

# Nyhetsbrev

Nummer 1, 2026 Personskadeförbundet RTP-S

Kavallerivägen 24, Rissne [www.rtps.se](http://www.rtps.se) 08-545 622 60

## Så skapar du ett långsiktigt gott liv med ryggmärgsskada



Sophie Jörgensen kommer inom kort att föreläsa för RTP-S medlemmar. Hon är docent och specialistläkare i rehabiliteringsmedicin vid Lunds universitet och arbetar kliniskt med uppföljning och rehabilitering efter ryggmärgsskada. Under föreläsningen lyfter hon hur man kan främja ett hälsosamt åldrande och går igenom kroppens naturliga förändringar med åren, samt vad som är särskilt viktigt att känna till när man lever med en ryggmärgsskada. Du får också ta del av unik forskning från en 12 år lång uppföljningsstudie av personer som levt länge med ryggmärgsskada.

**Datum:** torsdagen den 23 april.

**Tid:** klockan 17.00-18.00.

**Anmälan:** [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se) eller ring 08-545 622 60. Föreläsningen sker digitalt.

**Sista anmälningdag:** tisdagen den 21 april.

Sophie Jörgensen. Foto: Kennet Ruona.

Torsdagen den 7 maj samlas vi för en gemensam utflykt till Rudans friluftsområde och naturreservat, där vårens färger och gemenskap står i centrum. Vi promenerar eller rullar tillsammans längs den tillgänglighetsanpassade Maxingeslingan som slingrar sig runt Nedre Rudasjön. Ta med egen matsäck. **Datum och tid:** torsdagen den 7 maj, klockan 11.00-cirka 13.00.

**Mötesplats:** Rudanvägen 39, en parkering precis vid Nedre Rudasjön.

**Anmälan:** [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se) eller ring 08 545 622 60.

**Sista anmälningdag:** måndagen den 4 maj.

**Arrangör:** Storstockholms lokalförening.



Torsdagen den 4 juni är det dags för den traditionsenliga utflykten till Nynäs Rökeri, där RTP-S medlemmar samlas för att njuta av nyfångade räkor eller vällagad lax i trevligt sällskap. Utflykten brukar vara mycket uppskattad och leds, som så många gånger förr, av den omtyckta reseledaren Yvonne Andersson. Vi ses utanför Nynäs Rökeri. Efter måltiden väntar en kort promenad längs hamnen och genom Nynäshamns charmiga kvarter. Oftast rundas dagen av med en glass i solen. **Datum och tid:** torsdagen den 4 juni, klockan 11.30-cirka 13.30.

**Mötesplats:** Utanför Nynäs rökeri, Fiskargränd 6. **Anmälan:** [info@rtps.se](mailto:info@rtps.se) eller ring 08-545 622 60

**Sista anmälningdag:** måndagen den 1 juni.

**Arrangör:** Storstockholms lokalförening