stolta över att ha blivit FaR-certifierade. Förhoppningsvis kan detta leda till att vi kan locka fler medlemmar till RTP-S. Tala med oss på kansliet om du vill veta mer eller redan har en remiss, säger hon.

Text: Jonas Jönsson

## Fakta/ FaR och hur söker man FaR

FaR betyder Fysisk aktivitet på recept. Du kan få FaR av legitimerad personal inom hälso- och sjukvården. Det kan till exempel vara en fysioterapeut, läkare, sjuksköterska, psykolog, dietist, arbetsterapeut, tandläkare eller barnmorska.

Aktiviteterna leds av arrangörer som är FaR-certifierade av Region Stockholm. Alla dessa har särskilda erbjudanden för personer som har ett FaR. Flera av aktiviteterna kan du genomföra på egen hand och innebär ingen direkt kostnad för dig.

Du väljer vilken typ av fysisk aktivitet som passar ditt hälsotillstånd och dina förutsättningar i samråd med din FaR-ansvariga vårdkontakt.

**Källa:** 1177.se



På Frösundavik finns ett toppmodernt gym som RTP-S kan erbjuda till dem som har ordinerats fysisk aktivitet på recept.



Personskadeförbundet RTP-S erbjuder också varma bad vid tio olika bassänger runt om i Stockholm.



Ingbritt Ekman, samordnare och utbildare för Stockholms FaR-ledarnätverk på Akademiskt Primärvårdscentrum.

Foto: Jonas Jönsson



# Projekt ska bidra till förbät

**Syftet med projektet Hjärna Må Bra är att underlätta livet för personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga. Ett par webbutbildningar och nya delar på hemsidan är redan gjorda. Projektet går nu in på sitt tredje och sista år och då med fokus på informations-spridning och goda levnadsvanor.**

Det treåriga arvsfondsprojektet Hjärna Må Bra drog i gång våren 2022 med syftet att främja fysisk och psykisk hälsa hos personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga. Projektledaren Tove Björkheden och koordinator Rasmus Bergman har trots att det är ett år kvar hunnit genomföra flertalet av projektets planerade innehåll. De har skapat en helt ny sektion på nätverket Hjärna Tillsammans hemsida som heter "För anhöriga", som sätter fokus på hur anhöriga kan få hjälp och stöd. Att drabbas av en förvärvad hjärnskada kan medföra stora förändringar i livet och så även för anhöriga.

– Det är många som ringer till oss och vi har redan fått mycket positiv respons. Anhöriga har många frågor och denna information är efterlängtat, säger Tove Björkheden.

**Två webbutbildningar** med intressanta och matnyttiga fakta, intervjuer och filmer finns nu på HjärnaTillsammans lärplattform. Den ena heter "Kommunikationsstöd" och vänder sig främst till personer som möter människor med nedsatt kommunikationsförmåga efter exempelvis en stroke eller olycka. Utbildningen ger tips på hur man med enkla medel kan göra förändringar som underlättar kommunikationen. Den andra webbutbildningen "Rehabiliterande förhållningssätt" vänder sig till de som i olika sammanhang möter personer med dolda funktionsnedsättningar ef-



Projektledaren Tove Björkheden och koordinator Rasmus Bergman har under två års tid jobbat med arvsfondsprojektet att främja fysisk och psykisk hälsa hos personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga.

ter en förvärvad hjärnskada.

– Vi märker tydligt att besöksantalet på vår hemsida har ökat. Det är

fler och fler som hittar till Hjärna Tillsammans hemsida. Och det är fler och fler som registrerar sig för att använda



# trad hälsa och livskvalitet



Foto: Jonas Jönsson

## Fakta/Hjärna Tillsammans och Hjärna må bra

Hjärna Tillsammans är ett nätverk av 19 olika aktörer (RTP-S är en av aktörerna) som samverkar mot ett gemensamt mål som innebär att stärka stödet och rehabiliteringen för personer med en förvärvad hjärnskada. Varje år drabbas runt 70 000 personer i Sverige av en förvärvad hjärnskada, de flesta efter en stroke.

Projektet Hjärna Må Bra, som handlar om att främja fysisk och psykisk hälsa hos personer med förvärvad hjärnskada och deras anhöriga, startade under våren 2022 och avslutas under våren 2025. Projektet är finansierat av Allmänna Arvsfonden (4 miljoner kronor). All informationen och alla webbutbildningarna som skapats under projektiden finns på HjärnaTillsammans hemsida och lärplattform och är gratis att använda.

För mer information om Hjärna må bra: <https://hjarnatillsammans.se/vi-gor/hjar-na-ma-bra/>

att hemsidan hade 38 000 unika besökare under projektår 3.

En viktig ingrediens i projektet är att samla kunskap både från professionen inom vården och de som har egen erfarenhet av förvärvad hjärnskada. Detta ger en bra blandning för att utbyta idéer och kunskap.

– I nätverket Hjärna Tillsammans finns 19 olika aktörer och vi jobbar alla tillsammans mot det gemensamma målet. Vi samverkar och använder varandras kunskaper inom projektet, säger Tove Björkheden.

– Det är viktigt att få med hela spannet. Vi behöver fakta från professionen, men även kunskap från dem som har egen förvärvad hjärnskada. Vi sitter på en bred kunskap, säger Rasmus Bergman.

Nästa steg i projektet är att fokusera på goda levnadsvanor och hur man kan må bra i det långa loppet. Under våren 2025 avslutas projektet Hjärna må bra.

– Nätverket kommer att fortsätta att existera och hemsidan kommer

förhoppningsvis att hållas levande. Vi ska även göra en ny projektansökan, så får vi se vad det leder till, säger Tove Björkheden.

– Jag är stolt över det vi har åstadkommit så

här långt. Vi når ut till allt fler som är berörda. Och vi gör nytta för vi gör detta för de som har drabbats av en förvärvad hjärnskada, säger Rasmus Bergman.

”Vi märker tydligt att besöksantalet på vår hemsida har ökat”

våra webbutbildningar, som är gratis och öppna för alla. Det känns jättekul, säger Rasmus Bergman och framhåller

Text: Jonas Jönsson

# Har rehabilitering förändrat aktivitet oc

**Många som drabbats av postpolio förväntar sig att rehabiliteringen ska innehålla träningsformer som vattengymnastik och gym. Men eftersom de allra flesta med postpolio också upplever förändringar i det dagliga livet så behöver också rehabiliteringen innehålla moment för att underlätta hur man klarar av de vardagliga göromålen. En studie från Lund har specifikt utvärderat hur aktivitet och delaktighet förändrats efter en rehabiliteringsperiod. Deltagarna har erbjudits en långtidsuppföljning 10-15 år efter att de erhöll sammanhållen rehabilitering.**

Personer som drabbats av polio får oftast symptom som led- och muskelsvaghet, smärta, trötthet, och gångsvårigheter. Symptomen förnyas eller förvärras när denna patientgrupp blir äldre och kallas då postpolio. Personer med postpolio kan då också behöva hjälp med råd och stöd för att kunna utföra och vara delaktig i aktiviteter i vardagen. Det kan handla om att man behöver prioritera annorlunda mellan olika aktiviteter om man har en begränsad mängd energi eller att lära sig andra sätt att utföra sina aktiviteter på för att spara på krafterna.

I början av 2000-talet startade ett särskilt rehabiliteringsteam sitt arbete med personer som drabbats av postpolio. Under årens lopp har man gjort mycket forskning för denna grupp.

– Trots att det är en relativt liten



Eva Månsson Lexell.

Foto: Lunds universitet

grupp så finns det en del forskning kring postpolio och rehabilitering men då med fokus på fysisk träning som bassängträning och gym. Men vi har mer inriktat oss på hur personer med postpolio klarar av sin vardag och klarar av att göra aktiviteter. Vi tittar på om personernas aktivitetsförmåga förändrades efter den sammanhängande rehabiliteringsperioden och vilken nytta de haft av rehabiliteringen över tid. Hur upplever de sina vardagliga aktiviteter och om kan de leva som de gjorde tidigare i livet, säger Eva Månsson Lexell, docent, leg. arbetsterapeut och universitetslektor.

Inför undersökningen gjordes en "registerstudie" för att samla in data som tidigare samlats in när personerna genomgick sammanhängande rehabilitering. Då fick forskarna fram data från 102 personer med postpolio. Av dem är det 40 som kunnat och velat delta i en ny datainsamling, en långtidsuppföljning.

– Vi har följt denna grupp och studerat hur de har kunnat delta i aktiviteter efter rehabiliteringen. Hur ser det ut idag? Vad klarar de och vad klarar de inte av för aktiviteter, säger Nilla Andersson, med. dr, leg. arbetsterapeut och arbetar som postdoktor och projektetansvarig för studiens datainsamling.

– Dessutom har vi tittat på hur deras balans i livet ser ut. Om det finns en balans mellan sådana aktiviteter de måste göra och sådana aktiviteter de tycker är roliga och som de vill kunna göra tillsammans med andra. Vi har också observerat personerna i deras hem



Nilla Andersson.

Foto: Lunds universitet

och bett dem utföra aktiviteter i hemmet, säger Eva Månsson Lexell.

Studien ska ge en förståelse för i vilken mån rehabiliteringen bidragit till en förbättrad aktivitet och delaktighet och om nya rehabiliteringsbehov uppstått. Och vilka förändringar i vardagslivet som bör ske för att klara av vardagsgöromålen på bästa sätt.

– Det handlar om att göra förändringar i livet. Genom att utföra sina vardagsgöromål på rätt sätt och prioritera, så kan man spara på sin energi. Det är lika viktigt som att fysiskt träna. Vår rehabilitering handlar om att göra en livsstilsförändring, tillägger Eva Månsson Lexell.

Resultatet av studien kommer att publiceras i slutet av 2024 eller i början av 2025.

– Vi hoppas att den insamlade kunskapen ska spridas ut till primärvården så att patienterna får rätt hjälp efter sina behov, säger Eva Månsson Lexell.

Text: Jonas Jönsson

### Fakta/projekt

"Aktivitet och delaktighet hos personer med postpolio, en långtidsuppföljning av sammanhängande rehabilitering"

De som står bakom studien är: Eva Månsson Lexell, (Forskare) Katja Appelin, (Forskarstuderande), Jan Lexell, (Forskare) Lena-Karin Erlandsson, (Forskare) Nilla Andersson, (Forskare).

Läs mer om studien: <https://content.iospress.com/articles/neuro-rehabilitation/nre230219>



# h delaktighet hos postpoliopatenter?



En studie pågår i Lund som inriktar sig på "hur personer med postpolio klarar av sin vardag och klarar av att göra aktiviteter. Vi tittar på om personernas aktivitetsförmåga förändrades efter den sammanhängande rehabiliteringsperioden och vilken nytta de haft av rehabiliteringen över tid".

Foto: Jonas Jönsson



# Med mycket skratt träna

**Klättra i berg, gå på lina, simma under vatten och spela spel på en stor surfplatta. Ja, så ser en del av rehabiliteringsarbetet ut på Rehabiliteringsmedicinska universitetskliniken på Danderyds sjukhus för patienter med kognitiv funktionsnedsättning efter förvärvad hjärnskada. Tekniken är rolig att använda men bakom varje rörelse och sinnesintryck finns en seriös tanke.**

I ett rum som heter CogTech, på Rehabiliteringsmedicinska universitetskliniken på Danderyds sjukhus, används en innovativ teknik för att hjälpa patienter med kognitiv funktionsnedsättning efter förvärvad hjärnskada. Och det är en träningsform som lockar till mycket fnitter och glada tillrop.

– Det ska vara roligt med mycket skratt men det är en mycket seriös del av rehabiliteringen. Vi följer den individuella rehabiliteringsplanen, precis som resten av teamet, säger Birgitta Johansson, legitimerad arbetsterapeut på Danderyds sjukhus och som ensam leder arbetet.

De plattformar som används i rehabiliteringen är VR-glasögon som får patienten att till exempel uppleva lugna skogspromenader, simma under vatten eller klättra i berg.

En annan teknik är HoloLens glasögon som är smarta glasögon där man projicerar hologram i själva rehabiliteringsrummet som man sedan interagerar med. Och slutligen finns en enormt stor surfplatta som har tillgång till samtliga appar som finns till Android.

– Fördelarna med denna teknik är att man lätt kan anpassa tekniken till varje individ. Det kan vara lugnt och det kan vara intensivt. Eftersom tekniken upplevs som rolig så orkar patienten hålla på längre med sin träning.



Birgitta Johansson jobbade med datorer redan på 80-talet och utbildade sig sedan till arbetsterapeut. Dessutom i bagaget så passar hon som handen i handsken på CogTech. På bilden använder hon en stor surfpl-

Det går att ha en högre intensitet om det är roligt, säger hon.

Det patienten bland annat tränar

på är balans, motorik, rumslig uppfattning och rörlighet. Vissa patienter som kommer till CogTech har smärta,



# s kognition och motorik



utom har hon sedan många år tillbaka varit intresserad av dataspel och gaming. Med denna kombination i rehabiliteringsarbetet.

en del kan ha rörelserädsla och har svårt att röra sig utanför sin komfortzon.

– Det är många saker som man kan träna samtidigt. Med glädje och skratt kan man övervinna sina rädslor utan

att man tänker på det, säger Birgitta Johansson.

– Hjärnan och själen hör ihop. Att få må bra ibland är viktigt. Bra hormoner i sig läker inte patientens problem, men jag är övertygad om att skratt och få ”må bra hormoner” gör att man orkar med rehabiliteringen bättre, tillägger hon.

Enligt Birgitta Johansson finns det för lite forskning på om det sker en snabbare förbättring hos patienterna med denna teknik. Men eftersom man kan höja intensiteten i träningen så kan det vara så. Och den forskning som finns visar goda resultat

– Denna träning är ett komplement till annan träning. Det handlar inte om att bli bra på att spela spel utan det handlar om att bli så bra att man till exempel kan gå över vägen till den andra sidan utan att bli överkörd eller sitta och hjälpa sitt barn med matte-läxan, säger hon.

CogTech har existerat i fyra år och den enda nackdelen med tekniken är att tekniken kan strula. Det krävs uppdateringar och internet kan kopplas ned, men fördelarna har överglänsat nackdelarna.

Patienter har fått delta i en enkät om den nya tekniken i rehabiliteringsarbetet och responsen blev exceptionellt bra.

– CogTech har bara fått superpositiva omdömen. Nöjdhetsnivån har varit på högsta nivå, säger Birgitta Johansson.

För de som skulle vilja prova denna rehabilitering så krävs det att man är inskriven på slutenvården eller dagvården kopplad till hjärnskaderehabiliteringen på Rehabiliteringsmedicinska universitetskliniken.

Foto: Jonas Jönsson

Text: Jonas Jönsson

# Funktionsrättsbyrån ger råd och stöd till personer med funktionsnedsättning

**Sedan 2022 erbjuder Funktionsrättsbyrån stöd och juridisk rådgivning för att personer med funktionsnedsättning ska kunna hävda sina rättigheter. All information som samlas in ska sedan användas i påverkansarbetet om vilka brister som finns i samhället.**

**Tanken är också att Funktionsrättsbyrån ska bli en egen ideell och självständig förening.**

För många personer med funktionsnedsättning är det svårt och besvärligt att hävda sin rätt i samhället. Det uppkommer ofta problem och det är svårt att ge sig i kast med juridiska bekymmer.

Sedan 2021 har Funktionsrättsbyrån, som är ett treårigt nationellt projekt, haft syftet att ge stöd och rådgivning för att personer med funktionsnedsättning ska kunna hävda sina rättigheter. Målgruppen är vuxna personer med funktionsnedsättning och deras anhöriga.

– Det finns en stor efterfrågan och ett stort behov av att kunna få hjälp. Vi märker att trycket är högt. Vi har nu efter två år tagit emot 600 ärenden och det är dubbelt så många som vi hade räknat med. Vi skulle kunna ha en mer omfattande verksamhet för att kunna bemöta det stora behovet, säger Pia Emanuelsson, projektledare för Funktionsrättsbyrån.

Det är en stor mångfald av personer med funktionsnedsättning som behöver hjälp. Och det går bra att söka kontakt anonymt. På Funktionsrättsbyrån jobbar förutom Pia Emanuelsson en jurist, en socionom och en kommunikatör.

– Vi ska vara behjälpliga och ge råd men vi följer inte upp ärendena. I vissa fall återkopplar personen som har hört av sig och oftast är de positiva till

det stöd de fått, säger hon.

Alla ärenden rensas på personuppgifter men däremot systematiseras alla ärenden i en "rättighetsdatabas" för att framöver kunna användas i påverkansarbete.

– Med hjälp av detta statistiska verktyg samlar vi systematiskt de radsökandes erfarenheter av problem med att få tillgång till sina rättigheter. Då kan vi visa vilka samhällsproblem som bör åtgärdas och vilka politiska förändringar som krävs, säger Pia Emanuelsson.

De vanligaste frågorna handlar om rättighetsperspektivet, att myndigheter inte tar ansvar för att skydda mänskliga rättigheter och har ett dåligt bemötande. Andra vanliga frågor berör ekonomisk utsatthet och bristande tillgänglighet i samhället.

Projektet avslutas i september 2024, men Pia Emanuelsson har ambitionen att verksamheten ska fortsätta. Tanken är att Funktionsrättsbyrån ska bli en egen ideell och självständig

förening och separerad från Funktionsrätt Sverige.

– Vi är väldigt stolta över vad vi har åstadkommit. Vi ser att behovet är stort och är mycket större än vad vi kan tillgodose. Vi har nu lagt grunden till en fortsättning. Vi får analysera vad som har funkat bra och vad som har funkat mindre bra, säger hon.

Pia Emanuelsson uppmanar personer med funktionsnedsättning och anhöriga till personer med funktionsnedsättning att höra av sig om de behöver råd och stöd.

– Vi kan hjälpa till med vilka rättigheter som vi har rätt till. Det som står i Funktionsrättskonventionen ska gälla för alla och en var även om det inte ser ut så i verkligheten. Känner man till vad som står i konventionen så är det lättare att föra sin talan, säger Pia Emanuelsson.

Text: Jonas Jönsson



Pia Emanuelsson jobbar som projektledare för Funktionsrättsbyrån.

Foto: Jonas Jönsson

### Funktionsrättsbyrån/Fakta

Är ett treårigt projekt som drog i gång på hösten 2021, men själva rådgivningen öppnade i januari 2022. Projektet avslutas i september 2024. Erbjuder rådgivning om rättigheter och ger information om hur radsökande kan kräva sin rätt. Funktionsrättsbyrån utgår från Funktionsrättskonventionen.

Rådgivningen kan handla om att informera om rättigheter, stötta och förstå beslut från myndigheter, hänvisa till andra som kan ge mer hjälp och ge rådgivning till anhöriga. Är en del av Funktionsrätt Sverige och finansieras av Allmänna Arvsfonden.

**Kontakt:** Telefon: 010-898 50 90 Telefotid på helgfria onsdagar klockan 9–11.

**Hemsida:** <https://funktionsrattsbyran.se/>



# Vänd dig till patientnämnden om du inte är nöjd med vården

**Till patientnämnden kan du vända dig om du inte är nöjd med den vård eller det bemötande som du har fått. Nämnden är en fristående och opartisk instans som fungerar som en länk mellan dig och vårdgivaren.**

Kom ihåg att du kan lämna synpunkter eller klaga till patientnämnden om du inte är nöjd med den vård du har fått eller tycker att det har skett något felaktigt. Dina synpunkter kan till exempel handla om behandling, bemötande, tillgänglighet eller kommunikationen med vården. Du kan också komma med förslag på hur vården

kan bli bättre eller berätta om du är särskilt nöjd med något.

Patientnämnden ser till att du får svar på dina klagomål eller synpunkter. Vanligtvis ska du ha fått ditt svar inom fyra-fem veckor oavsett om du

vänder dig direkt till vårdmottagningen eller till patientnämnden. Patientnämnden ska enligt lag finnas i alla regioner. Patientnämnden har även i uppdrag att utse stödpersoner.

Text: Region Stockholm/Jonas Jönsson

## Fakta/Lämna klagomål och synpunkter

Inloggad i 1177.se e-tjänster kan du fylla i ett kontaktformulär till patientnämnden.

Växelns öppettider: Måndag-torsdag kl. 09.00-12.00. Telefon: 08-123 467 00

Det finns möjlighet att ringa anonymt om du har frågor.

E-post: [registrator.pan@regionstockholm.se](mailto:registrator.pan@regionstockholm.se)

E-post fungerar endast som kontaktmöjlighet. Vi behöver alltid en formell anmälan via 1177.se eller ifylld blankett. Om du skickar e-post, lämna ett telefonnummer där vi kan nå dig, samt vilken vårdgivare det gäller, så kommer någon av våra handläggare att höra av sig till dig. Skicka inte konfidentiella uppgifter via e-post. Av säkerhetsskäl har vi en begränsning i att öppna bilagda filer.

Antal ärenden hos Patientnämnden år 2023: 7 885 ärenden

Källa: Region Stockholm/1177.se

## Vårt mål – ett rörligare liv för dig!

Hos TeamOlmed förstår vi att alla är unika. Vi strävar efter att skapa hjälpmedel som passar just dig, oavsett om det handlar om ökad rörlighet, bekvämlighet eller funktion.

Vårt sortiment av högkvalitativa ortopedtekniska hjälpmedel, från skor och inlägg till ortoser och proteser, är noggrant utvalt för att ge dig bästa möjliga stöd och funktion.

Har du en protes? Vi arbetar med DS-metoden, vilket innebär att protesen gjuts direkt mot din stump. Detta gör att du kan provgå med din protes efter bara några timmar.

Med sex kliniker i Stockholm och avtal med regionen kan vi säkerställa att våra tjänster är tillgängliga för dig när du behöver dem som mest.



[www.teamolmed.se](http://www.teamolmed.se)



PÅ UPPDRAG AV  
REGION STOCKHOLM

# I 40 minuter tvingade med elrullstol att vän

**Åka spontant på pendeltågen är inte enkelt för personer med funktionsnedsättning. När RTP-S tillsammans med andra funktisföreningar bjöd in trafikborgarrådet Anton Fendert (MP) för att själv bevittna hur pendeltågens rampservice fungerar uppstod problem. Jaan Kaur och Patrick Englund, båda med elmoppar, tvingades vänta i 40 minuter för att få hjälp med en ramp mellan perrong och tåg.**

I slutet av april bjöd RH-gruppen, Rörelsehinderföreningarna i samverkan, som består av Personskadeförbundet RTP-S, DHR, Neuro, Reumatikerdistriktet och RBU in trafikborgarrådet Anton Fendert (MP) för ett så kallat "stresstest". Tanken var att visa vilka problem som kan uppstå när personer med funktionsnedsättning ska åka spontant med rullstol eller elrullstol på pendeltågen.

Vid Spånga pendeltågsstation tillfrågades spärrvakten om hjälp för att lägga ut en ramp mellan perrong och tåg. Det tog 40 minuter innan personal från SL:s kundservice kom till platsen.

– Ja, det är så här det kan se ut, säger Jaan Kaur, tidigare ordförande för DHR:s Stockholmsdistrikt, som tar sig fram med en elrullstol.

– Har man bråttom så blir det problem, säger Patrick Englund, medlem i DHR, som också använder en elrullstol.

Anton Fendert (MP) påpekade att detta tog alldeles för lång tid.

– Det är helt oacceptabelt. Det ska inte ta så här lång tid. Det är nu noterat, säger han.

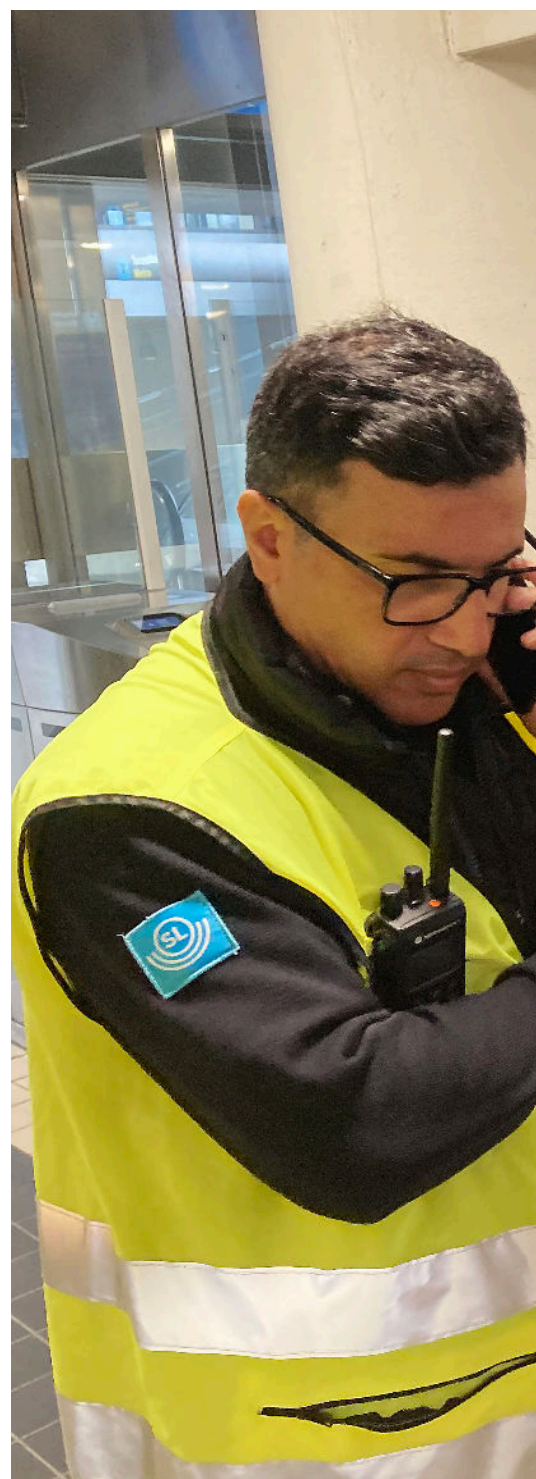
Vid vissa mindre pendelstationer ska spärrvakten omedelbart hjälpa till med att lägga ut en ramp mellan perrong och pendeltåg. Men på de större stationerna måste spärrvakten ringa in hjälp. Det står inte i något regelverk men enligt en kundvård som RTP-S pratat med ska det ta cirka 15 minuter för att få hjälp från SL:s rampservice.

Bakgrunden till "stresstestet" är Region Stockholms beslut att ta bort tågvärdarna från pendeltågen. Beslutet har gjort det svårare för personer med funktionsnedsättning, som tidigare har kunnat resa tryggt med hjälp av tågvärdarna. Efter att tågvärdarna tagits bort måste den som behöver en rullstolsramp i stället boka in rampservice, eller om det är en spontanresa be spärrvakten om hjälp. För att sedan vänta in en person som kommer till stationen och lägger ut en ramp.

– Jag åker alltid spontant. Det har hänt flera gånger att jag har fått vänta väldigt länge, säger Jaan Kaur.

Vid Älvsjö pendelstation gjordes samma förfrågan om rampservice. Denna gång tog det bara nio minuter innan SL:s personal kom till undsättning. Enligt Anton Fendert (MP) har nöjdhetsgraden bland resenärerna ökat i och med att SJ tog över driften efter MTR i början av mars. En enkät visar dock att bara cirka 60 procent är nöjda med pendeltågstrafiken.

– Den är fortfarande för låg. Men det kommer att bli bättre, säger Anton Fendert (MP).



När Jaan Kaur (i mitten på bilden) och Patrick Englund kom till platsen. "Det är helt oacceptabelt" säger Anton Fendert.

Text: Jonas Jönsson



# SL:s funktionsnedsatta ta på rampservice



(längst till höger) bad spärrvakten om hjälp att få rampservice tog det tid innan hjälpen kom. Vid Spånga pendelstation tog det 40 minuter innan SL:s person Fendert (MP), ståendes till höger på bilden, som var inbjuden av RH-gruppen för att få ta del av vilka problem som kan uppstå på pendeltågen.

Foto: Jonas Jönsson

# Dirty Dancing stjärnan drabba



Den berömda dansscenen ur filmen Dirty Dancing. Jennifer Grey lyfts upp av Patrick Swayze. Men när filmen har premiär är Jennifer Grey i djup sorg med stora fysiska smärtor efter en bilolycka på Irland.

Foto: Wikipedia commons

**Jennifer Grey spelar den så älskade rollen som "Baby" i filmen Dirty Dancing. Filmen blir en enorm succé men det få vet är hon precis drabbats av en svår whiplashskada när filmen har premiär.**

Bara några veckor innan filmen Dirty Dancing ska ha premiär åker Jenny Grey, tillsammans med skådespelaren Matthew Broderick, på semester till Irland. Paret hyr en bil och åker runt på ön och den 5 augusti 1987 råkar Matthew Broderick för ett kort ögonblick åka på fel sida av vägen. De krockar med en mötande bil och kollisionen blir kraftig. Två kvinnor i den mötande bilen dödas. Broderick bryter ett ben och drabbas av en kollapsad lunga och hjärnskakning. Och Grey drabbas av en allvarlig whiplash och ligament slits av i nacken.

Broderick åtalas för farlig körning och riskerar upp till fem års fängelse, men döms bara för vårdslös körning och slipper att hamna i fängelse.

Paret vårdas för sina skador i Belfast och när filmen Dirty Dancing har premiär är Jennifer Grey förkrossad av sorg och av skuldkänslor för att hon har överlevt bilolyckan. Olyckan gör att hon inte kan njuta av filmens framgångar.

**För Jennifer innebär** kraschen att hon tvingas leva med en ständig smärta och hon kan inte dansa på många år. Hon provar värmekuddar, massage, is, antiinflammatoriska medel för att lindra smärtan.

Bilolyckan påverkar henne också känslomässigt och gör att hon tvingas lägga karriären åt sidan flera år.

"Mitt huvud blev aldrig sig lik efter olyckan, liksom alla mina ambitioner"

säger Jennifer Grey i en intervju för People Magazine år 2020.

"Motsättningen mellan den djupa sorgen, överlevnadsskulden och att sedan bli hyllad som den nya stora grejen stämde helt enkelt inte. Det kändes inte bra" säger hon i en intervju med Irish Central år 2010.

Dirty dancing blir en megasuccé och hon blir nominerad till en Globen Globe för bästa kvinnliga huvudroll liksom Patrick Swayze som spelar den manliga huvudrollen. Jennifer Grey blir snabbt hela USA:s "sweetheart". Den passionerade kärlekshistorien om Frances "Baby" Houseman och dansläraren Johnny Castle fångar en hel värld och filmen är en av 80-talets mest populära. I USA visas filmen 71 veckor i sträck och det säljs biljetter för drygt 63 miljoner dollar. Sammanlagt säljs biobiljetter för drygt 214 miljoner dollar.



# des av en svår whiplashskada

I sin självbiografi "Out of the Corner" berättar hon om att bilolyckan förändrade hennes liv. "Det var en ren och skär olycka som var tragisk. Och det hade mycket allvarliga traumatiska varaktiga effekter på Matthew och familjen till de andra kvinnorna och på mig. Olyckan förändrade mitt liv för alltid och det fanns ingen att skylla på" säger Jennifer Grey i en intervju i People Magazine.

Först år 2009 träffar hon en läkare som säger att hon omedelbart behöver opereras eftersom "det inte fanns någon vätska runt Jennifers ryggmärg." Läkaren opererar in en liten titan-platta i nacken och operationen gör så att hennes ständiga smärtor lindras.

**Att Jennifer Grey blir en skådespelerska är inte så konstigt.** Jennifer Grey föds den 26 mars 1960 i New York City. Och är dotter till scen- och Oscar-vinnande filmskådespelaren Joel Gray och före detta skådespelerskan/sångaren Jo Wilder.

Den första filmen hon medverkar i är Reckless (1984) och samma år medverkar hon i en liten roll i Francis Ford Coppolas film The Cotton Club.

Hon gör under årens lopp flera roller i olika filmer men det är rollen Frances "Baby" Houseman i Dirty Dancing hon är mest känd för. Men bilolyckan har en stor påverkan på hennes liv än idag.

"Vi var så unga. Och det går inte en vecka som jag inte tänker på det. Det är en del av min topografiska karta, mitt livs landskap." säger hon i en intervju i New York Times år 2022 och tillägger:

"Broderick var en fantastisk förare, och ingen drack. Det var en olycka som slutade väldigt tragiskt. Jag tänker på familjen på Irland hela tiden".

Text: Jonas Jönsson



Jennifer Grey drabbas av en whiplashskada bara några dagar före premiären av världssuccén Dirty dancing. Nedre bilden. Så ser Jennifer ut idag.

Foto: Wikipedia commons.



Filmplansen till Dirty dancing.  
Foto: Wikipedia commons.

## Fakta/Jennifer Grey

Född: 26 mars 1960 (64 år) New York, New York, USA

Utbildad vid Dalton School och Neighborhood Playhouse School of the Theatre

Aktiva år: 1979–

Make: Clark Gregg (2001–2020)  
En dotter Stella född 2001.

# Sverige får kritik av FN

**Sverige lever inte upp till Funktionsrättskonventionen. Det anser FN:s kommitté för rättigheter för personer med funktionsnedsättning.**

I mars publicerade FN sina slutsatser och rekommendationer om vad Sverige behöver göra för att leva upp till Funktionsrättskonventionen. Kommittén uttrycker oro över situationen för rättigheterna på olika områden. Sverige behöver göra en rad åtgärder för att säkerställa att personer med funktionsnedsättningar kan utöva sina rättigheter på samma villkor som andra i samhället.

– Vi är oroadade över den tillbakagång vi ser i Sverige, säger Fredrik Malmberg, direktör Institutet för mänskliga rättigheter på hemsidan Institutet för mänskliga rättigheter.

– Rekommendationerna visar att Sverige behöver ta sig an konventionen på ett annat sätt, till exempel i lagstiftning, budget och handlingsplaner. Institutet önskar föra en dialog med regeringen och funktionsrättsrörelsen om hur rekommendationerna kan följas upp, tillägger Fredrik Malmberg.

FN rekommenderar bland annat Sverige att:

- Ändra hur funktionshinder definieras i lagar och politik för att bättre matcha människorättsmodellen för funktionshinder.
- Arbeta för att fullständigt uppnå de ekonomiska, sociala och kulturella rättigheterna enligt konventionen.
- Göra konventionen till en del av svensk lagstiftning.
- Göra en systematisk översyn av lagar, riktlinjer och förordningar för att ta reda på vilka lagändringar som behövs för att leva upp till konventionen.
- Upprätta handlingsplaner som grundar sig på mänskliga rättigheter.
- Förbättra samordningen mellan re-



Sverige behöver göra en rad åtgärder för att säkerställa att personer med funktionsnedsättningar kan utöva sina rättigheter och delta i samhället på lika villkor.

Foto: Pexels.com

- gioner och kommuner i deras arbete med att genomföra konventionen.
- Förbättra möjligheterna för personer med funktionsnedsättning att överklaga beslut och utkräva rättigheter när kommuner och regioner inte följer konventionen.
- Inrätta en mekanism på nationell nivå för att övervaka hur regionerna och kommunerna genomför konventionen.
- Utveckla formerna för nära samråd med organisationer som representerar personer med funktionsnedsättning och stärka organisationernas möjligheter att medverka i genomförandet av konventionen.

- Se över diskrimineringslagen så att den ger uttryckligt skydd mot diskriminering på flera grunder och intersektionella former av diskriminering.

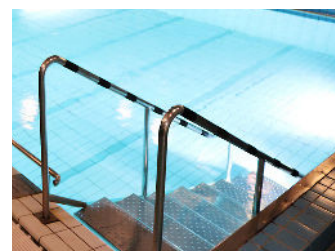
Rekommendationer från FN:s granskningskommittéer är ett viktigt stöd i ländernas arbete med att stärka genomförandet av konventionerna.

– Nu har regeringen en lång att-göra-lista för att leva upp till FN:s rekommendationer och krav. Funktionsrättskonventionen måste bli lag i Sverige, säger Nicklas Mårtensson, ordförande Funktionsrätt Sverige, på Funktionsrätt Sveriges hemsida.

Text: Jonas Jönsson



## Bad - Gymnastik



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 samt Sfärens sittgympa. Kontakta respektive kontaktperson eller kansliet. Badavgiften är 400 kronor per termin och sätts in på bg 134-6261 eller via swish 1236783112 senast veckan efter badstart. Glöm ej avsändare och vilket bad insättningen avser.

| Bad                                                    | Kontaktperson                    | Badtider                                          | Vårens<br>sista baddag | Höstens<br>första baddag |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------|--------------------------|
| <b>Vattenhuset Sfären</b><br>(1+2)                     | Dick Grün<br>070-324 49 95       | Måndagar 17.30 – 18.30<br>Bassäng eller sittgympa | 10/6                   | 19/8                     |
| <b>Vattenhuset Sfären</b><br>(1+2)                     | RTP-S kansli<br>08-545 622 60    | Tisdagar 09.30 – 10.30                            | 11/6                   | 20/8                     |
| <b>Vattenhuset Sfären</b><br>(1+2)                     | RTP-S kansli<br>08-545 622 60    | Torsdagar 09.30 – 10.30                           | 13/6                   | 22/8                     |
| <b>Beckomberga Simhall</b><br>Söderberga allé 80 (1+3) | RTP-S kansli<br>08-545 622 60    | Måndagar 12.00 – 13.00                            | 20/5                   | 19/8                     |
| <b>Nacka Sjukhus</b><br>Rehab avd (2)                  | Eva Bellbrant<br>070-061 89 10   | Tisdagar 18.00 – 19.30                            | 11/6                   | 20/8                     |
| <b>Långbrobadet</b><br>(1+3)                           | Roswitha Kempe<br>070-602 59 91  | Söndagar 09.00 – 10.30                            | 16/6                   | 18/8                     |
| <b>Dragongården</b><br>Upplands Väsby (1+2)            | RTP-S kansli<br>08-545 622 60    | Måndagar 18.15 – 19.15                            | 10/6                   | 19/8                     |
| <b>Aktiva Re Åkersberga</b><br>Hackstavägen 22 (1+2)   | Anneli Hogreve<br>070-445 28 81  | Onsdagar 16.30 – 17.15                            | 12/6                   | 4/9                      |
| <b>Badet på ROS</b><br>Hamnvägen 12<br>Norrtälje (1+2) | Nann Palmgren<br>070-743 24 73   | Onsdagar 17.00 – 21.00                            | 12/6                   | 21/8                     |
| <b>Södertälje</b><br>Allaktivitetshuset (1+2)          | Kerstin Asplund<br>070-614 64 80 | Onsdagar 15.00 – 16.00                            | 12/6                   | 21/8                     |
| <b>Vattenhuset Älvsjö</b><br>(1+2)                     | RTP-S kansli<br>08-545 622 60    | Torsdagar 16.30 – 17.30                           | 13/6                   | 22/8                     |
| <b>Vattenhuset Tyresö</b><br>(2)                       | Jane Roos                        | Tisdagar 10.30 – 11.30                            | 11/6                   | 20/8                     |

(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.

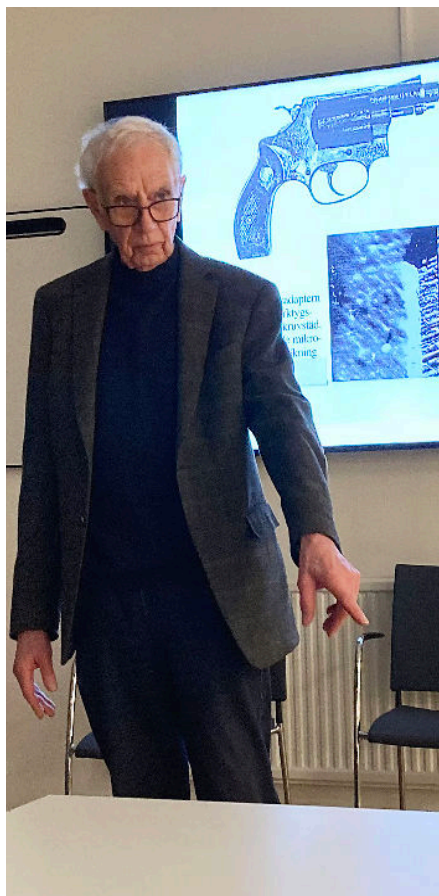
# Jan Olsson tror inte på att Skandiamannen mördade Palme

**Jan Olsson anser att det varken är Christer Pettersson eller den så kallade Skandiamannen som ligger bakom mordet på Olof Palme. Däremot finns en annan person som han lyfter fram som en potentiell gärningsman.**

I mars månad lyckades Storstockholms lokalförening locka kriminalkommissarien Jan Olsson, som även kallas för "supersnuten", att hålla ett spännande föredrag för RTP-S medlemmar.

Jan Olsson har en lång och innehållsrik karriär inom polisen och har arbetat med kända brott som till exempel Palmemordet, Norrmalmstorgsdramat, jakten på Lasermannen, militärligans rånturné och styckmordet på Catrine da Costa. Han började som patrullerande polis på Södermalm i slutet av 1950-talet och då med en sabel som vapen. Jan Olsson berättade att han en sen kväll bevittnade en misshandel på Hornsgatan i Stockholm. Jan Olsson sprang fram till den blodiga personen och skrek att gärningsmännen skulle stan-na, men de två männen fortsatte att springa bort mot Tantolunden. Jan Olsson tog upp jakten på förövarna. I månskenet lyckades han se var de sprang och vid bryggorna längs Liljeholmsviken kom han ifatt de två männen. Jan Olsson drog då upp sin sabel och skrek: "Stanna, annars hugger jag huvudet av er". De två männen blev så skräddade att de genast gav upp. Jan Olsson tog ensam med sig de två herrarna till arresten.

**Skandiamannen**, alias Stig Engström, pekades 2020 ut av chefsåklagare Kristers Petersson som misstänkt gärningsman för mordet på Sveriges statsminister Olof Palme den 28 februari 1986. Utredningen lades därefter ned



Jan Olsson hade många spännande historier att berätta. Trots att han nu är 87 år gammal arbetar han fortfarande deltid som utredare.

Foto: Jonas Jönsson.

med anledning av att den misstänkte var död.

Jan Olsson berättade att han i början av 1990-talet, tillsammans med psykiatrikern Ulf Åsgård, gjorde en gärningsmannaprofil på Olof Palmes mördare och han påpekade att den profilen inte stämmer överens med Skandiamannens profil. Jan Olsson tror inte att Skandiamannen ligger bakom mordet, men däremot nämnde han den medialt okände Christer Andersson som en potentiell gärningsman. För ett par år sedan gav Jan Olsson, tillsammans med journalisten Tomas Johansson, ut boken "De kallar honom supersnuten" och där står det att "Christer A hade mycket gemensamt med den person som vi fragmentariskt beskrivit i gärnings-

mannaprofilen. Han bodde ensam i en lägenhet i Vasastan, inte långt från biografen Grand. Han var en hängiven hobbyskytt." Christer Andersson ägde dessutom en Smith & Wesson – 357 Magnum. Samma typ av vapen som användes vid mordet på Palme. Christer Andersson visade också vid ett tidigare tillfälle sin starka aversion mot Palme när han skjutit med ett vapen mot sin egen tv-apparat när "Olof Palme ska ha dykt upp på tv". Jan Olsson påvisade att ytterligare "uppgifter som var besvärande för Christer A började dyka upp". Christer Andersson ska vid "åtminstone två årsdagar för mordet besökt ett konditori i närheten av mordplatsen och då betett sig underligt och haft en stirrande blick".

**Polisen har under årens lopp** följt flera olika uppslag för att försöka hitta den eller de som mördade Olof Palme. Några kända uppslag är PKK, en kurdisk organisation, "33-åringen", en vapenfixerad man som var Palmekritisk, "Polisspåret" att polisen som grupp eller enskilda polismän skulle ha varit inblandade, "Sydafrika-spåret", att det var sydafrikanska säkerhetstjänsten som stod bakom mordet på grund av Olof Palmes kamp mot apartheidregimen, Christer Pettersson känd bland missbrukare som tidigare dömts för våldsbrott och som ofta vistades i de aktuella kvarteren och som också blev utpekad av Lisbeth Palme som närvarande på mordplatsen, samt den så kallade Skandiamannen.

Men Jan Olsson anser att Christer Andersson är mycket intressant i utredningen om vem som sköt Olof Palme. Men det är för sent att väcka åtal för Christer Anderson tog sitt eget liv 2008 i samband med att polisen knackade på hans dörr...

Text: Jonas Jönsson



# För femtonde året besökte RTP-S Liljevalchs vårsalong

**RTP-S medlemmar besökte Liljevalchs vårsalong för femtonde gången. I år visades intressanta och originella konstverk skapade av sammanlagt 163 konstnärer.**

I början av april besökte tolv medlemmar från RTP-S Liljevalchs vårsalong på Kungliga Djurgården. Det var femtonde året som RTP-S arrangerade ett besök på Liljevalchs.

**Vårsalongen hade urpremiär 1921** och hade endast paus under beredskapsåren. För att få möjligheten att bli antagen och visa upp sina alster måste man vara minst 18 år gammal.

I november 2023 började juryn som består av Liljevalchs chef, Joanna Sandell Wright, Peder Fredricson, rytare, flerfaldig OS-medaljör, Tawanda Appiah, curator för Skånes konstför-  
ening och tidigare vid National Gallery of Zimbabwe och Ashik Zaman, grundare av konstplattformen C-Print 2013, att välja ut 298 verk av 20 000 inskickade.

Detta år beslöt juryn att översätta ansökningsblanketterna till engelska och arabiska och detta ökade antal sökande med 4 974 personer, (25 procent).

**163 konstnärer**, kvinnor och män ställde ut textila installationer, foton, videor, målningar och teckningar. Och alla verk är till salu.

I år hade vi turen att få Marie Andersson som guide, hon har tidigare guidat oss ett flertal gånger.

Alla blev utrustade med hörlurar så att vi hörde bra och stördes inte av omgivningen.

Text: Anders Carlsson



Snöpipens DNA av Claes Carneek, 217 begagnade snöpipor som ofta hittas påkörda i dikesrenen. På nedre raden Storvargen av Amanda Karlsson och tarmbakterie från ett av sätena på spårvagnen förstorat tjugotvåusen gånger av Vegar Moen & Beret Aksnes i brons.

Foto: Anders Carlsson

# Upplev en skön och avkopplande

### RTP-S resa, Vättern Runt

2-5 september 2024

#### Dag 1.

Vi åker från Kavallerivägen kl. 08.30 och vårt första stopp blir vid Dinners i Arboga där vi dricker förmiddagskaffe. Färden går vidare till Olshammarsgården, det är här som Verner von Heidenstam är född. Herrgården byggd på 1820-talet av Carl Ruttersköld som var Verners morfar. Flygelbyggnaden byggdes vid samma tid. Herrgården är i dag hembygdsgård och värdshus. Den gamla herrgården ligger nere vid vattnet bredvid kyrkan med utsikt över Vättern. På andra sidan Vättern ligger Övralid som Verner von Heidenstam lät bygga efter egna ritningar. Han bodde där tillsammans med danskan Kate Bang, det var också här han slutade sina dagar. Vi äter vår lunch på Olshammarsgården och tittar på omgivningarna innan vi fortsätter vår resa till Jönköping och vårt hotell. Vi kommer att bo på Quality Hotel Match som ligger strax bredvid tändsticksområdet. Vi äter en gemensam middag på hotellet på kvällen.

#### Dag 2.

Vi börjar dagen med en härlig frukostbuffé innan vi stiger på bussen. Att Huskvarna ligger bredvid Jönköping vet nog alla men hur många har besökt Huskvarna museet? Huskvarna museet är vårt mål på förmiddagen, vi börjar med en introduktion till museet som tar ca 40 minuter. Efter det är det egen tid för att titta runt på museet. Vi tar bussen en liten tur ner till Kulturhuset Spira, som ligger vid Munksjöns strand inne i Jönköping. På restaurangen Spira ska vi äta vår lunch, efter en god lunch tar vi en kort busstur till Tändsticksmuseet. Med en kunnig guide besöker vi den nedre våning av museet, och får berättat för oss om tändstickans när, var och hur. Den som vill och törs åker trapphissen upp till den övre våningen för egna strövtåg. Innan vi lämnar museet finns det en film att titta på som visar en eldshow. Vi tar antingen bussen eller om man vi gå/rulla den korta biten till hotellet. Efter en lite kortare dag finns det tid att spendera på egen hand innan vi äter en gemensam middag på hotellet.

#### Dag 3.

Även idag äter vi en god frukost innan vi tar bussen upp till Gränna och färjan över till Visingsö. Båtresan tar ca 30 minuter, när vi kommer till Visingsö möter en guide oss som ska följa med på bussen och berätta om Visingsö och dess historia

När vi kan allt om Visingsö är det dags för lunch, den serveras på restaurang Solbacken. Efter lunchen har vi lite fritid innan färjan går tillbaka till Gränna, man kan strosa bland sjöbodarna eller hitta en bänk att njuta på.



RTP-S Aktivitetskommitté arrangerar en härlig höstresa till Vättern. På resans tre

Färjan tar oss tillbaka till hamnen i Gränna. Gränna är en gullig liten stad med en smal huvudgata som består av gatsten. Om det finns önskemål att handla polkagrisar



På Vätternresans andra dag går färden till Tändsticksmuseet i Jönköping och där väntar en kunnig guide.

Foto: Wikipedia



# höstresa kring Vätterns strand



dje dag så går färden med färja mellan Gränna och Visingsö.

Foto: Wikipedia commons

kan vi nog ordna det strax utanför staden.

Vi åker tillbaka till Jönköping och vårt hotell, och på kvällen äter vi en gemensam middag.



På tredje dagen fortsätter resan till mysiga Gränna. Där kan de som vill strosa runt på gatstenarna och inhandla goda polkagrisar.

Foto: Wikipedia

## Dag 4.

Frukostbuffén är dukad för oss även idag och när vi är mätta packar vi in väskorna och oss själv i bussen för hemresa! Vi åker även i dag uppåt för att komma till Linköping och Flygvapenmuseet. Vi börjar med att äta lunch på restaurangen Calle C som ligger i samma byggnad som museet. Efter lunchen ska vi gå på guidning, vi kommer att guidas igenom Kalla kriget och DC 3an. DC 3an som "ryssarna" sköt ner 1952, det tog många år innan haveri-rapporten publicerades 2007 och man fick veta vad som hänt. De delar av flygplanet och de personliga tillhörigheter som man hittade på havets botten är samlade här.

Delarna av flygplanet har man satt samman igen men det fattas ett antal delar. I montrar har man samlat de personliga sakerna och soliga är märkta med namn. Efter en intressant guidning finns det tid till lite egna strövtåg innan det åter är dags att åter stiga ombord på bussen. Vi fortsätter vår resa hemåt och gör ett stopp på Stavsjö Krog och Bar, här kan den som vill dricka kaffe, äta glass eller bara sträcka på benen innan vi åker sista biten tillbaka till Kavallerivägen.

Efter tre dagar med trevligt umgänge och trevliga besöksmål är vi åter cirka klockan 19.30.

Sundbergs Busstrafik AB erbjuder inte avbeställnings-skydd, du bör därför ha en personlig reseförsäkring med avbeställningsskydd. Om du inte har reseförsäkring i din hemförsäkring bör du kontakta ditt försäkringsbolag och teckna en separat reseförsäkring. Observera att i vissa bankkort ingår en reseförsäkring. Sundbergs Busstrak innehar lagstadgad resegaranti. Glöm ej att anmäla specialkost, och tänk på att inte använda starka dofter.

## Information:

Kontakta RTP-S kansli: 08-545 622 60

Sista anmälningsdag: 31 juli. Anmälan är bindande.

Pris: 7 665 kronor.

Pris för medlemmar: 5 655 kronor.

Enkelrumstillägg: 1 785 kronor.

## Inklusive:

Resa i turistbuss med lift för rullstolar.

Del i dubbelrum med frukost.

1 förmiddagskaffe.

4 luncher.

3 middagar.

Guidningar & entréer enligt program.

Färja tur och retur Visingsö.

Färjan till Visingsö.



## Kåseri RTP ung

I mitten av mars klättrade jag upp på en catwalk för första gången i mitt liv. Modeshowen handlade om skogsrådet, som för länge sen lurade in män i skogen för att, tja, döda dem. Skogsrådet hade ofta ihålig rygg och svans, vilket också dessa kappor var inspirerade av. Kappan kom att hängas på mig när jag var uppe på scenen, och tillsammans med en rysk dansare utförde vi en mini-show i showen på Birger Jarl i Uppsala. Det var nervöst att lyfta upp rullstolen, jag hade tränat några gånger innan men inte med publik och med kameror. Plötsligt var allt strålljus på mig och det var dags att köra. Jag kände tyngden och ansvaret att just jag fick komma upp på catwalken, med tanke på alla kvinnor som kämpat genom historien, som kämpat från institutioner eller som ett skogsrå för att få komma ut i strålljuset som jag.

Innan trodde jag inte att det skulle kunna vara möjligt. Men samtidigt som jag kom upp, lättade trycket och jag insåg att allt är möjligt. Det kändes viktigt att även visa denna representation av en kvinna, även om jag inte kan gå. Modedesignern Maud Karlsson Lima de Faria bjöd verkligen på en fantastisk föreställning och i slutet fick alla en unik scrap-bit av kapporna i form av en brosch att bära. Hon kopplade historien med skogsrådet till de kvinnor som blivit utstötta på grund utav misstänkta äktenskapsaffärer, hur deras enda klädesplagg blivit upprivet i ryggen och att de sedan blivit bortdrivna till skogen. Detta fick mig att undra, är de utstötta kvinnorna och skogsrådet samma person?

En månad senare var jag på utomhusmässan i Frösundavik och representerade RTP-S tillsammans med Karin och Christer från kansliet. Vi träffade många nya och gamla medlemmar och jag passade på att prova alla de tekniska hjälpmedel som fanns! Jag satt i ett speciellt fordon på mässan, vilket kunde klättra över sten och berg likt ingenting jag tidigare upplevt. Denna skönhet ser ni även på bilden



Helle Andersson, RTP:S ungdomsambassadör har både gått på catwalken och testat terrängfordon på mässan i Frösundavik. "Det var längesedan jag kände mig så fri" skriver Helle.

Foto: Nomiya Melander

tillsammans med mig. Tillsammans gav vi oss ut på en liten off-road i skogen, över stockar och dalar. Efter en uppväxt i skog och mark är det svårt att inte längta tillbaka, nu när man inte längre kan ta sig ut på samma sätt. Förutom denna Exoquad fanns det flera andra på plats, bilanpassningar och påhängs-mopeder, drivaggregat och zoom. Det var längesedan jag

kände mig så fri. För första gången var jag inne i skogen och tog mig runt, kanske lite som ett skogsrå.

För att se mer av detta och även mig i framtiden, glöm inte att följa mig på Instagram! Fungerar även via dator. Där hittar ni mig som: @rtps.ung

Text: Helle Andersson



# Personskadeförbundet RTP-S i Stockholms län.

Styrelser i lokalföreningarna, förtroendevalda i distriktet samt kanslipersonal.

# 2024

## StorStockholms lokalförening (StS)

Per Gunnar Norlin, ordf.

Alireza Azarbad

Tommy Engh

Lotta Änggård

## Norrtälje lokalförening (Nt)

Marie Kärllin, ordf.

Nann Palmgren

Anita Knutsson

Solveig Boije

Berit Grahn

Ersättare:

Gunilla Johansson

Ann-Marie Eriksson

## Nordvästra Storstockholms lokalförening (Nv)

Hernan Ravanal, ordf.

Bengt-Erik Johansson

Leif Ekström

Inger Hovind

Mia Svensson

Ersättare:

Tommy Svensson

Bengt Andersson

Camilla Bohm Coleman

## Södertälje lokalförening (Sö)

Eva Molnár, ordf.

Jan Jonsson

Hans Domeij

Pirjo Surakka

Ingrid Jonsson

Vid årsmötet i mars 2024 valde ombud från ovanstående fyra lokalföreningar i Stockholms län distriktets (RTP-S) styrelse, revisorer och valberedning.

### DISTRIKTETS STYRELSE, REVISORER OCH VALBEREDNING

### DISTRIKTETS KANSLI

#### ORDFÖRANDE

Lotta Änggård, StS

#### ORDINARIE LEDAMÖTER

Eva Molnár, Sö

Helle Andersson, Nv

Joanna Bachorz, Nv

Jan Delvert, StS

#### Ersättare

Inger Hovind, Nv

Bengt-Erik Johansson, Nv

#### REVISORER

Kurt Kalmelid, aukt. revisor

Solveig Boije, lekmanarevisor

#### VALBEREDNING

Liiza Pettersson, Sö

Alireza Azarbad, StS

#### KANSLIET

Karin Johnson, kanslichef

Christer Olsén

Jonas Jönsson

### Telefonnummer till färdtjänsten:

|                                                          |               |
|----------------------------------------------------------|---------------|
| Kundservice                                              | 08-720 80 80  |
| Beställningscentral (taxi)                               | 08-555 78 100 |
| Beställningscentral (rullstolstaxi)                      | 077-670 01 67 |
| Resegarantin (både taxi o rullstolstaxi)                 | 0200-77 66 55 |
| Beställning bårtaxi (Sirius)                             | 08-745 33 05  |
| Resegarantin bårtaxi är samma nummer som vid beställning |               |

Om du har möjlighet, så rekommenderas att du går in regelbundet på [www.fardtjansten.regionstockholm.se](http://www.fardtjansten.regionstockholm.se), där du kan läsa om nyheter i färdtjänsten samt att det finns mycket information under fliken kundcenter.

# Kalendarium

Anmäl ditt deltagande via telefon 08-545 622 60 eller [info@rtps.se](mailto: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 4-7.

## MAJ 2024

|        |    |                                            |
|--------|----|--------------------------------------------|
| Onsdag | 15 | Anm. Resa till Nynäshamn                   |
| Onsdag | 15 | Anm. Annika Hässler föreläser i Södertälje |
| Lördag | 18 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag | 20 | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade       |
| Måndag | 20 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag | 20 | Anm. Resa till Linnéträdgården i Uppsala   |
| Onsdag | 22 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Onsdag | 22 | Annika Hässler föreläser i Södertälje      |
| Onsdag | 22 | Resa till Nynäshamn                        |
| Lördag | 25 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag | 27 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag | 27 | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade       |
| Tisdag | 28 | Yoga- och meditationskurs på kansliet      |
| Onsdag | 29 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Fredag | 31 | Resa till Linnéträdgården i Uppsala        |

## JUNI 2024

|         |    |                                            |
|---------|----|--------------------------------------------|
| Lördag  | 1  | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag  | 3  | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag  | 3  | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade       |
| Onsdag  | 5  | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Onsdag  | 5  | Anm. Ett besök på Långholmen               |
| Onsdag  | 5  | Samtalsträff med polioskadade              |
| Lördag  | 8  | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag  | 10 | Anm. Grillkväll vid Vänortsringen i Märsta |
| Måndag  | 10 | Anm. Resa till Hammartorps trädgårdar      |
| Måndag  | 10 | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade       |
| Måndag  | 10 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Tisdag  | 11 | Yoga- och meditationskurs på kansliet      |
| Onsdag  | 12 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Torsdag | 13 | Ett besök på Långholmen                    |
| Torsdag | 13 | Grillkväll vid Vänortsringen i Märsta      |
| Lördag  | 15 | Träning Rehab Station Stockholm            |
| Måndag  | 17 | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade       |

### 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](mailto:info@rtps.se) för att kunna få nyhetsbrev. Håll även utkik på hemsidan [www.rtps.se](http://www.rtps.se) och "gilla" gärna vår Facebook-sida "Personskadeförbundet RTP-S", där finns alltid det senaste nytt och eventuella förändringar!

RTP-S KANSLI

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

Måndag 17 Resa till Hammartorps trädgårdar

## Juli 2024

Onsdag 31 Anm. Resan till Vättern

## AUGUSTI 2024

|        |    |                                 |
|--------|----|---------------------------------|
| Måndag | 19 | Träning Rehab Station Stockholm |
| Onsdag | 21 | Träning Rehab Station Stockholm |
| Lördag | 24 | Träning Rehab Station Stockholm |
| Måndag | 26 | Träning Rehab Station Stockholm |
| Onsdag | 28 | Träning Rehab Station Stockholm |
| Lördag | 31 | Träning Rehab Station Stockholm |

## SEPTEMBER 2024

|        |     |                                       |
|--------|-----|---------------------------------------|
| Måndag | 2   | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade  |
| Måndag | 2-5 | Resan till Vättern                    |
| Måndag | 2   | Träning Rehab Station Stockholm       |
| Tisdag | 3   | Yoga- och meditationskurs på kansliet |
| Onsdag | 4   | Träning Rehab Station Stockholm       |
| Lördag | 7   | Träning Rehab Station Stockholm       |
| Måndag | 9   | Träning Rehab Station Stockholm       |
| Måndag | 9   | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade  |
| Onsdag | 11  | Samtalsträff med polioskadade         |
| Onsdag | 11  | Träning Rehab Station Stockholm       |
| Lördag | 14  | Träning Rehab Station Stockholm       |
| Måndag | 16  | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade  |
| Tisdag | 17  | Yoga- och meditationskurs på kansliet |
| Måndag | 23  | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade  |
| Måndag | 30  | Samtalsträff med boccia Hjärnskadade  |

## Oktober 2024

Onsdag 9 Samtalsträff med polioskadade

### Postpoliomottagningens kontaktinformation:

Telefon: 08-123 576 41

Telefontid tisdagar: Klockan 10.30–11.30

Fredagar: Klockan 10.30-11.30

Övriga vardagar går det endast att lämna återbud på detta telefonnummer.

Besöksadress:

Postpoliomottagningen, Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken Entrévägen 6 Målpunkt C, Plan 2  
Danderyds sjukhus AB

### Vi har Swish!

Vid aktivitet, ange namnet  
på personen som ska delta,  
aktiviteten och dess datum.  
Swishnummer: 1236783112

### Färdtjänsten - Region Stockholm

Kundservice Helgfri vardag klockan 7–20 08-720 80 80.

Resegarantin Öppet dygnet runt 0200-77 66 55.

Talsvar för beställningar Öppet dygnet runt 0200-11 44 11.  
[fardtjansten.regionstockholm.se](http://fardtjansten.regionstockholm.se)



## Distriktet och lokalföreningarna

### Distriktets kansli, RTP-S

Telefontid 09.00 – 15.00 (1 maj – 31 augusti, fredagar 09.00 – 13.00).  
Lunchstängt 11.30 – 12.00

Växel 08-545 622 60  
E-post till RTP-S info@rtps.se  
Hemsida: www.rtps.se

|                          |               |                        |
|--------------------------|---------------|------------------------|
| Karin Johnson kanslichef | 08-545 622 65 | karin.johnson@rtps.se  |
| Christer Olsén           | 08-545 622 63 | christer.olsen@rtps.se |
| Jonas Jönsson            | 08-545 622 69 | jonas.jonsson@rtps.se  |

### StorStockholms lokalförening

E-post till RTP-S rtps@info.se  
Meddelanden kan lämnas till växeln 08-545 622 60 övriga tider eller e-post.

### Nordvästra Storstockholms lokalförening

Hernan Ravanal 070-739 08 85 hernan.ravanal@gmail.com

### Norrtälje lokalförening

Marie Kårlin 070-316 10 07 marie57karlin@gmail.com

### Södertälje lokalförening

Eva Molnár 070-486 95 13 eva.d.molnar@gmail.com



## Restips

Vill du lära dig mer om Asien så passa på att göra ett besök på Östasiatiska museet, som ligger vackert beläget på Skeppsholmen. Det är norra Europas främsta museum för asiatisk konst. Visste du att Japan styrdes av samurajer i nästan 700 år? Lär dig mer om Japans spännande historia. Missa inte utställningen "Kina före Kina" som berättar om hur människor levde i östra Asien i tusentals år innan kejsardömet Mittens rike kom till.

Museets entré är tillgänglig via ramp till ytterdörren. Hiss finns till samtliga plan. Det finns även en större hiss för permobil, men då är det bra att kontakta en museivärd för att hitta rätt.

En rullstol finns för utlån. En toalett för personer med funktionsnedsättning finns i entrén. RWC-larm.

Det finns parkeringsplatser nära museet, och en plats för handikapparkering. Färdtjänst stannar vanligtvis nedanför trapporna vid huvudentrén.

Åker du kollektivt så är det enklast att ta buss 65 från Centralen (Vasagatan). Gå av vid hållplats Östasiatiska museet.

Adressen till Östasiatiska museet är Tyghusplan 4, Stockholm.

Text: Jonas Jönsson

## 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 mitt emot 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 mitt emot Kavallerivägen 24



Hiss 2 st i entrén

Välkomna!



Östasiatiska museet ligger på Skeppsholmen.  
Foto: Wikipedia

# 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

## Aktiv Ortopedteknik

### Ortopedtekniska hjälpmedel och tjänster

Aktiv Ortopedteknik i Stockholm driver ortopedtekniska center på 4 orter i Stockholms regionen.

Vi är stolta över att kunna erbjuda anpassade helhetslösningar inom samtliga ortopedtekniska områden samt rehabilitering för amputerade, genom ett unikt yrkeskunnande, en hög tillgänglighet och att alltid sätta patientens behov i fokus.



### Aktiv Ortopedteknik Enskededalen

Vi har utökat vår tillgänglighet och finns även på Dalens sjukhus i Enskededalen.

Varmt välkomna!



Kontakta  
oss för att  
boka tid!

### Ring för att boka tid! Varmt välkommen.

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

Åstorpsringen 6, Enskededalen  
dalen@aktivortopedteknik.se  
08 - 624 95 50

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

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

[www.aktivortopedteknik.se](http://www.aktivortopedteknik.se) | [info@aktivortopedteknik.se](mailto:info@aktivortopedteknik.se)

**ottobock.**