



Nr 2
2025

RTP-S

AKTUELLT

PERSONSKADE-
FÖRBUNDET RTP-S
STOCKHOLMS LÄN

Resandet med rullstolstaxi får kritik i ny enkät

Sid 10-11

VR-teknik lurar hjärnan och smärtan

Sid 8-9

Lokalförening uppmanar till engagemang

Sid 12





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.



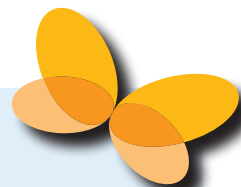
Förutom att du har enskild tid med sjukgymnast varje dag så finns ett stort utbud av gruppaktiviteter. Tillsammans tar vi fram ett rehabiliteringsprogram anpassat till dina förutsättningar.

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



Innehåll

Aktiviteter.....	4-7
VR lurar smärtan för amputerade.....	8-9
Åka rullstolstaxi - hälsovådligt?.....	10-11
Nordväst uppmanar Sigtunaborna.....	12
Högekostnadsskyddet höjs rejält.....	13
Anton Fendert (MP) i ett stresstest.....	14
Helle Andersson berättar om sitt liv.....	15
Nicklas är kritisk till krisberedskapen....	16
Stefan Sundquist ny i RTP-S styrelse..	17
Bad – Gymnastik	18
Aktiviteter.....	19-21
Rapporter	22-24
Styrelser och förtroendevalda.....	25
Kalendarium.....	26
Kontakta oss.....	27

RTP-S Aktuellt utges av:

Personskadeförbundet RTP-S,
Stockholms län

Adress: Kavallerivägen 24

174 58 Sundbyberg

Telefon: 08-545 622 60

E-post: info@rtps.se

www.rtps.se

Bankgiro: 134-6261

Swish: 1236783112

Org.nr: 816000-2054

Ansvarig utgivare: Lotta Änggård

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:

26 september 2025.

Manusstopp: 29 augusti 2025.

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: Yvonne Andersson är
en aktiv pensionär som ofta åker
färdtjänst med en rullstolstaxi.

Foto: Jonas Jönsson

Bli medlem i RTP!
Enskild medlem 300 kr/år
Familjemedlemskap 360 kr/år
Plusgiro 48 62 02-5

En resa inom Handikappidrotten

Mitt engagemang i handikappidrott har sträckt sig över flera discipliner, inklusive simning, friidrott, femkamp, bågskytte och basket. Genom åren har jag haft förmånen att tävla på både nationell- och internationell nivå, vilket har resulterat i en mängd medaljer. Jag har erövrat cirka 315 medaljer i olika idrotter.

I simning har jag deltagit i flera mästerskap, där mina ansträngningar har belönats med medaljer på både nationell- och internationell nivå. Simning har varit en av mina bästa grenar. Friidrott har också spelat en stor roll i min idrottskarriär och jag har deltagit i flera olika grenar. Jag var den första kvinnan i rullstol som deltog i Stockholm maraton 1980, och jag var också den första kvinnan som körde tjejmilen i rullstol. Mina prestationer inom friidrott har hjälpt mig att bygga styrka och uthållighet, både fysiskt och mentalt. Femkamp simning, 60 meter rullstol, bågskytte, kula och spjut, har utmanat mig på många olika sätt, då det kräver mångsidighet och skicklighet i flera idrottsgrenar. Genom femkamp har jag lärt mig att hantera press och att hålla fokus under längre tävlingsperioder. Jag vann femkampen i OS Arnhem 1980. Bågskytte har varit en av de mest givande idrotterna för mig. Det kräver precisionsfärdigheter och en lugn, fokuserad sinnesstämning. Mina skickligheter inom bågskytte gjorde att jag fick deltaga i NM på Färöarna och EM i Frankrike och Belgien, jag är stolt över mina prestationer i denna sport.

Jag hoppas att min berättelse kan belysa vikten av handikappidrott och inspirera andra att följa sina drömmar, oavsett vilka hinder de kan möta. Handikappidrotten, nu känd som Parasport, har utvecklats enormt genom åren tack vare pionjärer som oss, som har kämpat för att skapa en plattform för idrottare med funktionshinder. Genom att delta i olika mästerskap och tävlingar har vi inte bara visat vad vi är kapabla till, utan också brutit ner barriärer och förändrat samhällets syn på handikappidrott. Det har varit en resa fylld av utmaningar, men även av triumfer och banbrytande ögonblick. Varje medalj och varje seger representerar inte bara personlig prestation utan också ett steg framåt för hela handikappidrottsrörelsen. Våra insatser har lagt grunden för framtida generationer av idrottare och inspirerat otaliga individer att övervinna sina egna hinder.

Parasporten har blivit en global rörelse som förenar människor från alla hörn av världen, och jag är stolt över att ha varit en del av denna utveckling.

För att dela min resa och inspirera andra har jag gjort en utställning om handikappidrotten, med Medaljer, film, foton, resultatlistor mm. Om ni är intresserade av min utställning, ta kontakt med mig:

wiksens.keramik@gmail.com

Foto: Privat. Kerstin Wiksén. Pionjär inom handikappidrotten, OS-guldmedaljör och medlem i Personskadeförbundet sedan 1950-talet.



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

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

Samtalsträff med boccia Hjärnskadade

Tid: Tisdagar klockan 12.30-14.30

Datum: 20, 27, maj. 3, 10, 17, juni. 12, 19, 26, augusti. 2, 9, 16, 23, 30, september.

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

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

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

Samtalsträffar med Polioskadade på RTP-S kansli

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

Tid och datum: 4 juni, 10 september och 8 oktober 2025.

Alltid på onsdagar klockan 12.30-14.30.

Plats: Kavallerivägen 24 i Rissne.

Kaffe/te med kaffebröd till självkostnadspris: 20 kronor.

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

Kontaktperson: kansliet 08-545 622 60 eller info@rtps.se

Att leva med hjärnskada

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

Varmt välkomna att kontakta oss för mer information:

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



RTP-S Friskvård

Träningen på Aleris Rehab Station Stockholm äger rum tre gånger per vecka. Tiderna är måndagar 17.30-19.30, onsdagar 17.30-19.30 samt lördagar 13.00-15.00. Gym- och badavgiften är 450 kronor per termin.

Adress: Frösundaviks allé 4



Nyheter

Bad- och gymavgiften kommer att höjas med 50 kronor inför höstterminen 2025

Bad- och gymavgiften kommer att höjas från 400 kronor till 450 kronor från höstterminen 2025. Anledningen till höjningen beror på att verksamheten ekonomiskt gick med minussiffror förra året.

Händer i StorStockholm

Möt våren i Bergianska trädgården tillsammans med Yvonne Andersson

Möt våren i Bergianska trädgården. Strosa runt i den vackra omgivningen när våren börjar ta sitt grepp över skog, mark och fauna.

Bergianska trädgården är en botanisk trädgård och grundades av bröderna Bergius på 1700-talet och har till uppgift att sprida kunskap om biologisk mångfald och botanik.

Utomhusdelarna i Bergianska trädgården är öppna året runt och har fri entré. Edvard Andersons växthus är öppet året runt och där finns också ett kafé.

Angöring för färdtjänst, taxi och buss är Gustafsborgsvägen 4, 60 meter från ingången till Edvard Andersons växthus. De centrala delarna kring Edvard Andersons växthus, Victoriahuset och Gamla orangeriet är belägna på flack mark.

Aktivitetsledare är Yvonne Andersson:

– Vi kan promenera eller åka med våra elmoppar i den vackra naturen. Och vi kan fika och ha det trevligt tillsammans, säger hon.

Datum och tid: onsdagen den 14 maj, klockan 13.00

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

Senaste anmälan: fredagen den 9 maj.

Kostnad: Kostar ingenting att besöka trädgården.

Traditionsenligt blir det ett trevligt besök på Nynäs rökeri i Nynäshamn

I början av juni är det dags för den traditionella utflykten till Nynäs rökeri i Nynäshamn. Där avnjuts en god lunch i glada vänners lag.

Vid mycket dåligt väder ställs utflykten in.

Datum och tid: onsdagen den 11 juni, klockan 11.30.

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

Sista anmälningsdag: måndagen den 9 juni.

Arrangör: Storstockholms lokalförening.



Händer i Södertälje

Södertälje lokalförening fortsätter med yogaträffar och paraffinbad efter sommaren

Den 28 april avslutade Södertälje lokalförening vårens yogaträffar. Yogaträffarna kommer att fortsätta även efter sommaren. Någon gång i mitten av augusti drar yogan i gång och pågår till slutet av november.

Paraffinbadet fortsätter till slutet av maj. I slutet av augusti börjar mötena med paraffinbad igen.

Exakt datum är ännu inte klart.

Lokalföreningen planerar för en intressant föreläsning om ögonhälsa

Södertälje lokalförening planerar att anordna en föreläsning om ögonhälsa som fokuserar på framför allt äldre personer. Det pågår en diskussion med Specsavers men datum är ännu inte spikat.

RTP deltar på Föreningsdagen med ABF i Stadsparken i Södertälje

Den 27 maj deltar Södertälje RTP lokalförening på Föreningsdagen med ABF i Stadsparken i Södertälje.

Händer i Norrtälje

RTP Norrtälje vill veta om det finns intresse att åka på en dagskryssning till Åland

Vi uppmanar alla medlemmar som är intresserade av att åka med på en dagstur med Ekerölinjen i september att höra av sig! **Anmälan:** lämna en intresseanmälan till Marie Kärln marie57karlin@gmail.com, 070-316 10 07 eller till Tom Lindberg toeli53@gmail.com, 070-226 02 64.

Vårterminens sista baddag är den 11 juni och höstens första baddag är 18 augusti

Badets sista dag vårterminen är den 11 juni. Badavslutning i Rolfs paviljong. För alla badare blir det en badavslutning i juni. Mer information om badavslutningen kommer att förmedlas under lokalföreningens badträffar.

Badterminen hösten startar den 18 augusti. Badterminens sista badtillfälle sker den 17 december.

Kontakta ordförande Marie Kärln om du har förslag på en aktivitet

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

Kontakta: marie57karlin@gmail.com, 070-316 10 07. Det kommer att bli en julfest som vanligt november/december.

Aktiviteter

Händer i NV Storstockholm

Börja på vattengymnastiken i det varma vattnet på Dragongården i Upplands Väsby

Glöm inte bort att det finns en fin bassäng som abonneras av RTP-S på Dragongården i Upplands Väsby. Det är ett glatt gäng som samlas i badet varje måndag mellan klockan 18.15-19.15. Det är mellan 32–34 grader varmt i vattnet och en ledare finns alltid på plats.

”Det är så trevligt och bra. Fler medlemmar borde komma dit för det varma vattnet är så bra för leder och muskler” säger Bengt-Erik Johansson, tidigare ordförande i lokalföreningen RTP Nordväst, och som i många år har njutit av det varma vattnet på Dragongården.

Är det någon som vill börja på vattengymnastiken på Dragongården?

Om ja, mejla RTP-S kansli: info@rtps.se eller ring 08-545 622 60.

Det kostar endast 450 kronor per termin och avgiften inkluderar även möjligheten att besöka gymmet i Frösundavik.

Extra information

Som medlem har du möjlighet att få juridisk vägledning av specialister

Du som är medlem i Personskadeförbundet RTP har möjlighet att få juridisk vägledning av specialister inom myndighetsjuridik, vilket innebär att du kan få generell rådgivning via telefon. För att boka en juridisk rådgivning så gör du så här:

I första hand mejlar du till info@juridiskassistans.se.

Om du inte har möjlighet att mejla går det också bra att ringa på nedanstående nummer:

Jessica: 079-301 23 16 (LVU, LVM, kommunjuridik, socialtjänstlagen m.m.)

Sofie: 079-301 23 26 (personlig assistans, LSS, Socialtjänstlagen, skoljuridik m.m.)

Malin: 073-096 55 05 (Förmåner hos Försäkringskassan så som sjukpenning, sjukersättning och merkostnadsersättning, LSS, Socialtjänstlagen, personlig assistans m.m.)

För att boka en tid behöver du lämna ett meddelande samt ange ditt medlemsnummer och personnummer.

Läs mer på Personskadeförbundet RTPs hemsida: <http://rtp.se/>

Sök efter rubriken Juridisk vägledning.

Övriga aktiviteter

Välkommen till en digital träff med Postpoliomottagningen Danderyds sjukhus

Koppla upp dig och var med när Eva Melin, överläkare och Anna Uher, enhetschef berättar om nuläget, första året med uppdraget Nationellt Högspecialiserad Vård och tankar inför framtiden. Det finns självklart möjlighet att ställa frågor. (Skicka gärna in frågor eller önskemål om information innan).

Datum och tid: tisdagen den 27 maj klockan 15.00.

Plats: Det blir digitalt, via Teams.

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

Sista anmälningdag: fredagen den 23 maj.

Skicka in era frågor till info@rtps.se eller ring 08-545 622 60.

Följ med på en spännande visning av riksdagshusets konstsamling

Nu har du chansen att få en visning av riksdagshusets konstsamling.

Datum och tid: fredagen den 30 maj klockan 13.15-14.10.

Samlingsplats: Riksgatan 3, 30 minuter innan för identitetskontroll.

Åldersgräns 18 år.

Kostnad: Kostnadsfritt. Max 25 deltagare.

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

Sista anmälningdag: fredagen den 16 maj.

Arrangör: Aktivitetskommittén.



Det här är några exempel på intressant konst i riksdagshuset.

Foto: Wikipedia commons

Häng med på sittgympan som fortsätter på fredagar under hösten

Kursledare är Christer Olsén och Anki Holmberg och duon kommer att fortsätta med sittgympan i höst. Kursen sker varannan vecka på fredagar antingen digitalt eller på RTP-S kansli. Det finns inget krav på att man måste delta varje gång. Kursen är utan kostnad.

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

Tid: fredagar, klockan 10.00-11.00.

Datum: Någon gång under september månad. Se mer exakt information framöver på RTP-S hemsida, facebooksi-da och instagram samt kommande nyhetsbrev.

Anmälan: 08-545 622 63 el. e-mail: christer.olsen@rtps.se

Passa på att få en guidad konstvisning längs med den blåa tunnelbanelinjen

Nu har alla som vill möjlighet att få uppleva en guidad visning av den konst som finns längs med den blåa linjen mellan Fridhemsplan och Hjulsta.

Datum och tid: torsdagen den 18 september 2025, klockan 14.00-15.30.

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

Sista anmälningdagen: torsdagen den 11 september.

Kostnad: Utan kostnad för medlemmar. Deltagare står för sin egna färdbiljett. **Mötesplats:** T-bana Fridhemsplan, i biljetthallen mot Västermalmsgallerian. Gruppstorlek max 20-25 personer. Samtliga deltagare måste ha en giltig färdbiljett. Resan går längs den blå linjen mot Hjulsta. **Arrangör:** Aktivitetskommittén.

Glöm inte bort att besöka Helle Anderssons instagramkonto @rtps-ung

Helle Andersson är RTP-S ungdomsambassadör och hon fixar regelbundet roliga och häftiga aktiviteter. Helle hälsar att alla "är varmt välkomna att titta på mitt instagram samt kontakta mig där". Helles instagramkonto är @rtps-ung.

Gymmet i Frösundavik håller öppet en dag per vecka under hela sommaren

Gymmet i Frösundavik kommer att hålla öppet en gång i veckan under sommaren. Och utan extra kostnad för deltagarna. Erlagd avgift för vårterminen gäller juni månad ut, sedan gäller höstens terminsavgift från 1 juli. Den vanliga terminen med tre gymtillfällen per vecka avslutas samtidigt som bassänggrupperna under vecka 23. Från och med vecka 24 är gymmet sommaröppet på måndagar mellan klockan 17.30 – 19.30. Gymmet är sommaröppet till och med vecka 34. Från vecka 35 är gymmet åter öppet tre dagar per vecka. Kom ihåg att terminsavgiften höjs från och med hösten till 450 kronor.

Övrig information

Upprop! Kontakta alltid kundtjänsten om din färdtjänstresa inte har fungerat!

Kontakta färdtjänsten i region Stockholm om din färdtjänstresa inte har fungerat. Ring kundtjänsten på 08-720 80 80 och berätta.

Det är viktigt att be om ett ärendenummer för då får man ett personligt ärende som man kan följa upp. Eller gå in på färdtjänstens hemsida (fardtjansten.regionstockholm.se) och klicka på Kontakta Kundenservice.

Kom ihåg att friskvårdsavgiften inkluderar både bassängträning och tillgång till gym

Kom ihåg att friskvårdsavgiften inkluderar både bad och gym. För att gå till gymmet i Frösundavik kommer därför kosta 450 kronor men då kan man också delta i bassängträning i varma bad. Sammanfattningsvis så kommer alltså friskvårdsavgiften (terminsavgiften) på 450 kronor inkludera både bad och gym.

För mer information: info@rtps.se eller 08-545 622 60.

Personskadeförbundet RTP-S valberedning uppmanar medlemmarna att engagera sig

Personskadeförbundet RTP-S valberedning vill uppmana alla medlemmar som är intresserade av att engagera sig i frågor som är viktiga för personer med funktionsnedsättning att kontakta Personskadeförbundet RTP-S kansli i Rissne.

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

Passa på att skicka in ett tips på vilken verksamhet som ska få Julianpriset 2025

S:t Julianpriset är Stockholms stads pris för att belöna arbete som görs för att inkludera människor med funktionsnedsättning i samhället.

Priset delas ut till verksamheter inom Stockholms stads geografiska gräns som bedrivs av staten, kommunen, regionen, privata näringslivet eller föreningsliv och ideella verksamheter.

Har du något tips på verksamhet som du tycker ska få priset?

Sista dag att lämna in tips är 31 maj och mer information om priset hittar ni på: <https://start.stockholm/stjulian>



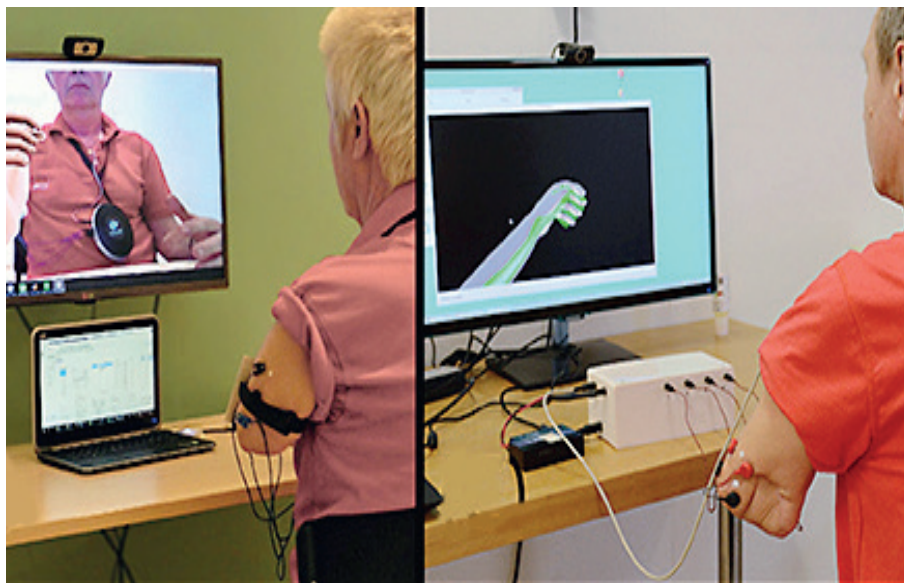
VR-teknik lurar hjärnan och smärta

Virtual reality hjälper amputerade patienter att dämpa fantomsmärtorna. Genom att fästa elektroder på benstumpen, där benet har amputerats, kan patienten se en artificiell kroppsdel på en skärm. Genom att lära sig att röra på den kan smärtan kontrolleras bättre.

Denna nya behandlingsmetod lurar hjärnan och smärtan och det gör att patienten mår bättre och får en bättre livskvalité.

Med hjälp av VR-teknik, Virtual reality, kan fantomsmärtor behandlas. Genom att fästa elektroder över de muskelbukar eller muskelrester som finns i benstumpen, där en kroppsdel har amputerats, kan patienten se en artificiell kroppsdel på en skärm. Patienten ser då ett artificiellt ben eller arm på skärmen som ersätter den amputerade och därmed visualiserar fantomen. (Fantomen är den kroppsdel som inte existerar). När patienten aktiverar musklerna i stumpen rör sig benet eller armen på skärmen ungefär på det sätt som en riktig arm eller ben skulle ha gjort med motsvarande muskelaktivering. Det gör att patienten får en direkt visuell feedback på om muskelaktiviteten motsvarar en verklig rörelse och de ser hur och om fantomen rör sig på det sätt de tänkt att den ska göra. **På vilka sätt kan patienten spänna musklerna för att kunna styra kroppsdelens på skärmen?**

– Det beror lite på hur mycket muskler som finns kvar i stumpen och hur mycket stump det är. Ju mer bibehållna muskler desto lättare är det. Alla kan spänna och slappna av i muskeln/muskelnerna och därmed få till en aktivitet men har du lite mer stump kan du även röra stumpen i olika riktningar vilket gör det lite



Med hjälp av VR-teknik kan patienten se en artificiell kroppsdel på skärmen som ersätter den kroppsdel som har amputerats. Detta visualiserar den kroppsdel som inte existerar.

Foto: Max Ortiz-Catalan, Frontiers Media S.A.

lättare, säger Kajsa Lidström-Holmqvist docent i arbetsterapi vid Örebro universitet som ingår i ett internationellt forskarlag som utvärderat denna nya och unika behandlingsmetod. **Hur gör patienten för att lära sig att kontrollera den digitala kroppsdelens?**

– De genomgår ett träningsprogram och ju mer intensivt de har möjlighet att träna desto bättre. Hur intensivt en patient klarar att träna beror ju på många



Kajsa Lidström-Holmqvist, docent i arbetsterapi vid Örebro universitet.

Foto: Åsa Wilson

omgivande faktorer som till exempel jobb, reseavstånd till kliniken där behandlingen sker och mental ork.

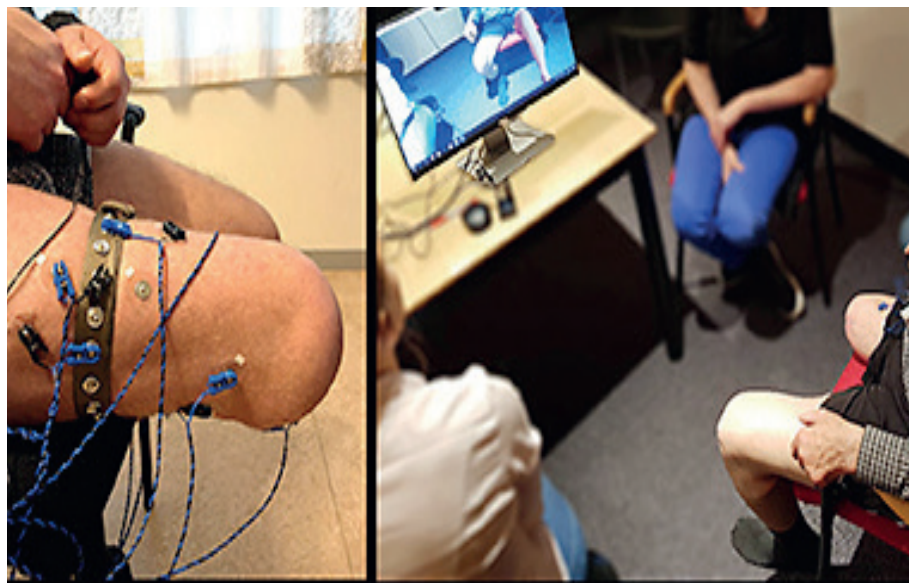
Det gör mindre ont i foten när man har lärt sig att vifta på tårna. Hur kommer det sig?

– Ett sätt att beskriva det är att man lurar hjärnan. Vid en amputation skärs nerverna till kroppsdelens av men det vet inte hjärnan som fortsätter sända ut signaler till kroppsdelens men får inadekvata svar från nerverna. Hjärnan tolkar de inadekvata signalerna som smärta från kroppsdelens, fantomen, som inte finns. När patienten lär sig röra fantomen på ett kontrollerat sätt tolkar hjärnan det som att kroppsdelens finns där och tolkar inte signalerna som smärta utan som rörelser. Fantomen fungerar då liknande en vanlig kroppsdel där olika rörelser kan påverka smärtan. Ofta har ju rörelse en smärtlindrande effekt.

Hur kom ni fram till att patienter med en benamputation mår bättre av att få se en artificiell kroppsdel på en skärm?

– Många har inte fått information, eller inte kommer ihåg att de fått information i ett akut och turbulent skede, om fantomsmärta som fenomen. När de då får ont tycker de att det är helt orimligt att ha ont i något som inte finns, en del väljer att inte

Smärtan och ger en bättre livskvalité



När patienten aktiverar musklerna i stumpen rör sig benet eller armen på skärmen. Vilket gör att patienten får en direkt visuell feedback på om muskelaktiviteten motsvarar en verklig rörelse.

Foto: Max Ortiz-Catalan, Frontiers Media S.A.

prata om det av rädsla för hur det ska uppfattas av omgivningen. När de ser sin fantom/kroppsdelen på skärmen blir det en bekräftelse på att deras upplevelse är verklig och riktig. Det kan vara känslösamt. Den visuella feedbacken blir också ett bevis på att de gör rätt när de producerar rörelser.

Hur kommer det sig att upplevelsorna av behandlingen fortsätter, även efter att behandlingen är gjord?

– Det beror på att personen fortsätter att röra sin fantom även efter behandlingens slut. En del tycker att det är lätt att fortsätta röra fantomen utan att få den visuella feedbacken medan andra tycker det är svårare, säger Kajsa Lidström-Holmqvist.

Personer som har fantomsmärtor får ofta enorma smärtor. Men efter denna behandling känner patienterna sig starkare och de orkar mer i det vardagliga livet. Hur kommer det sig?

– Innan behandlingen hade de flesta ett passivt sätt att hantera smärtan, till exempel genom medic-

nering eller att leta efter mirakellösningar på nätet. I och med behandlingen fick de ett alternativ där de själva kan göra något aktivt för att påverka smärtan. Det gav en känsla av kontroll, de var inte offer för smärtan utan kunde göra något. Även de som inte blev smärtfria upplevde att de hade ett verktyg som gav kontroll och lindrade smärtan när den satte in. Det kan kopplas till tidigare forskning om kontroll och tilltro till egen förmåga. Den forskningen har inte rört amputerade men generellt bidrar en känsla av kontroll över situationen till att man tror mer på sin egen förmåga att klara saker.

Försvinner smärtan eller dämpas smärtan hos patienterna?

– Det är olika. En del blir helt smärtfria, andra till viss del och det finns också de som inte svarar på behandlingen avseende smärtan utan effekten är främst att rörelse bidrar till att variera smärtan och på så sätt göra den mer hanterbar.

– Vi har teorier om vad som kan spela in här men vi har inte forskat ännu på om det är en viss typ av per-

soner som har mer nytta än andra. **Har patienternas livskvalité förändrats?**

– De flesta beskriver en väsentlig livskvalitetsförbättring. Det här är personer som kämpar på och de flesta gör det de måste i vardagen som att sköta jobb och hushåll. De har däremot valt bort mycket av det roliga i livet, som till exempel socialt umgänge, eftersom det tar så mycket på energi och psyke att ständigt ha ont så energin räcker bara till "måstena". Med den smärtlindring som behandlingen ger beskrev flera att de gör fler saker och att de blivit "roligare personer att vara med", deras humör och psykiska välmående påverkas positivt säger Kajsa Lidström-Holmqvist och tillägger:

– Det är dock viktigt att komma ihåg att det fanns de som inte fick särskilt mycket effekt av behandlingen så livskvalitetsförbättringen gäller inte för alla.

För att effekterna ska kvarstå måste patienterna göra denna behandling regelbundet. Men i nuläget finns ingen möjlighet att göra detta hemma för det krävs rätt utrustning.

Denna metod är ny och unik. Kan er studie spridas och ta steget ut i primärvården?

– Forskningen fortsätter med nya studier. Jag kan inte svara på om den kan spridas till primärvården, rent tekniskt ja men det krävs resurser i form av behandlare, som fysioterapeuter eller arbetsterapeuter, med kunskap om metoden vilket jag tror är svårt att få till med den belastning som råder i nuvarande primärvård. Det är mer rimligt att behandlingen finns där protesbehandling finns, till exempel i ortopedtekniska verkstadsavdelningar eller på andra specifika protesmottagningar, säger Kajsa Lidström-Holmqvist.

Text: Jonas Jönsson

Yvonne Andersson vägrar at

Färdtjänsten med taxibilar får beröm av många passagerare. Bilarna kommer i tid och tryggheten och nöjdheten har ökat.

När det gäller rullstolstaxin finns dock kritik på att chaufförerna inte kommer i tid, spänner fast rullstolen felaktigt och kör vårdslöst. RTP-S medlem Yvonne Andersson är upprörd över alla brister.

Den 1 april 2023 började Region Stockholms nya taxiavtal för färdtjänsten att gälla. Det nya avtalet innebar bland annat att fler lokala taxibolag tilläts vara med och att den ekonomiska ersättningen höjdes. Det blev en klar förbättring. Enligt en enkät som Region Stockholm genomförde kom 95 procent av färdtjänstbilarna i tid i mars 2024 jämfört med 87 procent i mars 2023. Även den upplevda tryggheten och kundnöjdheten ökade.

Men det finns kritiska röster när det handlar om rullstolstaxi. Yvonne Andersson är en aktiv pensionär som frekvent åker rullstolstaxi. Hon tränar på gym, träffar rehab instruktörer, besöker barnbarn, vänner och bekanta och ibland åker hon till vårdcentralen. Yvonne upplever att rullstolstaxin då och då inte kommer i tid, men det största problemet är att chaufförerna inte har tillräckligt med kunskap för att utöva sitt yrke.

– Chaufförerna verkar inte använda gps för de vet inte var de ska stanna. Det händer att de kör fel och inte vet vart de ska, säger hon.

Föraren ansvarar för att ge de som sitter i en rullstol eller elmpope en trygg och säker resa. Men det finns tydliga brister.

– De (chaufförerna) verkar inte veta hur man sätter fast en rullstol i



När Yvonne Andersson blev hämtad av en rullstolstaxi i Sköndal fick hon återigen förklara hur hennes elmpope skulle spännas fast.

Foto: Jonas Jönsson

taxin. Det händer ofta att rullstolen inte sitter fast och då åker den hit och dit. Om den lossnar så är det stora krafter det handlar om. Jag tycker det är obehagligt. Jag har fått säga till chauffören att stanna bilen och så får

jag instruera honom hur man spänner fast rullen, säger hon.

Yvonne Andersson är också kritisk till hur chaufförerna manövrerar rullstolstaxin.

– De kör som krattor. De kör

att isolera sig trots bristerna

snabbt över gupp, och de kör över huvudtaget snabbt och byter vårdslöst filer i trafiken, säger Yvonne Andersson, som också medger att hon har en viss förståelse för chaufförernas situation med stress och tunga lyft.

Yvonne Andersson vägrar dock att avstå från aktiviteter trots alla brister. Men det påverkar hennes hälsa negativt både fysiskt och psykiskt.

– Visst, det kan kännas stressande eftersom det är osäkert om bilen ska komma. Jag känner att jag spänner

mig för man vet aldrig hur resan ska bli. Men jag är kaxig och kör på med mina aktiviteter. Jag vägrar att låta mig bli påverkad, säger hon.

Text: Jonas Jönsson

Nära 70 procent har tvingats avstå en resa

En enkät visar att de allra flesta som åker rullstolstaxi har lämnat in klagomål till kundtjänsten och att närmare 70 procent har vid något tillfälle tvingats avstå en resa då färdtjänsten kommit för tidigt, varit försenad eller inte kommit alls.

Däremot är nöjdheten hög när det gäller hur resenärerna upplever hur de blir bemötta och att chaufförerna hittar till rätt adress

Under våren lanserade *RH-gruppen en enkät om färdtjänsten i Stockholm. Ambitionen var att de som använder färdtjänsten skulle svara på enkäten. Syftet är att RH-gruppen ska presentera resultatet av enkäten inför den styrande majoriteten i regionen, (S, C och Mp) och samarbetspartiet Vänsterpartiet i slutet av maj. 237 svarade på enkäten varav 141 åkte rullstolstaxi.

När det gäller resenärer som åker rullstolstaxi så har en överväldigande majoritet, 68 procent, vid något tillfälle tvingats avstå en resa då färdtjänsten kommit för tidigt, varit försenad eller inte kommit alls.

Några kommentarer från enkätsvaren: "Har många gånger väntat lång tid både morgon och kväll, men om chauffören någon enstaka gång har fått vänta på mig har det hänt att de har åkt trots att vi har haft

kontakt". "Absolut. Kommit för sent många gånger till arbetet." "Kommer sällan i tid! Och jag har inte orken att sitta och vänta i timmar för ett läkarbesök." "Ofta kommer de för tidigt och man blir stressad." "Mer regel än undantag. Varit helt bedrövligt." "Flera gånger. Minst 1-2 gånger i veckan måste jag som förälder åka och hämta då taxin är försenad." "Det har hänt att taxin har åkt innan jag hunnit ut." "Det har också hänt att en chaufför ringer och hetsar 20 min eller mer innan utsatt tid och då

"Ofta kommer de för tidigt och man blir stressad."

får vi släppa taxin och försöka beställa på nytt".

Att det uppstår problem med rullstolstaxin är vanligt. 83 procent av deltagarna i enkäten har kontaktat kundtjänsten med klagomål och synpunkter. De flesta av klagomålen handlar om att chauffören kör illa, uppfattas som otrevliga, inte spänner fast rullstolen/elmoppen korrekt och inte hittar till rätt adress.

Några av enkätsvaren: "När chauffören har varit otrevlig eller nonchalant. Hans bemötande skrämde oss. Körde aggressivt." "Bilen försenad, arg chaufför, hittar inte till vårdinrättningen, hjälper inte till." "Blivit hotad en gång då jag sa att jag var rädd när han körde väldigt fort. Då

gasade han och skrek åt mig." "Det har handlat om tillfällen då remmar lossnat under färd och jag suttit kvar i rullstolen, tillfällen då chauffören gasat sig genom en skarp kurva jag varnat för." "Har åkt med förare som körde så illa så övriga bilar blev arga. Har även åkt med förare som vinglat mellan 3 körfält" "Om man orkar vänta i kön så får man höra att taxin inte är sen förrän det gått mer än 20 min, de kan inte få tag på en ny taxi.. så man är helt enkelt fast där man är, moment 22."

Det är långt ifrån bara negativa siffror när det gäller enkätsvaren. På flera punkter verkar resenärerna som åker rullstolstaxi nöjda. 86 procent upplever att chaufförerna hittar till rätt adress, 83 procent anser att de blir korrekt bemötta, 79 procent känner sig trygga och 79 procent tycker att färdtjänstresan genomförs på ett säkert sätt.

Resultatet från enkäten när det gäller färdtjänst med taxibilar redovisas i nästa nummer av RTP-S Aktuellt.

Text: Jonas Jönsson

* RH-gruppen består av Personskadeförbundet RTP-S, Stockholms läns distrikt, DHR Stockholms län, Neuroförbundet Stockholms län, Reumatikerdistriktet i Stockholms län och Rörelsehindrade Barn och Ungdomar i Stockholms län (RBU).

Nordvästra lokalförening uppmanar Sigtunaborna att engagera sig

RTP-S Nordvästra lokalförening letar efter personer som vill bli funktionshindersråd i Sigtuna kommun. Det är viktigt att alla kommuner har funktionshindersråd som kan bidra med att göra livet bättre för personer med en funktionsnedsättning. Det anser Camilla Bohm Coleman, styrelseledamot i Nordvästra lokalföreningen, som uppmanar både medlemmar och icke medlemmar att höra av sig.

I de flesta av Stockholms läns kommuner och Stockholms stads stadsdelar finns det funktionshindersråd. Ett funktionshindersråd har till uppgift att se till att medborgare ska ha lika förutsättningar att leva och verka i en kommun eller i en stadsdel. Men i Sigtuna kommun finns inget funktionshindersråd och det är något som RTP-S Nordvästra lokalförening vill ändra på.

– Vi som har en funktionsnedsättning sitter på så mycket information om olika skador som en kommun kan ha så mycket nytta av. Vi kan verkligen hjälpa kommuner att göra livet bättre för alla, säger Camilla Bohm Coleman.

Ett funktionshindersråd ska följa vilka frågor som diskuteras i framför allt nämnder och förvaltningar och de ska bevaka frågor som rör planeringen av samhället och utbudet av service. Ett funktionshindersråd har möjlighet till att komma in med synpunkter i ett tidigt skede, för att där efter kunna lämna in underlag och synpunkter till samhällsplaneringen i kommunen/stadsdelen.

– Jag tror inte folk är medvetna om att ett funktionshindersråd kan göra samhället en mer tillgänglig



RTP-S Nordvästra lokalförening väddar till medlemmar och icke medlemmar att engagera sig. "Sigtuna borde verkligen ha ett funktionshindersråd" säger Camilla Bohm Coleman.

Foto: Wikipedia commons

plats för alla, säger Camilla Bohm Coleman, som själv är aktiv som fritidspolitiker i Sollentuna kommun. Och Sollentuna är ett bra exempel. I Sollentuna består kommunens funktionshindersråd av cirka 20 personer och det är en engagerad grupp av fritidspolitiker och representanter från olika handikapporganisationer. De sitter med i olika nämnder och har därför insyn och kan påverka i kommunens viktiga frågor.

– Jag vill uppmana alla kommuner att jobba för att ha funktionshindersråd i respektive kommun. Sigtuna borde verkligen ha ett funktionshindersråd. Det är enbart positivt för man får mer engagerade kommuninvånare och man missar mycket kunskap om man inte har det, säger Camilla Bohm Coleman.

Text: Jonas Jönsson



Camilla Bohm Coleman, styrelseledamot i Nordvästra lokalföreningen.

Foto: Jonas Jönsson

Fakta/Vill du bli ett funktionshindersråd i Sigtuna kommun?

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



En stor demonstration genomfördes från Slussen till Mynttorget. Demonstrationen fick namnet Medicinmarschen och anordnades på grund av regeringens hot att höja högkostnadsskyddet från 2900 kronor till 3800 kronor.

Foto: Evelina Carborn

Högekostnadsskyddet höjs med över 30 procent trots demonstration och namninsamling

Regeringens hot att allvarligt försämra högkostnadsskyddet på medicin har fått många att reagera. En stor demonstration, kallad Medicinmarschen, anordnades i marsmånad för att sätta fokus på höjningen.

Men veckan därpå klubbades förslaget igenom.

En demonstration, kallad Medicinmarschen, genomfördes i mitten av mars mellan Slussen och Mynttorget vid Sveriges riksdag. Anledningen var att regeringens proposition, om att höja högkostnadsskyddet från 2900 kronor till 3800 kronor, hade väckt stor kritik. Flera hundra personer deltog.

”Vi vill ha, råd med vård” ropade demonstranterna. Även cirka 40 000 namnunderskrifter samlades in för att högkostnadsskyddet inte skulle höjas.

Trots kritiken klubbades propositionen igenom veckan därpå som innebär att den enskilde ska betala 3 800 kronor, ur egen ficka under en tolv månadersperiod för egna läkemedel, innan frikort ges.



Sjukvårdsminister Acko Ankarberg Johansson.

Foto: Ninni Andersson/
Regeringskansliet

Patienters kostnader för läkemedel kommer således att öka med över 30 procent under 2025. Staten ska då i sin tur spara 5,4 miljarder kronor under 2025–2027.

”Det är nödvändigt att öka kostnaderna i statens budget för läkemedel för att säkerställa att alla patienter får tillgång till de behandlingar de behöver. Men det kräver också att patienternas egenavgift behöver höjas för att klara en långsiktig finansiering” säger sjukvårdsminister Acko Ankarberg Johansson på webbsidan www.regeringen.se.

Höjningen från 2 900 kronor till 3 800 kronor sker från och med den 1 juli i år.

Text: Jonas Jönsson

Anton Fendert konstaterade att det tar för lång tid att få rampservice

Det tar fortfarande för lång tid att få hjälp med rampservice. Det avslöjades när RH-gruppen lät trafikborgarrådet Anton Fendert (MP) göra ett så kallat stresstest.

I mitten av mars genomförde *RH-gruppen ett stresstest med trafikregionrådet Anton Fendert (MP). Anton fick sitta i en rullstol och själv ta sig fram på T-centralen för att därefter resa till Spånga pendelstation. Syftet var att han skulle fråga spärrvakten på T-centralen och spärrvakten på Spånga pendelstation om rampservice för att se hur lång tid det tar för att få hjälp. På T-centralen tog det sju minuter innan han fick hjälp. Men när Anton Fendert frågade spärrvakten på Spånga pendelstation då tog det sammanlagt 24 minuter.

– Det tar alldeles för lång tid, säger Anton Fendert, som anser att det högst ska ta max tio minuter.

Tanken är att de som åker elmoppe och rullstol ska kunna åka spontant med pendeltågen men tar det för lång tid att få hjälp med rampservice så kommer allt färre åka spontant.

– Det här kommer jag ta med mig till nästa möte med både SJ (som driver pendeltågen idag) och SL, säger Anton Fendert.

I fjol gjorde RH-gruppen ett liknande test men då med två personer som körde elmoppar. Då tog det 40



Trafikborgarrådet Anton Fendert (MP) tog sig fram i kollektivtrafiken sittandes i en rullstol.

Foto: Jonas Jönsson

minuter att få rampservice på Spånga pendelstation.

*RH-gruppen är ett samarbete mellan Personskadeförbundet RTP-S Stockholms län, Reumatikerdistriktet

i Stockholms län, Neuro Stockholms regionförbund, Rörelsehindrade barn- och ungdomar i Stockholms län och DHR Stockholms län.

Text: Jonas Jönsson



Foto: Unsplash.com

Helle Andersson först ut i RTP-S vlogg serie!

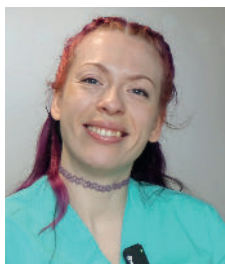
Helle Andersson berättar om sitt liv i RTP-S kommande vlogg serie. Hon utsattes för mobbning i grundskolan och hade en tuff uppväxt. Men när hon 19 år gammal drabbades av en ryggmärgsskada vände livet. Till det bättre.

Helle Andersson är RTP-S ungdomsbassadör och försöker engagera fram för allt yngre medlemmar i föreningen. Hon fixar träffar och roliga aktiviteter och syns ofta på mässor och andra arrangemang. Helle är det första intervjuoffret i RTP-S nya vlogg serie, som kommer att bli en serie filmade intervjuer. Filmerna kommer att läggas ut på RTP-S hemsida, Facebooksida och instagram.

Helle Andersson berättar öppet om när hon som 19-åring grälade med sin dåvarande pojkvän och drabbades av en ryggmärgsskada efter ett fall från en balkong på sjunde våningen.

– Jag gick ut för att få lite luft, jag fick någon typ av kortvarig psykos. Jag klättrade ut utanför balkongen och hängde i räcket. Det var där någonsans som jag vaknade till. Jag orkade inte häva mig upp så jag tänkte att jag kommer att dö, säger hon.

Helle tappade taget och föll handlöst mot marken men överlevde. Det blev en tuff omställning från att ha



Helle Andersson

kunnat röra sig fritt till att bli förlamad och inte kunna gå. Men för Helle Andersson blev olyckan inte så förödande.

– Jag ångrar ingenting för det har kommit så mycket positivt från det. För mig som blev mobbad som liten så var det rätt skönt att byta värld. Det här med rullstol blev ingen stor grej. Mobbingen var värre än att hamna i rullstol. Det psykiska är jobbigare än det fysiska, säger hon.

Idag är Helle utbildad arbetsterapeut och jobbar på Aleris Rehab Station i Frösundavik.

– Mitt inre jag mår mycket bättre än det tidigare har gjort, säger hon.

Se och hör intervjun med Helle i det kommande vloggsnittet som publiceras inom kort. Text & foto: JJ

TeamOlmed blir ForMotion

Den 12 maj 2025 byter TeamOlmed namn till ForMotion Ortopedteknik.

Du möter fortfarande samma engagerade team, på samma plats, med samma omtanke som tidigare men med ännu bättre möjligheter att ge dig individuellt anpassade lösningar för ökad rörelsefrihet.

Som en del av ett större nätverk kan vi ta del av ny kunskap och utveckla vår vård – allt för att du ska få det du behöver, på ditt sätt.

Vårt mål är tydligt – att hjälpa dig att leva ett liv utan begränsningar.



teamolmed
ortopedteknik

ForMotion™
ORTOPEDTEKNIK

Nicklas Mårtensson kräver att regeringen och ansvariga myndigheter ska ta sitt ansvar

Försvarsdepartementets utredning "Kommuners och regioners grundläggande beredskap inför kris och krig" får hård kritik. Nicklas Mårtensson, ordförande Funktionsrätt Sverige, skriver i en debattartikel i Göteborgsposten att genomförs förslagen riskerar krisberedskapen att utesluta personer med funktionsnedsättning.

Syftet med utredningen Kommuners och regioners grundläggande beredskap inför kris och krig var att "analysera vilket grundläggande ansvar och vilka huvudsakliga uppgifter som kommuner och regioner bör ha i fråga om förberedelser för och verksamhet under fredstida kriser och höjd beredskap".

Nicklas Mårtensson skriver att "blir förslagen verklighet riskerar den befolkningsnära krisberedskapen att återigen exkludera personer med funktionsnedsättning. Betänkandet omfattar inte personer med funktionsnedsättning som bor i eget boende utan några kommunala insatser, utan endast de som bor i särskilda boenden enligt socialtjänstlagen eller lss".

Nicklas Mårtensson fortsätter: "Det här är inte bara ett förbiseende av en stor del av befolkningen – det är en direkt kränkning av mänskliga rättigheter."



Nicklas Mårtensson.
Foto: Funktionsrätt Sverige

Funktionsrätt Sverige anser att kommuner och regioner har ett stort ansvar att bygga en krisberedskap som skyddar alla invånare vid kris el-



Skyddsrummet under Hötorget i Stockholm. Nicklas Mårtensson anser att regeringen måste inkludera personer med funktionsnedsättningar när det gäller beredskap inför kris och krig.

Foto: Wikipedia commons

ler krig och kräver att regeringen och ansvariga myndigheter omedelbart tar fram en strategi för inkluderande krisberedskap och civilt försvar i linje med FN:s rekommendationer och i nära samverkan med funktionsrättsrörelsen. Dessutom anser Funktionsrätt Sverige att regeringen "lägger ett lagstadgat ansvar på kommunerna att identifiera och planera för behoven hos personer med funktionsnedsättning, oavsett boendeform samt säkerställer att krisinformation är tillgänglig för alla i nödvändiga format och kommunikationssätt, in-

klusive teckenspråk, punktskrift och lättläst svenska.

Nicklas Mårtensson avslutar sitt debattinlägg:

"Att bortse från personer med funktionsnedsättning i krisberedskapen är en livsfarlig försummelse och strider mot både regeringsformens princip om att alla medborgare har samma grundläggande fri- och rättigheter och funktionsrättskonventionen. Krisberedskap och civilt försvar måste ha ambitionen att skydda hela befolkningen."

Text: Jonas Jönsson

Stefan Sundquist 20 frågor

1. Vad brinner du för i livet?

– Att hjälpa andra och lyfta dem som är längst ner på den socioekonomiska stegen. Som till exempel hemlösa och personer med en funktionsnedsättning.

2. När skrattade du senast? (Och varför)

– Det var för en halvtimme sedan, men jag vågar inte säga vad det var... (skratt)

3. Vad är du mest stolt över?

– Jag jobbar med saker som är fördelaktigt för andra. Att göra saker som gynnar andra gör mig stolt.

4. Vad gör du helst en ledig dag?

– Spelar dataspel. Men om solen skiner då är jag ute i solskenet.

5. Vad drömmer du ofta om

– Solsken.

6. Var i Sverige känner du dig mest hemma och varför?

– Jag kommer ursprungligen från Norrbotten och när jag är i Nacka, där jag bor, så känner jag att hemma är Norrbotten. Men när jag är i Norrbotten då känner jag att hemma är Nacka.

7. Vad ångrar du mest av allt i ditt liv?

– Jag tror inte på att man ska ångra saker. Däremot kan man dra lärdom om de misstag man har gjort.

8. Vilken melodi nynnade du senast på?

– "Peace of my heart" av Janis Joplin.

9. Vad drömde du om att bli när du var liten?

– Har inte haft någon specifik dröm. Jag har bara gjort det jag har trivts med för stunden.

10. Vad har du svårast för att acceptera hos dig själv?

– Det gäller att känna sig tillfreds med det man inte kan påverka. Brister har alla. Man kan acceptera det eller så kan man försöka ändra på sig.

11. Vilken maträtt äter du helst?

– Rött kött sju dagar i veckan. En blodig stek är inte så dumt.

12. Vilken är din bästa egenskap?

– Lösningsorienterad.

13. Vilken är din sämsta egenskap?

– Impulsiv

14. Om du bara fick bjuda hem tre personer på middag, men fick välja vilka som helst i världshistorien. Vilka personer skulle du då bjuda?

– Min särbo Susanne, fysikern och Nobelpristagaren Albert Einstein och filosofen Friedrich Nietzsche.

15. Vad gör dig riktigt glad?

– När jag är ute i solen med min särbo Susanne och har en kaffetermos i ryggsäcken.

16. Vad gör dig riktigt ledsen

– När min Susanne inte mår bra.

17. Om du hade kunnat avlyssna vad som sades på din begravning – vad hade du då önskat att de sade om dig?

– Skål! (Samtidigt som låten High-

way to hell med ACDC spelas högt i högtalarna och att det finns fri sprit att dricka.)

18. Vem gav du senast en kram?

– Min särbo Susanne.

19. Vad skulle du vilja uppmana människor att göra?

– Stå upp för andra.

20. Vad är din livsdevis?

– Trivs man inte med det man gör så fortsatt inte med det utan gör något annat som du trivs med.

Text: Jonas Jönsson



Stefan Sundquist. Foto: Privat

Fakta/Stefan Sundquist

Bor: Kvarnholmen i Nacka.

Civilstånd: Särbo med Susanne.

Sysselsättning: Kanslisamordnare på DHR:s distriktskansli i Stockholm.

Utbildning: Socionom.

Aktuell: Invald som suppleant i RTP-S distriktsstyrelse.

(Satt en period i RTP-S styrelse för 25 år sedan).

Bad – Gymnastik

Vill Du som medlem i RTP

– få guldkant på tillvaron? Må bättre? Och få motion i en bassäng med varmt vatten? Kom då och delta i vår vattengympa! Kontakta respektive kontaktperson eller kansliet för anmälan och frågor. Badavgiften under hösten är **450 kronor per termin**. Avgiften kan betalas till **bankgiro: 134-6261** eller via **swish: 1236783112**. Glöm ej avsändare och vilket bad insättningen avser.



Bad	Kontaktperson	Badtider	Vårens sista baddag	Höstens första baddag
Vattenhuset Sfären (1+2)	Dick Grün 070-324 49 95	Måndagar 17.30 – 18.30	2 juni	25 augusti
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	3 juni	26 augusti
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	5 juni	28 augusti
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 13.00	19 maj	25 augusti
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Eva Bellbrant 070-061 89 10	Tisdagar 18.00 – 19.30	3 juni	26 augusti
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 18.15 – 19.15	2 juni	25 augusti
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Anneli Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.30 – 17.15	4 juni	10 september
Badet på ROS Hamnvägen 2 (1+2) Norrtälje	Marie Kärllin 070-3161007	Onsdagar 17.00 – 21.00	11 juni	18 augusti
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	Kerstin Asplund 070-614 64 80	Onsdagar 15.00 – 16.00	4 juni	27 augusti
Vattenhuset Älvsjö	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 16.30 – 17.30	5 juni	28 augusti

(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.

Kimmo Rajala föreläser om sitt spektakulära liv som stuntman

Stuntmannen Kimmo Rajala föreläser om sitt liv på RTP-S kansli. Han har medverkat i över 300 produktioner och är en av Sveriges mest välkända stuntmän och har medverkat i mängder av spektakulära scener. Och han har hoppat ut genom fönster, sprängts i luften, deltagit i slagsmål och kraschat med otaliga bilar.

Exempel på filmer som Kimmo medverkat i är Beck – Sista vittnet, Populärmusik från Vittula, Kim Novak badade aldrig i Genesarets sjö, Wallander – Innan frosten, Arn – Tempelriddaren och Max Manus.

Under 2025 har Kimmo varit med och spelat in actionscener för krimserierna Beck och Maria Wern.

Kimmo har även tagit emot ett pris på Guldbaggegalan i kategorin Särskilda insatser för sitt arbete med filmerna Solstorm (2007) och Arn – Tempelriddaren (2007).

Passa på att anmäl er till Kimmos föreläsning!

Datum och tid: onsdagen den 24 september, klockan 13.00- cirka 14.30.

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

Anmälan: info@rtps.se eller ring 08-544 622 60.

Sista anmälningdag: fredagen den 19 september.

Kostnad: Ingen kostnad.

Arrangör: RTP-S



Kimmo Rajala ska föreställa Maria Wern, spelad av Eva Röse, i ett avsnitt av krimserien Maria Wern som spelas in på Gotland.

Foto: Privat



Regissören Jonas Åkerlund (t.v.) och Kimmo Rajala under inspelningen av "Clark", som är en svensk dramaserie om den svenske brottslingen Clark Olofsson.

Foto: Privat



Kimmo Rajala (t.v.) inför en stuntscen som stand in för den norska skådespelaren Kristofer Hivju, känd bland annat för rollen som polismannen Steinar Hovland i "Beck"

Foto: Privat

Upplev en avkopplande och intressant

RTP-S resa till Höga Kusten 25-28/8 2025

Dag 1, 25/8

Vi lämnar Kavallerivägen kl. 08.30 och åker norrut. När vi kommer till Gävle lämnar vi E4an och åker till Hemlingbystugan där vårt förmiddagskaffe väntar. Vi fikar i lugn och ro innan vi åter intar bussen för vidare färd norrut. När vi har passerat Hudiksvall börjar det bli dags för lunch, vid Jättendal svänger vi av till Mellanfjärden och restaurang Sjömärket. Här ute vid kusten i det lilla levande fiskeläget ska vi avnjuta en god lunch. Här finns hotell, teater, galleri, gästhamn och en hel del till. Men det mesta är "bara" öppet under högsäsongen på sommaren.

Nu är det bara sista biten kvar till Härnösand, vi kommer att åka "nya" bron i Sundsvall och vidare förbi Timrå. Vi kommer att bo på nybyggda Hernö Gin hotell som ligger på kanaludden i centrala Härnösand. Vi checkar in och kommer i ordning på rummen och avslutar dagen med en gemensam middag.

Dag 2, 26/8

Efter en god frukostbuffé är det dags för dagens utflykt, vår guide i två dagar Kjell Nordstrand möter oss vid bussen. I dag kommer vi att röra oss i närområdet, vi börjar med Hemsö fästning. För att komma dit åker vi en kort färjetur ut till ön. När vi kommer dit börjar vi med att "gå" en guidad visning i fästningen, den är anpassad för rullstolar. Där vi kommer ut ur fästningen är det ett stenkast till restaurangen där vi äter dagens lunch med en fantastisk utsikt över havet. Vi återvänder till fastlandet och tar en tur till byn Dal och besöker Hernö Gins de-



Bilmuseet i Härnösand är Sveriges största bilmuseum.

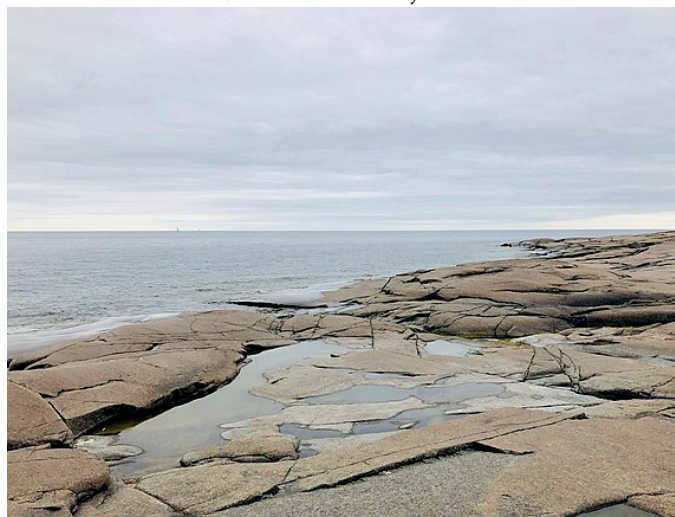
Foto: Wikipedia commons

stilleri. Här kommer vi att lära oss hur man gör Gin och varför just här, vi kommer också att få provsmaka några av deras olika gin.

Dagens sista besök är Bilmuseet i Härnösand, det är Sveriges största bilmuseum. Det är privatägt och ägaren är Calle Lundkvist, en sann Biltentusiast. Från T-Ford via amerikanare till Trabant och Volvo i många modeller, mopeder, barnvagnar ja hur mycket som helst. En av de först husbilarna trängs också bland dessa 300 bilar som finns i bilhallarna. Den som vill kan köpa sig en kopp kaffe eller varför inte en glass om vädret är så. Vi återvänder till hotellet och en gemensam middag.

Dag 3, 27/8

Efter frukost startar dagen med att vi åker till Lunde och Ådalsmonumentet, här kommer Kjell att berätta vad som



Rotsidans naturreservat med slipade berghällar med klapperstensfält.

Foto: Wikipedia commons

hände den där tragiska dagen 14 maj 1931. Vårt nästa mål är Skuleberget och Naturrum, en guide kommer att berätta om bland annat landhöjningen och de avtryck som vi idag ser i naturen av landhöjningen. Vi åker vidare ut mot kusten genom Nordingrå och dess fantastiska natur, berg, dalar, sjöar och havet. Detta är själva hjärtat i Höga kusten!

Vi kommer bland annat åka ner till Rotsidan som är ett stort klapperstensfält. Från parkeringen går en tillgänglighetsanpassad gångväg ut till klipporna. Det är grusad gångbana och träramper och möjligt att köra med både barnvagn och rullstol. Från parkeringen ut till rastplatsen vid havet är det cirka 600 meter. På klipporna finns två tillgänglighetsanpassade träplattformar med bänkar och en grillplats. Det finns två tillgänglighetsan-

ant sensommarresa till Höga kusten



Högakustenbron höjer sig över Ångermanlandälven. Bron var vid invigningen 1997 världens nionde längsta hängbro, med sina 1800 meter.

Foto: Wikipedia commons

passade toaletter (utedass), ett vid parkeringen och ett i anslutning till gångvägen nära grillplatsen. Från klipporna njuter vi av havet och den fantastiska naturen. Efter denna pärla åker vi tillbaka mot Härnösand på lite mindre vägar, kommer också besöka utsiktsplatsen vid Höga Kusten bron och njuta av utsikten över Ångermanälven och bron. Vi återvänder till Härnösand och hotellet och även idag äter vi en gemensam middag på hotellet.

Dag 4, 28/8

Ja nu är det dags att styra bussen söder ut igen. Vi äter en god frukost innan vi packar in väskor och oss själva i bussen och börjar hemfärden. Vid Hudiksvall lämnar vi E4an en stund för att dricka förmiddagskaffe med smörgås vid Ystegården. Ystegården är en hälsingegård från 1700-talet, av dessa vackra hälsingegårdar är detta min favorit. Vi kan inte besöka själva husen då de ej är anpassade, men i cafét som ligger intill ska vi fika innan vi fortsätter resan.

Någonstans längst Jungfru kustvägen från Söderhamn ner till Gävle ska vi äta lunch vid någon av dessa härliga restauranger som ligger vid kusten.

När vi avnjutit den sista lunchen på den här resan är det inte så långt hem till Sundbyberg efter fyra dagar på resande fot. Fulla av nya intryck är vi tillbaka på Kavallevägen cirka kl. 18.30.

Denna resa är subventionerad för RTP-S medlemmar.

Pris för resan: 6.450:- för medlemmar och 8.450:- för icke medlemmar.

Enkelrumstillägg: 2.385:-

Inklusive:

Resa i turistbuss med lyft för rullstolar.

Del i dubbelrum med frukost.

1 handikappanpassat rum.

Förmiddagskaffe dag 1,4

Lunch alla dagar. Middag dag 1,2,3

Besök och guidningar enligt program.

Lokal guide två dagar.

Sista anmälningdag: måndagen den 30 juni 2025.

Kontakta RTP-S kansli 08-545 622 60.

OBS! Anmälan är bindande efter 30 juni.

Toalett finns ombord på buss. Kom ihåg att anmäla hjälpmedel, specialkost och undvik starka dofter. Sundbergs Busstrafik AB erbjuder inte avbeställningsskydd, 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 Busstrafik innehar lagstadgad resegaranti.

Arrangör: RTP-S Aktivitetskommitté och Sundbergs Busstrafik AB.

Maria Byrgren föreläste digitalt om merkostnadsersättningen

Personskadeförbundet RTP-S arrangerade den 1 april ett spännande och informativt digitalt möte med Maria Byrgren från Försäkringskassan. Hon föreläste om vilka olika ersättningar det går att söka när det gäller merkostnadsersättning och sjuk- och aktivitetsersättning. Närmare 20 personer deltog under mötet.

För er som missade föreläsningen ta kontakt med kundtjänsten på Försäkringskassan 0771-524524 eller besök hemsidan www.forsakringskassan.se för mer information.



Maria Byrgren från Försäkringskassan föreläste digitalt om merkostnadsersättningen.

Foto: Jonas Jönsson

Johan berättade om varför man ska vara fysiskt aktiv

Norrtälje RTP anordnade den 1 april en föreläsning med fysioterapeuten Johan Sundin på Folkets Hus i Norrtälje. Temat för föreläsningen var "varför skall jag vara fysiskt aktiv?"

Vad betyder fysisk aktivitet? "Kroppsrörelse som ökar din energiförbrukning utöver den du har i vila".

Vad är träning? "Förbättra prestation och förändra fysiken".

Vad är Motion? "Bibehålla styrka, kondition och rörelse".

Det är viktigt att röra sig lite varje dag, än att inte göra någonting alls.

Vattengymnastiken som Johan Sundin leder ger oss både motion och träning. Viktigast av allt är att vi fortsätter röra på oss. Vattengymnastik är bra för alla oss, oavsett vilka problem vi har.

Att vara medlem i RTP och få tillgång till träning i en varmbassäng är en förmån vi skall vara glada för.

Text Marie Kärln



Johan Sundin föreläste om varför det är bra att vara fysiskt aktiv i livet.

Foto: Marie Kärln

RTP Norrtäljes årsmöte 2025

Norrtälje hade sitt årsmöte den 20 februari. Som vanligt var det många som kom, det var 25 medlemmar som kom, trots sjukdomstider fick vi inte ett enda återbud. Inbjuden som mötesordförande för årsmötet var kanslichef Karin Johnson. Anki Holmberg, som är ny på kansliet sedan hösten 2024, var också med.

Vi började med landgång och kaffe för att sedan raskt arbeta oss igenom dagordningen. Vi avslutade med att tacka Karin som suttit som mötesordförande.

Efter årsmötet avtackades tre medlemmar som lämnade sina styrelseuppdrag efter många år.

Anita Knutsson valberedningen 1994–2005 invald ledamot i styrelsen 2006–2025. Nann Palmgren 2005–2024 ledamot i styrelsen och vice ordförande mellan 2010–2024. Berit Grahn ledamot i styrelsen 2013–2025.

Text Marie Kärln



Traditionsenligt besökte en grupp medlemmar Vårsalongen på Liljevalchs konsthall. 282 konstverk gick att beskåda.

Foto: Anders Carlsson

Inför årets Vårsalong på Liljevalchs konsthall så hade cirka 4000 ansökningar skickats in. Totalt antogs 177 konstnärer med 282 konstverk och trenden är att allt yngre personer ansöker.

Så här står det på Liljevalchs hemsida: "Bland dem som passerat juryns

nålsöga finns en stor åldersmässig och geografisk spridning, från 18 till 78 år, från det sydliga Brösarp ända upp till Boden. Här samsas unga konstnärer med dem som länge haft konsten i sitt liv."

I början av april besökte 19 medlemmar från Personskadeförbundet

RTP-S Liljevalchs och de blev guidade av Helle Fogelström.

Som tidigare år så var det en stor variation i konstverkens material och teknik. Det gick att beskåda klassiskt måleri, skulptur och teckning, keramik, video, fotografi och textil.

Text: Jonas Jönsson

Rapporter

Telge Hälsan föreläste om ryggont och om hjälpmedel

Den 18 mars kom representanter från Telge Hälsan på besök hos Södertälje lokalförening. De föreläste om hur det är att ha ryggont och hur man minimerar smärtan. Under föreläsningen förevisades olika hjälpmedel som till exempel sittdynor och plocktång. Föreläsningen lockade 20 deltagare.

Det bjöds på en minnesrik och fin musikunderhållning

Den 6 maj arrangerade Södertälje lokalförening musikunderhållning i Allsalen. Musikunderhållningen var en tävling som gick ut på att gissa på låtar från schlagervärlden och svensktoppen. Ledare var Jan Jansson. Det var ett arrangemang som anordnades tillsammans med andra föreningar.

Christer Olsén hyllades efter 25 år på RTP-S kansli

Vid Personskadeförbundet RTP-S årsmöte i mars månad fick Christer Olsén blommor och gratulationer. Christer har jobbat på RTP-S kansli i 25 år och han uppvaktades därför av både distriktets styrelse, kollegor på kansliet och medlemmar.



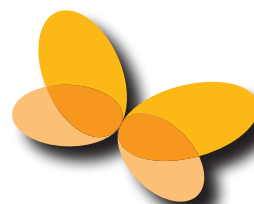
Styrelseledamoten Joanna Bachorz delade ut blommor till Christer Olsén.

Foto: Jonas Jönsson

Besök Hjärna Tillsammans nya sektion – Må bra!

Under våren 2025 lanserade Hjärna Tillsammans en ny sektion på hemsidan som heter Må bra! Det är en ny del på hemsidan där personer med förvärvad hjärnskada delar med sig av sina erfarenheter och kunskaper kring livet.

RTP-S medlem Christer Olsén medverkar i den nya sektionen. Besök hemsidan <https://hjarnatillsammans.se> och klicka på sektionen Må bra.



Kontaktuppgifter

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, där du kan läsa om nyheter i färdtjänsten samt att det finns mycket information under fliken kundcenter.

Styrelser och förtroendevalda

Personskadeförbundet RTP-S i Stockholms län.

Styrelser i lokalföreningarna,
förtroendevalda i distriktet
samt kanslipersonal.

2025

StorStockholms lokalförening (StS)

Per Gunnar Norlin, ordf.
Alireza Azarbad
Lotta Änggård
Ersättare:
Omar Hajouz
Walter De Bernardi

Norrtälje lokalförening (Nt)

Marie Kårlin, ordf.
Ann-Marie Eriksson
Solveig Boije
Ersättare:
Gunilla Johansson
Tom Lindberg

Nordvästra Storstockholms lokalförening (Nv)

Hernan Ravanal, ordf.
Bengt-Erik Johansson
Leif Ekström
Camilla Bohm Coleman
Mia Svensson
Ersättare:
Tommy Svensson
Marika Jäger

Södertälje lokalförening (Sö)

Eva Molnár, ordf.
Jan Jonsson
Hans Domeij
Pirjo Surakka
Ingrid Jonsson
Kerstin Asplund
Ersättare:
Astrid Viklund Hallman

Vid årsmötet i mars 2025 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
Hernan Ravanal, Nv
Stefan Sundquist, StS

REVISORER

Kurt Kalmelid,
godkänd revisor
Solveig Boije,
lekmannarevisor

KANSLI

Karin Johnson, kanslichef
Christer Olsén
Anna-Karin Holmberg
Jonas Jönsson

VALBEREDNING

Liiza Pettersson, Sö
Per Gunnar Norlin, StS
Camilla Bohm-Coleman, NV



Kalendarium

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

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

Till dig som ska delta i våra kvällsaktiviteter:

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

Har du möjlighet att ta färdtjänst är detta att rekommendera. Detaljer om aktiviteterna hittar du på sidorna 4-7.

MAJ

Onsdag	14	Besök i Bergianska trädgården
Fredag	16	Anm. Visning av riksdagshusets konstsamling
Lördag	17	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	19	Gym Aleris Rehab Station
Tisdag	20	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	21	Gym Aleris Rehab Station
Fredag	23	Anm. Digital träff med Postpoliomottagningen
Lördag	24	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	26	Gym Aleris Rehab Station
Tisdag	27	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Tisdag	27	Södertälje RTP deltar på Föreningsdagen
Tisdag	27	Digital träff med Postpoliomottagningen
Onsdag	28	Gym Aleris Rehab Station
Fredag	30	Visning av riksdagshusets konstsamling
Lördag	31	Gym Aleris Rehab Station

JUNI

Måndag	2	Gym Aleris Rehab Station
Tisdag	3	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	4	Samtalsträff med polioskadade
Onsdag	4	Gym Aleris Rehab Station
Lördag	7	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	9	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Måndag	9	Anm. Utflykt till Nynäshamn
Tisdag	10	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	11	Utflykt till Nynäshamn
Måndag	16	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Tisdag	17	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	23	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Måndag	30	Anm. Resan till Höga kusten

Måndag	30	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
--------	----	--------------------------------------

JULI

Måndag	7	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Måndag	14	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Måndag	21	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Måndag	28	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet

AUGUSTI

Måndag	4	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Måndag	11	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Tisdag	12	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	18	Gym Aleris Rehab Station sommaröppet
Tisdag	19	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	25	Gym Aleris Rehab Station hösttermin forts.
Måndag	25-28	Resa till Höga kusten
Tisdag	26	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	27	Gym Aleris Rehab Station hösttermin forts.
Lördag	30	Gym Aleris Rehab Station hösttermin forts.

SEPTEMBER

Fredag		Sittgympa på kansliet, drar igång i sept.
Tisdag	2	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Tisdag	9	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	10	Samtalsträff med polioskadade
Tisdag	16	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Fredag	19	Anm. Föreläsning med Kimmo Rajala
Tisdag	23	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	24	Föreläsning med Kimmo Rajala
Tisdag	30	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade

OKTOBER

Onsdag	8	Samtalsträff med polioskadade
--------	---	-------------------------------

Viktigt meddelande/tips till våra läsare:

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

RTP-S KANSLI

Postpoliomottagningens kontaktinformation:

Telefon: 08-123 576 41

Telefontid tisdagar: Klockan 13.00–14.00.

torsdagar: Klockan 09.00–10.00.

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

Besöksadress:

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

Stöd utgivningen av

RTP-S Aktuellt

genom att sätta in lägst

50 kronor på bankgiro 134-6261.

Vi har Swish!

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

Swishnummer: 1236783112

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

Karin Johnson, kanslichef

08-545 622 65 karin.johnson@rtps.se

Christer Olsén

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

Anki Holmberg

08-545 622 64 anki.holmberg@rtps.se

Jonas Jönsson

08-545 622 69 jonas.jonsson@rtps.se

Storstockholms lokalförening

Kansliet: 08-545 622 60 info@rtps.se

Nordvästra Storstockholms lokalförening

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

Norrtälje lokalförening

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

Södertälje lokalförening

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

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 stycken i entrén

Välkomna!

Tips

Ett vackert och delvis tillgänglighetsanpassat utflyktsmål är Ängsjö friluftsområde. Området ligger i Järfälla kommun vid Mälaren och erbjuder en 600 meter lång och naturskön slinga. Slingan är asfalterad och anpassad för rullstolsanvändare.

Och passa på att ta ett dopp när värmen kommer i sommar. Ängsjö friluftsbad är tillgänglighetsanpassat och har en lätttrullad väg fram till en badramp med räcke som sträcker sig ut i vattnet. Området har också ett tillgänglighetsanpassat trädäck med grillplats. Parkering för bilar med handikapptillstånd finns vid badet samt vid trädäcket. Dessutom finns en stor handikappsanpassad bajamaja nära badet. Vid Ängsjö friluftsgård finns också ett café som säljer kaffe, kaffebröd och glass.

Det går att åka kollektivt till Ängsjö friluftsområde. Åk pendeltåget till Kallhäll station och byt till buss 548 som går till och från Ängsjö friluftsgård. Med bil kör du E18 norrut. Sväng av vid trafikplats Stäket och följ sedan skyltar mot Ängsjö.

Text: Jonas Jönsson



Foto: Järfälla kommun

Ängsjö friluftsbad har en lång badramp med räcke.

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



Nu byter Aktiv Ortopedteknik namn till Ottobock Care!

Vårt fokus att hjälpa mäniskor att återfå eller behålla sin rörlighet kvarstår.

Ottobock Care 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.



**Kontakta
oss för att
boka tid!**

Här finns vi:

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

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

Esplanaden 8, Norrtälje
norrtalje@ottobockcare.se
08 - 624 95 50

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