



Nr 2
2026

RTP-S

AKTUELLT

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S STOCKHOLMS LÄN

Slag mot huvudet kan leda till svåra neurologiska besvär

Sid 10-11

Politikerna i regionen är eniga:
Hjälpmedel ska ges efter behov

Sid 8-9



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 koordinatör Lena på direktnummer 08-594 936 34.





Innehåll

Aktiviteter	4-7
Alla säger ja till hjälpmedel.....	8-9
Slag mot huvudet ger risk för men.10-11	
Stark bevakning av polio i Sverige.12-13	
En mage som funkar ger trygghet.....	14
Kreativa sektorn växer men ojämlikt...15	
När ryggmärgsskadade åldras.....	16
Registrering av amputerade är bra.....	17
Ronny drömde om guld tog brons..18-19	
Bad – Gymnastik	20
Aktiviteter.....	21-23
Rapporter	24-25
Övrigt	26-27
Styrelser och förtroendevalda.....	28
Övrigt	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: Stefan Sundquist

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:

18 september 2026

Manusstopp: 26 augusti 2026

Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB

Omslag: Ett slag mot huvudet kan leda till neurologiska sjukdomar.

Foto: Pexels.com

Bli medlem i RTP!

Enskild medlem 300 kr/år

Familjemedlemskap 360 kr/år

Bankgiro 5336-3917

Att ta sig genom vardagen med två sorters hinder: mina egna och samhällets

Det första är enkelt att förstå. Kroppen har sina begränsningar. Den kräver planering, återhämtning och hjälpmedel för att det jag vill ska bli möjligt. Det andra hindret är svårare att se – men tyngre att bära. Det är tröskeln in till lokalen som "snart ska fixas". Hissen som "tyvärr står still just idag". Bussen som "inte kan ta rullstol på grund av teknikfel". Mötet om inkludering där toaletten inte går att använda.

Jag lever ett helt liv, inte en "anpassad version". Ändå händer det att rullstolen blir det första och största folk ser. Som om min närvaro kräver en förklaring, eller som om jag ska vara tacksam när något fungerar som det borde. Det blir märkligt: det som för andra är självklart blir för mig en förhandling. Varje resa, varje besök, varje spontan idé måste passera en kontrollfråga: går det ens?

Det blir karaktärsdanande att leva så. Inte för att jag vill vara en symbol, utan för att jag tvingas träna egenskaper andra sällan behöver. Jag blir projektledare för min egen vardag: plan A, plan B, ibland plan C. Jag lär mig att läsa miljöer, rutiner och attityder. Jag lär mig att vara saklig när jag egentligen vill skrika, för om jag blir "för känslös" blir problemet plötsligt mitt – inte hindret. Jag har också lärt mig att styrka inte alltid ser ut som i reklamfilmer. Den kan se ut som att ringa ännu ett samtal, skriva ännu ett mejl, göra ännu en anmälan när man vet att det tar tid. Den kan se ut som att säga ifrån när någon pratar över ens huvud. Den kan se ut som att be om hjälp utan att krympa som människa. Men jag vill vara tydlig: jag vill inte att livet i rullstol ska behöva vara karaktärsdanande för att samhället fortfarande är onödigt otillgängligt. Tillgänglighet är inte en "snäll grej" man gör för några få. Det är demokrati i praktiken. Det är att kunna delta utan att be om lov, arbeta utan att hindras av en tröskel, vara spontan utan att riskera att bli stående utanför.

Jag är inte ett problem som ska lösas. Jag är en medborgare. Och när jag rullar genom staden rullar jag inte bara framåt. Jag rullar genom ett samhälle som fortfarande behöver lära sig en enkel sanning: det är inte jag som ska passa in i världen. Det är världen som ska vara byggd för oss alla.



Stefan Sundquist, ordförande i RTP-S
Stockholms läns distrikt.

Foto: Jonas Jönsson



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.

Samtalsträff med boccia Hjärnskadade

OBS nya tider.

Nu äger träffarna rum en gång i månaden.

Tid: tisdagar klockan 12.30-14.00

Datum: Maj: 12. Juni 16.

I höst sker träffarna på måndagar. **Datum:** Augusti 17. September 14. Oktober 12. November 16. December 14.

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

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: 3 juni, 9 september och 4 november
Alltid på onsdagar varannan månad klockan 12.30 - 14.30.

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

Kaffe/te med kaffebröd till självkostnadspris: 20 kronor.

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

Kontakt: RTP-S kansli 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 forskning. 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. Till och med vecka 23. Gym- och badavgiften är 450 kronor per termin. Från och med vecka 24 till och med vecka 34 är gymmet öppet på måndagar 17.30-19.30. Adress: Frösundaviks allé 4.



Händer i StorStockholm

Häng med på en utflykt till Nynäshamn och njut av färska nyfångade räkor!

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 eller ring 08-545 622 60

Sista anmälningdag: måndagen den 1 juni.

Arrangör: Storstockholms lokalförening.

Följ med till den gröna oasen vid Vinterviken när hösten börjar göra sitt intåg

Välkommen till en avkopplande och naturnära utflykt till Vinterviken som är en grön oas strax utanför centrala



Den gamla fabriksbyggnaden i Vinterviken, som ursprungligen var en del av Alfred Nobels dynamitfabrik, är idag en festlokal och ett kafé.

Foto: Wikipedia commons

Stockholm. När hösten börjar göra sitt intåg bjuder området på vackra färger, frisk luft och en lugn atmosfär som passar perfekt för en gemensam dag ute.

Denna aktivitet riktar sig till personer med funktionsnedsättning och genomförs i ett lugnt tempo där alla ska kunna delta utifrån sina egna förutsättningar. Vinterviken erbjuder tillgängliga gångvägar, bänkar för vila och öppna ytor som gör det enkelt att ta sig fram.

Under dagen tar vi en gemensam promenad i området, njuter av naturen och får möjlighet att umgås. För den som vill finns det också möjlighet att fika tillsammans, antingen på plats eller med egen matsäck.

Det här är ett tillfälle att komma ut, träffa andra och uppleva en vacker miljö i trygg och inkluderande gemenskap.

Oavsett om du kommer själv eller tillsammans med någon är du varmt välkommen att delta. RTP-S populära medlem, Yvonne Andersson, är utflyktens ciceron.

Datum: tisdagen den 8 september.

Tid: klockan 11.00-cirka 14.00.

Sista anmälningdagen: fredagen den 4 september.

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

Arrangör: Storstockholms lokalförening.

Händer i RTP Nordväst

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 18.00-19.00. 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.



Aktiviteter

Händer i Södertälje

De omtyckta yoga- och paraffinträffarna fortsätter under hösten i Allaktivitetshuset

De populära yogaträffarna kommer att fortsätta även under hösten. Södertälje lokalförening anordnar dessa träffar i lokalen Bojen i Allaktivitetshuset. Även paraffinträffarna kommer att fortsätta i höst. Det blir två grupper, en tisdagsgrupp och en torsdagsgrupp och paraffinträffarna anordnas varannan vecka. Mer detaljerad information om tider och datum publiceras i nästa nummer av RTP-S Aktuellt.



Södertälje lokalförening kommer att fortsätta i höst med de populära paraffinbaderna för både händer och fötter.

Foto: Jonas Jönsson

RTP Södertälje är på plats under Tillgänglighetsdagarna i slutet av maj

Södertälje lokalförening kommer att medverka under Tillgänglighetsdagarna 2026 i Södertälje stadshus den 29–30 maj, där de också kommer att informera om verksamheten och värva nya medlemmar.

Tillgänglighetsdagarna sätter fokus på demokrati, delaktighet och kultur för alla.

Under evenemanget erbjuds anpassade aktiviteter som dans och musik, samtidigt som frågor om inflytande och tillgänglighet lyfts fram.

Händer i Norrtälje

Aktivitetserna under våren och hösten i Norrtälje lokalförening

Vårterminen 2026.

Vårens aktiviteter närmar sig sitt avslut. Badets sista dag för terminen är onsdagen den 10 juni. Tisdagen den 19 maj arrangerades en uppskattad båtresa med anpassad båt.

För alla som deltar i badet planeras även en gemensam badavslutning i juni i Rolfs paviljong. Mer information ges på plats i badet.

För mer information, kontakta Marie Kårlin: marie57karlin@gmail.com eller ring 070-316 10 07.

Höstterminen 2026.

Höstens badtermin startar onsdagen den 19 augusti. Som traditionen bjuder blir det även julfest i november/december, mer information kommer i RTP-S Aktuellt nr 3. Terminens sista bad äger rum onsdagen den 16 december.

För mer information, kontakta Marie Kårlin: marie57karlin@gmail.com eller ring 070-316 10 07.

Har du förslag på aktiviteter eller verksamhet som föreningen kan anordna? Hör gärna av dig till Marie Kårlin.

Fysioterapeuten Johan Sundin berättar om ryggsmärta och åldersförändringar

”Det gör ont i ryggen! En föreläsning om vad och varför det gör ont i ryggen fast läkaren säger att det bara är åldersförändringar”. Föreläsare är fysioterapeuten Johan Sundin.

Tid: 22 september kl. 13.00–ca 16.00.

Plats: Konferensrum Bollen, Sportcentrum i Norrtälje. Kaffe och smörgås serveras.

Anmälan senast 26 augusti:

marie57karlin@gmail.com, 070-316 10 07.

eller solveig.boije@gmail.com, 070-494 72 25.

Ange eventuella allergier vid anmälan.



Övriga aktiviteter

Har du tips på en inspirerande föreläsare för RTP-S medlemmar?

RTP-S vill gärna ta del av våra medlemmars idéer och önskemål kring framtida föreläsningar och aktiviteter. Vi vet att det finns många engagerande, inspirerande och kunniga personer där ute som kan bidra med både kunskap, motivation och gemenskap. Därför hoppas vi att ni vill hjälpa oss med tips på föreläsare.

Det kan handla om personer som själva lever med erfarenheter av amputation, ryggmärgsskada, polio, hjärnskada eller whiplashskada och som vill dela med sig av sina berättelser, erfarenheter och insikter. Men vi tar också gärna emot förslag på föreläsare inom andra områden som kan vara intressanta och värdefulla för våra medlemmar.

Kanske känner ni till någon som föreläser om kost och hälsa, träning och rehabilitering, psykiskt välmående eller sociala aktiviteter och gemenskap? Det kan också vara personer som inspirerar genom kultur, resor, motivation eller andra ämnen som väcker nyfikenhet och engagemang. Vi vill skapa ett varierat och innehållsrikt program där våra medlemmars intressen och behov står i centrum. Därför betyder era förslag mycket för oss.

Hör gärna av er till RTP-S med era idéer och tips! Ring oss på 08-545 622 60. Mejla till info@rtps.se. Vi ser fram emot att höra från er och ta del av era förslag!

Föräldrar med rörelsenedsättning sökes till en studie vid Malmö universitet

Vi söker deltagare till ett forskningsprojekt som handlar om familjer där minst en förälder har en varaktig rörelsenedsättning. Vi vill intervjua dig som förälder om dina erfarenheter av att ha barn och vilka möjligheter och hinder som rörelsenedsättningen inneburit i ditt föräldraskap.

Vi söker också vuxna barn (över 18 år) som vuxit upp i en sådan familj. Förälder och vuxna barn deltar i studien var för sig, helt fristående, och behöver inte komma från samma familj. Projektet är godkänt av Etikprövningsmyndigheten. Vi som håller i projektet heter Camilla Nordgren och Matilda Svensson Chowdhury och vi arbetar på Malmö universitet. Tillsammans har vi både erfarenheter av att vara förälder med rörelsenedsättning och att växa upp med en förälder med rörelsenedsättning. Kontaktpersoner: Camilla.nordgren@mau.se Matilda.svensson@mau.se.

Personskadeförbundet RTP fyller 80 år – nu kan du bli medlem för bara 80 kronor

Nu firar Personskadeförbundet RTP 80 år och det vill vi fira tillsammans med nya medlemmar! Under jubileumskampanjen kan du bli medlem till ett extra förmånligt pris – endast 80 kronor för enskilt medlemskap eller 160 kronor för familjemedlemskap. Medlemskapet gäller resten av 2026. (Ordinarie medlemsavgift är 300 kronor för enskilt medlemskap och 360 kronor för familj.)

Alla som blir medlemmar under kampanjen deltar dessutom i utlottningen av en hemlig vinst från en av våra samarbetspartners. Kampanjen gäller till och med den 31 maj 2026 och riktar sig till nya medlemmar, det vill säga personer som inte varit betalande medlemmar under 2025.

Som medlem i Personskadeförbundet RTP stödjer du vårt arbete för att förebygga skador och olyckor samt vårt arbete för ett mer tillgängligt samhälle där alla får möjlighet att leva ett gott liv.

Du blir medlem genom att kontakta förbundskansliet på telefon 08-629 27 80 eller via e-post info@rtp.se eller genom att swisha medlemsavgiften till 123 526 26 47. Ange då personnummer och e-postadress.

Kom ihåg att gymmet i Frösundavik är öppet på måndagar under hela sommaren

Från och med vecka 24 till och med vecka 34 är gymmet i Frösundavik öppet på måndagar 17.30-19.30. Adress: Frösundaviks allé 4.

Från och med vecka 35 är gymmet öppet som vanligt tre gånger per vecka. Tiderna är då måndagar 17.30-19.30, onsdagar 17.30-19.30 samt lördagar 13.00-15.00.

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.



Stor enighet om funktionsrätt i regionen men tydlig splittring om avgifter och tågvärdar

Samtliga partier säger att hjälpmedel ska ges efter behov och att färdtjänsten ska hålla hög kvalitet. Men när frågorna handlar om avgifter, bemanning och konkreta prioriteringar blir skillnaderna tydliga. En genomgång av partiernas svar visar var de verkliga skiljelinjerna går.

Enligt en enkät som RH-gruppen genomfört under vintern visar att det råder nästan total politisk enighet om målen för funktionsrättspolitikerna i regionen. Alla partier instämmer i att hjälpmedel ska ges efter behov. Alla står bakom kravet på likvärdig färdtjänst i hela regionen. Och samtliga säger att det är politikens ansvar att säkerställa ett aktivt och värdigt liv för personer med funktionsnedsättning.

Men under den breda samsynen finns tydliga sprickor. Den skarpaste konfliktlinjen gäller egenavgifter för hjälpmedel. Vänsterpartiet är ensamt om att helhjärtat säga ja till att ta bort avgifterna. Miljöpartiet ligger nära. Flera andra partier, däribland Socialdemokraterna, Sverigedemokraterna, Liberalerna och Centerpartiet, uttrycker stöd, men mer försiktigt. Moderaterna utmärker sig som tydligast restriktiva och motsätter sig att ta bort egenavgifter.

Frågan om hjälpmedel ska vara helt avgiftsfria är därmed långt ifrån avgjord. Trots enigheten om behovsprincipen råder delade meningar om vem som ska bära kostnaden.

När det gäller färdtjänstens kvalitet, likvärdighet och obligatorisk utbildning för förare råder bred samsyn. Här finns inga tydliga blockgränser.

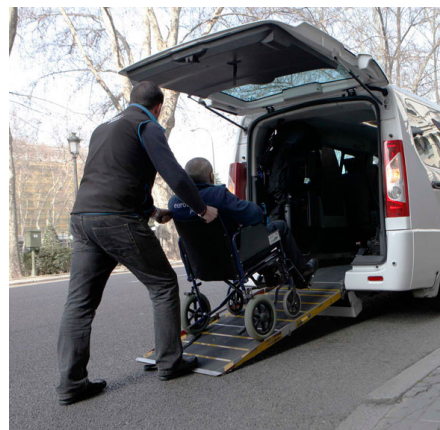
Men i frågan om tilldelning av färdtjänstresor fullt ut ska styras av individuella behov märks viss försiktighet, framför allt från Centerpartiet. Vänsterpartiet, Liberalerna och Sverigedemokraterna svarar genomgående instämmer helt när det gäller att ge stöd till en utbyggd och behovsstyrd färdtjänst.

Den mest polariserade frågan gäller återinförandet av tågvärdar i pendeltågstrafiken. Vänsterpartiet och Sverigedemokraterna är tydligt för. Miljöpartiet är tydligt emot. Övriga partier placerar sig i ett mer avvaktande eller svagt negativt läge. Här bryts de traditionella blockmönstren. Frågan skapar oväntade positioner och visar att synen på trygg bemanning i kollektivtrafiken inte följer klassiska höger-vänster-linjer.

Bakom den breda enigheten om mål och värderingar döljer sig tydliga skillnader i prioriteringar. Sammantaget visar genomgången att partierna är överens om principerna, men inte om hur långt de är beredda att gå. Vänsterpartiet framstår som mest konsekvent offensivt och instämmer helt i samtliga frågor. Sverigedemokraterna ligger också mycket högt i sitt stöd. Moderaterna är mest återhållsamma, särskilt i avgiftsfrågan och när det gäller tågvärdar. Socialdemokraterna intar en mellanställning och är starka i värderingsfrågor men mer försiktiga i vissa konkreta reformer.

Text: Jonas Jönsson

RH-gruppen: RH står för Rörelsehinderföreningarna i samverkan och består av DHR, Neuroförbundet Stockholms Region, Personskadeförbundet RTP-S, Reumatikerdistriktet i Stockholms län och RBU.



Alla säger ja till att hjälpmedel ska ges efter behov och att färdtjänsten ska hålla hög kvalitet. Foto: Wikipedia commons



Instämmer helt



Instämmer mycket



Instämmer ganska mycket



Neutral



Instämmer ganska lite



Instämmer mycket lite



Instämmer inte alls

	M	KD	V	MP	L	SD	C	S
1 Hjälpmedel ska ges efter behov								
2 Hjälpmedel utan kostnad								
3 Ingen egenavgift/hyra för hjälpmedel								
4 Fritidshjälpmedel ska förskrivas								
5 Hjälpmedel högre politisk prioritet								
6 Färdtjänstresor efter behov								
7 Obligatorisk utbildning för färdtjänstförare								
8 Likvärdig kvalitet i färdtjänsten i regionen								
9 Likvärdig tillgång till färdtjänst i regionen								
10 Färdtjänst högre politisk prioritet								
11 Återinföra tågvärdar i pendeltåg								
12 Politikens ansvar för aktivt och värdigt liv								

Fotnot: M står för Moderaterna, KD Kristdemokraterna, V Vänsterpartiet, MP Miljöpartiet, L Liberalerna, SD Sverigedemokraterna, C Centerpartiet och S Socialdemokraterna.

Traumatisk hjärnskada kan leda till

Att slå i huvudet kan verka som en tillfällig händelse. Men forskning visar att en traumatisk hjärnskada (TBI) kan få konsekvenser långt senare i livet. Personer som drabbats löper en ökad risk att utveckla sjukdomar som Alzheimers, Parkinsons och ALS.

Eric Thelin, specialitläkaren inom Neurologi vid Karolinska Universitetssjukhuset och docent vid Karolinska Institutet, ger en bild av ett komplext och fortfarande delvis okänt förlopp.

När hjärnan utsätts för ett kraftigt slag uppstår en akut skada där både blodkärl och hjärnvävnad påverkas. Det kan leda till blödningar, svullnad och en inflammatorisk reaktion. Samtidigt försämras syretillförseln till hjärncellerna, vilket gör att vissa av dem kan skadas eller dö.

Det man länge trodde var att denna process avstannar med tiden. Men idag vet man att det inte är hela sanningen.

– Man har sett att det finns en kvarvarande inflammation och en nedbrytning av nervtrådar, axon, i hjärnan många år efter en hjärnskada, förklarar Eric Thelin, som bland annat forskar om traumatiska hjärnskador.

En av de stora frågorna är varför en hjärnskada kan öka risken för neurodegenerativa sjukdomar senare i livet. Här finns ännu inga definitiva svar, men forskarna har flera teorier. En möjlig förklaring är att hjärnans förmåga att rensa bort vissa proteiner försämras efter en traumatisk hjärnskada. Ett sådant protein är tau, som också ansamlas vid Alzheimers sjukdom. När dessa ämnen blir kvar i hjärnan kan de trigga en inflammato-



Ett slag mot huvudet kan se obetydligt ut i stunden. Men spåren kan finnas kvar långt senare. Forskning visar att risken ökar efter att såret läkt. Risken ökar för allvarliga sjukdomar som Alzheimers, Parkinsons och ALS.

risk process som påverkar både blodkärl och nervceller, vilket på sikt kan leda till nedbrytning av hjärnceller.

– Teorierna är att om man drabbas av en TBI så leder det till att man får problem med att bli av med vissa proteiner från hjärnan som vanligtvis filtreras ut, bland annat ett som heter Tau, säger Eric Thelin.

En viktig pusselbit handlar om immunförsvaret. Efter en hjärnskada aktiveras kroppens försvar men det

verkar inte alltid fungera som det ska.

Studier visar att delar av immunförsvaret kan börja angripa hjärnans egna blodkärl långt efter skadan. Detta gör att kärlen läcker, vilket i sin tur försämras hjärnans förmåga att rensa bort avfallsprodukter. Resultatet kan bli en långvarig, låggradig inflammation som påverkar både blodkärl och nervceller negativt över tid. Inflammation i hjärnan innebär inte

La till neurologiska sjukdomar



isar att en traumatisk hjärnskada kan påverka livet långt

Foto: Pexels Genrebild
en infektion i vanlig mening, utan en pågående aktivering av immunsystemet. Denna miljö är ogynnsam för hjärnans celler. Med tiden kan det leda till att nervceller bryts ned och dör. Det blir en process som liknar den man ser vid neurodegenerativa sjukdomar. Hur omfattande denna nedbrytning blir beror bland annat på hur allvarlig den ursprungliga skadan var.

Det är fortfarande oklart exakt

vilka biologiska mekanismer som ligger bakom den ökade risken att utveckla neurologiska sjukdomar efter en traumatisk hjärnskada. En viktig förklaring är att området länge varit otillräckligt studerat. Många forskningsstudier har främst fokuserat på den akuta fasen efter skadan och avslutats relativt tidigt, vilket gör att långtidseffekterna inte har kartlagts fullt ut.

Det finns inte så många effektiva behandlingar för att förebygga långsiktiga neurologiska konsekvenser efter TBI, varför?

– Precis som efter andra akuta hjärnskador såsom stroke så finns det inga godkända mediciner som förbättrar situationen i den drabbade hjärnan. Man har verkligen försökt men flera av dessa har visat sig fungera i djurmodeller fast sedan misslyckas när de testas i människa. Varför vet man inte riktigt, men ju bättre man blir på exakt att kartlägga vilka mekanismer det är som ligger bakom att dessa långtgående problem uppstår ju bättre kommer man att bli på att designa lämpliga läkemedel. Det har precis kommit bra antikroppar mot dessa slaggprodukter i hjärnan vid Alzheimer, samt att fler är på väg, och det finns en möjlighet att dessa kan komma att fungera även för TBI, säger Eric Thelin.

Tidiga tecken på neurologiska förändringar kan i viss mån upptäckas. Symtom kan identifieras genom kliniska undersökningar hos läkare, medan strukturella skador i hjärnan ofta syns med magnetkamera (MR). Mer subtila förändringar, som inflammation, kan ibland upptäckas med PET-kamera. Vissa av dessa fynd kan vara tidiga tecken på framtida problem, men exakt hur de hänger ihop är ännu inte helt klarlagt.

Ett viktigt forskningsprojekt, LONG-TBI, följer personer som haft en svår hjärnskada för 10–15 år sedan. Målet är att hitta så kallade biomarkörer, mätbara ämnen i blod eller ryggmärgsvätska, som kan visa om det pågår inflammation eller nedbrytning i hjärnan.

– Med hjälp av LONG-TBI hoppas vi därför få en större förståelse för de processer som pågår lång tid efter hjärnskada och med hjälp av dessa biomarkörer se till riskerna att utveckla mer långtgående neurologiska besvär, säger han.



Eric Thelin

Foto: Karolinska institutet

Vad hoppas ni att forskningen ska leda till i framtiden?

– På sikt hoppas vi att vi kan finna en bra biomarkör som används på sjukhus och vårdcentraler som kan tas hos patienter som drabbats av en hjärnskada för att se om problemen är relaterade till hjärnan eller andra besvär såsom muskelpåverkan eller depression som ger liknande besvär med huvudvärk, koncentrationssvårigheter och hjärntrötthet efter en hjärnskakning. Om en biomarkör är känslig och specifik nog kommer detta att skapa en större trovärdighet hos de som går runt med besvär efter TBI, och förhoppningsvis kan detta då även användas i läkemedelsstudier för att bekräfta behandlingseffekt, och därmed leda till bättre behandlingar i framtiden, säger Eric Thelin.

Text: Jonas Jönsson

Ingen övervakning i avloppsvatten me

Trots att poliovirus på senare tid har upptäckts i avloppsvatten i flera europeiska länder finns i dag inget etablerat nationellt program i Sverige för att övervaka viruset i avloppsvatten. Det betyder dock inte att Sverige saknar beredskap. Tvärtom bygger övervakningen av polio i stället på ett välutvecklat system inom hälso- och sjukvården.

En viktig förklaring till att övervakningen ser ut som den gör är att Sverige har varit fritt från inhemska fall av polio i nästan 50 år. Det senaste fallet rapporterades 1977. Samtidigt är vaccinationsgraden mycket hög, vilket ger befolkningen ett starkt skydd mot sjukdomen.

Mot denna bakgrund planeras i dagsläget ingen utökad övervakning av poliovirus i miljön. Det finns därför varken regelbunden provtagning eller särskilda platser för sådana tester. Folkhälsomyndigheten betonar dock att övervakningen löpande ses över utifrån utvecklingen i omvärlden och nya metoder.

I Sverige sker övervakningen av polio främst genom att sjukdomen är anmälningspliktig. Det innebär att misstänkta fall snabbt rapporteras och utreds.

Systemet kompletteras av en förstärkt övervakning av enterovirus, som är den virusfamilj som poliovirus tillhör. Särskilt viktig är uppföljningen av patienter med virusorsakad hjärnhinneinflammation eller hjärninflammation (meningoencefalit), som också omfattas av anmälningsplikt. Alla sådana fall ska testas för enterovirus.

– Enligt Folkhälsomyndighetens föreskrifter om poliiodiagnostik vid virusorsakad meningoencefalit ska alla sjukdomsfall provtas och ana-



Sverige har i dagsläget ingen miljöövervakning av poliovirus i avloppsvatten, men ett välfungerande system innebär det att risken för spridning bedöms som låg samtidigt som beredskapen hålls under ständig utveck-

lyseras för enterovirus. Prover där enterovirus identifierats från sjukdomsfall av meningoencefalit analyseras på Folkhälsomyndigheten för att utesluta förekomst av poliovirus. Dessutom skickas prover in från andra sjukdomsfall med neurologiska symtom som skulle kunna orsakas av poliovirus. Årligen analyseras 300–

500 prov, varav ungefär hälften från patienter med virusorsakad hjärnhinneinflammation/hjärninflammation, säger, enhetschef Carl Johan Treutiger vid Folkhälsomyndigheten, i ett mejl till RTP-S Aktuellt.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC), USA:s nationella folkhälsomyndighet, varnade i början

En stark beredskap mot polio i Sverige



... för att upptäcka och hantera misstänkta fall inom sjukvården. I kombination med hög vaccinationsgrad ...
... ling.

Foto: Pixabay

av 2026 amerikanska resenärer för polio i Europa, efter att viruset påvisats i avloppsvatten i flera länder. Men risken för att poliovirus skulle spridas i någon större omfattning i Sverige bedöms i dag som låg. Det beror bland annat på den höga vaccinationsgraden i befolkningen, goda hygieniska och sanitära förhållanden

samt välfungerande smittskyddsrutiner.

Skulle ett fall ändå upptäckas finns en god beredskap att snabbt vidta åtgärder för att begränsa eventuell smittspridning.

– En person med neurologiska symtom där det finns misstanke om polio skulle omhändertas snabbt in-

om sjukvården. De har rutiner för att utreda patienter och ta prover. Prover från patienter med meningoencefalit där man hittat enterovirus skickas till Folkhälsomyndigheten för analys och alla sådana undersöks för polio. Från första kontakt med sjukvården, till bekräftelse att det rör sig om ett fall av polio kanske tar en vecka, säger Héléne Englund utredare och epidemiolog på Folkhälsomyndigheten, i ett mejl till RTP-S Aktuellt.

Hur bedömer du risken för spridning av poliovirus i Sverige i dag, och vad ligger bakom den bedömningen?

– Det är låg risk att poliovirus skulle få någon större spridning i Sverige idag, eftersom vi har en hög



immunitet i Héléne Englund, utredare sanitär stan- och epidemiolog på Folkdard och hög hälsomyndigheten. Foto: Lena Katarina Johansson. befolkning- en. Dessutom skulle smittskyddsåtgärder kunna sättas in som kan begränsa smittspridningen, säger Héléne Englund.

Samtidigt pågår ett utvecklingsarbete kring analys av smittämnen i avloppsvatten, i samarbete mellan Folkhälsomyndigheten och andra aktörer, bland annat Sveriges lantbruksuniversitet (SLU).

Även om poliovirus inte ingår i något nationellt program i dag, kan framtida förändringar bli aktuella i takt med att ny kunskap och nya metoder utvecklas.

Text: Jonas Jönsson

En fungerande mage ger ett bättre liv för ryggmärgsskadade

En mage som funkar ger trygghet, frihet och bättre vardag. Emma Andrén från Coloplast förklarar hur neurogen tarm uppstår och vilka behandlingsmetoder som kan hjälpa.

Att förstå hur mag-tarmkanalen fungerar är viktigt för alla, men för personer med ryggmärgsskada kan kroppens signaler vara förändrade. Tarmen blir inte

förlamad, men transporten genom tjocktarmen går långsammare, avföringen blir torrare och känslan kan vara nedsatt.

Många känner inte när det är dags att gå på toaletten, vilket kan leda till för-

stoppning, svårighet att tömma tarmen eller läckage. Cirka 95 procent av ryggmärgsskadade har problem med förstoppning, och ungefär en av tre lever med buksmärter.

– Det är vanligt att det finns en oro över att inte veta när läckage ska ske, säger Emma Andrén från Coloplast under ett webinarium som Spinalis anordnade i våras.

Emma Andrén förklarade att många personer med ryggmärgsskada upplever att tarmproblemen påverkar deras livskvalitet. Det kan skapa oro och stress, känslor av skam och förlorad värdighet, och i vissa fall bidra till nedstämdhet eller depression. Problemen påverkar vardagen på flera sätt och gör att man undviker att resa, gå på stan eller träffa vänner.

Men det finns stöd och hjälp att få. Genom att hitta egna rutiner för mat,

dryck och toalettbesök kan tarmen börja fungera mer förutsägbart. När tarmen töms regelbundet minskar risken för läckage, vilket ger en känsla av frihet och trygghet i vardagen. Behandlingsalternativen är många och individuella. Standardbehandling handlar om att äta en bra kost med mycket grönsaker, sallad och fiber, röra på sig regelbundet och gå på toaletten vid fasta tider. Att

”Det gäller att ha tålamod att hitta rätt rutiner som passar just dig”

sitta rätt med högt uppdragna knän vid toalettbesök, ta det lugnt och göra magmassage kan också hjälpa.

Ibland kan läkemedel som Movicol, Inolaxol eller Microlax underlätta tarmtömningen. Ett annat alternativ är transanalirrigation som innebär att man tar vattenlavemang vilket hjälper tarmen tömmas mer regelbundet. I svårare och mer komplexa fall finns kirurgiska alternativ.

Tarmen spelar en viktig roll i kroppens immunförsvar. Cirka 70 procent av kroppens immunceller finns i och runt tarmen. Därför är det extra viktigt att ta hand om tarmhälsan, särskilt för personer med ryggmärgsskada.

– Problemen är väldigt individuella, det gäller att ha tålamod att hitta rätt rutiner som passar just dig, säger Emma Andrén.

Text: Jonas Jönsson



Emma Andrén.
Foto: Coloplast

Fakta/Neurogen tarm

Normalt känner man när tarmen är full och behöver tömmas. Vid neurogen tarm kan den känslan vara nedsatt eller helt borta. Tarmen kan arbeta långsammare, så avföringen blir hård och svår att få ut. Det kan leda till problem som förstoppning, svårt att tömma tarmen eller läckage.

Hur tarmen påverkas beror på var skadan sitter i ryggmärgen och hur omfattande den är.

Källa: www.1177.se

Kreativa sektorn växer men inte för alla

Stockholms kulturella och kreativa branscher omsätter många miljarder och sysselsätter över 100 000 personer. Samtidigt saknas tydlig kunskap om hur tillgänglig sektorn är för personer med funktionsnedsättning.

De kulturella och kreativa branscherna i Stockholms län omsätter omkring 402 miljarder kronor och sysselsätter cirka 107 000 personer. Sektorn beskrivs som en stark och växande motor i regionens ekonomi.

Rapporten ”Kulturella och kreativa branscher – en motor för Stockholmsregionen”, nyligen framtagen på uppdrag av Region Stockholms kulturförvaltning, framhåller att branschen domineras av små företag och mikroföretag. Hela 97 procent av aktiebolagen tillhör denna kategori. Denna struktur innebär ofta begränsade resurser, vilket kan påverka möjligheten att skapa tillgängliga arbetsplatser och anpassade arbetsvillkor.

Arbetsmarknaden inom sektorn präglas dessutom av egenföretagande och projektbaserade uppdrag. Det kan ge flexibilitet, men innebär också mindre trygghet och färre strukturer för stöd, något som kan vara särskilt utmanande för personer med funktionsnedsättning.

Rapporten behandlar dock inte frågor om tillgänglighet eller representation kopplat till funktionsnedsättning. Det innebär att det saknas konkret kunskap om hur inkluderande branscherna faktiskt är.

Sammantaget visar utvecklingen på en ekonomiskt stark sektor, men lämnar samtidigt viktiga frågor obesvarade om vilka som har möjlighet att ta del av dess tillväxt.

Text: Jonas Jönsson



En inkluderande och modern arbetsmiljö. Så borde det se ut, men små företag har begränsade resurser för att skapa tillgängliga arbetsplatser.

Foto: Chat GTP

Sophie föreläste om långsiktigt välmående efter ryggmärgsskada

I slutet av april samlades medlemmar i RTP-S och andra intresserade för att lyssna till en digital föreläsning av Sophie Jörgensen, docent och specialistläkare i rehabiliteringsmedicin. Med fokus på hälsosamt åldrande och aktuell forskning gav hon värdefulla perspektiv på livet efter en ryggmärgsskada.

Sophie Jörgensen, verksam vid Lunds universitet, arbetar kliniskt med uppföljning och rehabilitering av personer med ryggmärgsskada. Under sin föreläsning delade hon med sig av kunskap kring hur man kan främja ett långsiktigt välmående och vad som är viktigt att tänka på i takt med att kroppen förändras med åren.

Hon lyfte särskilt fram hur åldrandets naturliga processer påverkar kroppen och hur dessa kan få andra konsekvenser för personer som lever med ryggmärgsskada.

Genom att öka förståelsen för dessa förändringar kan individen bättre förebygga komplikationer och skapa goda förutsättningar för ett fortsatt aktivt och meningsfullt liv.

– Viktigt är att ha hälsosamma levnadsvanor, säger Sophie Jörgensen och betonade att det är speciellt viktigt att tänka på kosten, undvika tobak och alkohol, göra fysiska aktiviteter samt att gå på regelbundna kontroller hos sin läkare.

– Om man upptäcker nya symptom så är det också viktigt att ta dem på allvar. Och kontrollera vad det kan vara, tillägger hon.

Föreläsningen innehöll också presentation av unik forskning baserad på en 12 år lång uppföljningsstudie av personer som levt länge med



Är man ryggmärgsskadad så är det extra viktigt att ha hälsosamma levnadsvanor.

Foto: Pexels.com

ryggmärgsskada. Studien, som är den enda i sitt slag i norra Europa, ger viktiga insikter om hur livsvillkor och hälsa utvecklas över tid. Resultaten bidrar till ökad kunskap om vilka faktorer som kan stärka möjligheterna till ett gott liv, även på lång sikt.

– Vi kommer att fortsätta följa dessa personer för att se vad åldrandet innebär för ryggmärgsskadade och för att framöver kunna ta fram åtgärdsprogram, säger Sophie Jörgensen.



Sophie Jörgensen föreläste om värdefulla perspektiv på livet efter en ryggmärgsskada.

Foto: Kennet Ruona

Text: Jonas Jönsson



Att delta i SwedeAmps register är ett enkelt sätt att bidra till bättre vård för amputerade i framtiden.

Foto: Pexels.com

Fler amputerade i register kan ge bättre vård

Genom att registrera sig i SwedeAmp kan du som är amputerad bidra till att utveckla och förbättra vården. Ju fler som deltar, desto bättre blir kunskapen om vad som fungerar alltifrån operation till rehabilitering.

SwedeAmp är Sveriges nationella kvalitetsregister för amputationer och proteser i nedre extremiteten. Sedan starten 2011 har registret samlat information om hela vårdkedjan från själva amputationen till protes och rehabilitering.

Det gör SwedeAmp unikt i världen, eftersom det följer patientens

resa genom alla steg i vården.

I dag innehåller registret uppgifter om nära 12 000 patienter och över 17 000 amputationer. Här registreras inte bara medicinska data, utan även hur det går för patienterna över tid, till exempel hur proteser fungerar och hur livskvaliteten påverkas.

Syftet är att förbättra vården. Genom att samla in och analysera data kan vården jämföras mellan olika delar av landet. Det gör det möjligt att upptäcka skillnader, sprida goda exempel och sätta in förbättringsåtgärder där de behövs som mest.

För dig som är amputerad innebär ett deltagande i SwedeAmp att du aktivt bidrar till denna utveckling. Ju

fler som registrerar sig, desto säkrare blir resultaten som ligger till grund för forskning, uppföljning och framtida behandlingar. Din medverkan kan alltså göra konkret skillnad, både för din egen vård och för andra i samma situation.

Samtidigt är dina uppgifter skyddade. Informationen i registret hanteras med samma sekretess som journaluppgifter och används enbart för att utveckla vården. Uppgifterna tas bort när de inte längre behövs.

För frågor och kontakt med registret: info@swedeamp.com.

Text: Jonas Jönsson

Ronny tog brons som

Ronny Persson reste till paralympiska spelen i Cortina i Italien med siktet inställt på guld. I stället slutade resan med en dramatisk semifinalförlust mot Kina och till slut en bronsmedalj.

– Jag ser bronset som en stor vinst, säger han.

Vid paralympiska spelen i Beijing 2022 slutade det svenska landslaget i curling på en andraplats. Förhoppningarna var därför höga inför spelen i italienska Cortina i mars i år.

– Vi hade siktet inställt att ta nästa steg och ta guld. Men vi var inte nonchalanta och trodde att det bara var att hämta hem guldet. Alla nationer har blivit så mycket bättre, så konkurrensen var tuff, säger Ronny Persson.

Det svenska landslaget tog sig till semifinal men förlorade med minsta möjliga marginal. Kina vann med 7–6.

– Vi i laget kände en frustration. Det kom tårar. Jag har aldrig sett en sådan reaktion, men det blev en tändvätska för oss. Det blev en jävla anamma inställning. Vi skulle inte komma hem utan medalj.

I bronsmatchen mot Sydkorea vann Sverige med 7–4.

– Jag ser bronset som en stor vinst, säger han.

Vad krävs för att ett lag ska fungera så bra tillsammans under press?

– Vi peppar varandra endast i en positiv riktning. Det gäller att inte vara för övertänd men man får inte heller vara för slapp. Det gäller att ha fokus men också kunna koppla av för en match tar två och en halv timme.

Du har en lång idrottskarriär, både inom alpin skidåkning och curling.



Södermalmsbon Ronny Persson i full koncentration när han drar iväg en sten. Paralympiska spelen i Italien

Vad driver dig fortfarande?

– Att jag hela tiden kan bli bättre. Jag har inte uppnått den optimala pe-

aken som curlingspelare. Man tränar och tävlar, det blir ett sätt att leva och så har jag levt i hela mitt vuxna liv.

känns som en seger



iska Cortina blev ett framgångsrikt mästerskap med en fin bronsmedalj för det svenska curlinglandslaget.

Foto: Anton Lernstål, Sveriges Paralympiska kommitté

Jag trivs när det finns en struktur i livet. Och jag gillar tävlingsmomentet, det kittlar liksom fjärilar i magen.

Nästa stora tävling är VM i curling som äger rum nästa år.

Därefter väntar VM 2028 och VM

2029. Under dessa tre mästerskap gäller det att samla poäng.

De tio främsta landslagen kvalificerar sig till paralympiska spelen 2030 i Frankrike.

Ronny Persson brottas med några skador och ska nu prioritera sin hälsa.

Men han har långt ifrån gett upp. Några tydliga framtidsmål har han däremot inte.

– Medaljer driver mig inte framåt. Det som driver mig är hur man kan utveckla hjälpmedel och träningsmetoder. Och hur ska man träna på bästa sätt för att prestera ännu bättre. När Ronny Persson var i 20-årsåldern drabbades han av en ryggmärgsskada efter ett fall. För att aktivera sig efter skadan testade han vattenskidor, basket och badminton, innan han till slut fastnade för alpin skidåkning och därefter curling.

– För oss som sitter i rullstol är rörelse viktigt och bra för kroppen. Och håller man på med en idrott så lär man sig att bli självständig. Man åker på träning, åker på resor och tävlar, det stärker självkänslan, säger Ronny Persson och tillägger:

– Jag vet vad jag kan och inte kan. Jag har fått träffa många människor från andra länder, med andra synsätt och andra förutsättningar och problem. Man lär sig mycket och får andra perspektiv på livet. Så min uppmaning är att prova på olika sporter. Rehabilitering via idrott är den bästa rehabiliteringen.

Text: Jonas Jönsson



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 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	1 juni	24 augusti
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	2 juni	25 augusti
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	4 juni	27 augusti
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 13.00	1 juni	24 augusti
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Eva Bellbrant 070-061 89 10	Tisdagar 18.00 – 19.30	2 juni	25 augusti
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 18.00 – 19.00	1 juni	24 augusti
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Anneli Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.30 – 17.15	Avslutad	Startdatum meddelas senare
Badet på ROS Hamnvägen 12 (1+2)	Marie Kårlin 070-316 10 07	Onsdagar 17.00 – 21.00	10 juni	19 augusti
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	Kerstin Asplund 070-6146480	Onsdagar 15.00 – 16.30	3 juni	26 augusti
Rosenlundsbadet (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 15.30 – 16.30	1 juni	24 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.

Lunch med kvalitet och engagemang på restaurangskolan vid Globen

Den 24 april besökte en grupp från Personskadeförbundet RTP-S Restaurangskolan vid Globen, där framtidens kokkar och serveringspersonal får växa in i sina yrkesroller. Här möts utbildning och verklighet i en restaurangmiljö som erbjuder både god mat och professionell service.

Restaurangen, som heter Flitiga Lisa, drivs av elever som utbildar sig inom restaurang och servering, under trygg handledning av erfarna lärare. Resultatet blir en genomtänkt helhetsupplevelse där både matlagning och bemötande håller hög nivå.

På menyn finns ofta en klassisk trerätters med förrätt, varmrätt och dessert. Denna gång stod bland annat toast skagen, jordärtskocksoppa, gräddbakad röding, högrev med rödvinsås, cremé brule och brownie med vaniljglass på menyn.

– Det blev en jättebra lunch. Sumpän var ljuvlig och högreven var förträffligt goda, säger RTP-S medlemmen Christer Olsén som var en av de som besökte restaurangen.

Tio medlemmar från RTP-S fick njuta av en välsmakande lunch i en lugn och trivsamt miljö.

– Jag tycker att det smakade riktigt bra. Jag var jättenöjd och det var verkligen prisvärt, säger Esko Malenius, som uppskattade besöket på restaurangskolan.

Upplevelsen präglades av både god mat och ett varmt, engagerat bemötande från eleverna.

Besöket blev inte bara en uppskattad måltid, utan också en inblick i en verksamhet där lärande och yrkes stolthet går hand i hand.



Text: Jonas Jönsson

Det var många medlemmar som slöt upp när RTP-S besökte restaurangskolan vid Globen.

Foto: Christer Olsén

Anmäl dig till en trevlig h

Dag 1, 31/8. Resan startar från Kavallerivägen kl. 08.30. När det är lämpligt med en paus stannar vi för att dricka förmiddagskaffe. I Norrköping svänger vi av och följer ostkusten. Tre mil norr om Västervik, på Tindereds Lantkök, står lunchen serverad. Detta är en liten pärla med ”riktig” mat och det ligger fint vid en liten sjö, är också ett familjeföretag. Efter en god lunch fortsätter vi de sista milen till Kalmar där bekväma och centralt belägna hotell Clarion Collection Packhuset väntar oss. Här skall vi bo i tre nätter och när vi installerat oss i våra rum äter vi en gemensam middag i restaurangen.

Dag 2, 1/9. Efter att vi ätit frukost är det dags ta bussen för dagens äventyr. Med oss under två dagar kommer vi att ha Annica Hedman, som ska guida oss både i Kalmar och på Öland.

Vi börjar med en rundtur i Kalmar och dess sevärdheter innan vi tar bron över till Öland. Vi kör idag söderut, vi kommer att köra växelvis på de mindre vägarna ner mot vattnet och på den ”stora” vägen med den vackra utsikten över bl.a Kalmarsund. Vi passerar genom odlingslandskap och radbyar. Dagens lunch kommer vi att äta på Ölands Södra udde, Ottenby, och restaurang Fågel Blå. Här på södra udden ligger även Långe Jan, ett naturred, en butik och en fågelstation.

Fågelstationen har funnits här sedan 1940-talet, det bedrivs forskning kring fåglarna i vår natur. Metoden att ringmärka fåglar har sitt ursprung i Danmark där man i slutet av 1800-talet ville ta reda på vart fåglarna flyttar, hur gamla de blir och om de kommer tillbaka till samma platser mellan olika år. Vid Otten-

by skedde de första märkningarna 1937, och allt sedan fågelstationen startades knappt tio år senare har ringmärkningen utgjort grunden i datainsamlingen.

Vi fortsätter till Eketorps borg, det är Sveriges enda helt undersökta och återuppbyggda fornborg, med hus från både järnålder och medeltid. Den ligger vackert mitt i Ölands världsarv alldeles intill den nationella vandringsleden, Mörbylångaleden. Vi gör också ett besök på allvaret. På kvällen äter vi middag på hotellet.

Dag 3, 2/9. Vi äter en god frukost och gör oss redo för att åter ta bron över till Öland. Idag kommer vi att åka öster ut för att se på den sidan. Vi kommer att passera de för Öland välkända väderkvarnarna. Stenkusten är värd ett besök såväl som Borgholm, detta turisternas mecka. Staden är verkligen en sommarstad, många affärer, hotell och restauranger är bara öppna under de få sommarmånaderna för turisterna.

Vi kommer att besöka Borgholms slott, i 900 år har det stått på sin plats och haft Kalmarsund vid sin fot. Slottet har haft många olika skepnader allt från borg till barockpalats innan det brann i början av 1800-talet. Ruinen är en av Sveriges



Borgholms slottsruin.

Foto: Wikipedia.

mäktigaste och mest kända kulturhistoriska byggnader, en del av vårt kulturarv. Vi kommer att besöka utställningarna på nedre plan, Annica kommer att berätta historien om slottet. Efter besöket är det dags att åter ta oss till fastlandet och hotellet. Även i dag äter vi en gemensam middag på hotellet. Den här dagen kan det bli ändringar beroende på väder och vind.

I dagsläget är det lite oklart var vi kommer att äta vår lunch då många restauranger har stängt men lunch blir det!

Dag 4, 3/9. Efter en god frukost är det dags att lasta in väskor och oss själva i bussen för att starta hemresan.

Strax efter Oskarshamn kommer vi att svänga av E 22an för att besöka Naturreseptatet Stensjö By. Här är det som att tiden har stått stilla, boningshusen och uthusen ligger samlade, så som byarna såg ut innan laga skiftet genomfördes under 1800-talet. Byn är levande med ett rikt biologiskt kulturarv med hamlade träd och artrika marker. Den samlade byn, inägor, hagar där djuren betar, slingriga grusvägar, gårdsgårdar och stenmurar och stora skogar ger oss en föreställning om ett svunnet Småland. Flera scener i Astrid Lindgrens filmer om Barnen i Bullerbyn och Emil i Lönneberga är inspelade här. När vi njutit färdigt av denna by fylld med nostalgi är det dags att åter stiga på bussen och börja hemfärden.

Under hemvägen kommer vi att stanna och äta lunch innan vi åter tillbaka på Kavallerivägen efter fyra dagar med mycket kultur och natur. Vi är tillbaka på Kavallerivägen cirka klockan 19.00.

Östresa till vackra Öland!



Under resan till Öland ingår ett besök vid Långe Jan, som ligger på öns sydligaste udde. I anslutning till fyren finns en butik och en fågelstation.

Foto: Wikipedia.

Denna resa är subventionerad för RTP medlemmar. 31/8–3/9 2026. Pris för resan: 5.325:- för medlemmar och 7.325:- för icke medlemmar.

Enkelrumstillägg 1.480:-

I resans pris ingår: Resa i modern turistbuss med toalett och lift för rullstolar. Tre övernattningar, del i dubbelrum på hotell med frukost.

Lunch varje dag. Middag dag 1, 2 och 3. Förmiddagskaffe dag 1, 2.

Lokalguide 2 dagar samt entréer och visningar enl. program.

Det finns 3 anpassade rum på hotellet. Sista anmälningsdag: 30 juni 2026. Kontakta RTP-S kansli 08-545 622 60. OBS! Anmälan är bindande efter 30 juni.

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.

Kom ihåg att anmäla hjälpmedel, specialkost och undvik starka dofter.

Arrangör: RTP-S Aktivitetskommitté och Sundbergs Busstrafik AB.



Inspirerande besök på Liljevalchs

Vårsalongen på Liljevalchs inleder konstvåren i Stockholm sedan över 100 år tillbaka. Och RTP-S fortsatte sin tradition att besöka Liljevalchs vårsalong.

Årets utställning, vårsalongen 2026, samlade 255 antagna konstnärer och är det högsta antalet sedan 1950-talet.

Totalt inkom 3 394 ansökningar, och av dessa valdes 348 konstverk ut för att visas.

De medverkande konstnärerna representerade en bred variation både i ålder och geografisk bakgrund, från 19 till 81 år och från Skåne till Nordnorge.

Under besöket fick RTP-S medlemmar en guidad visning som leddes av en kunnig guide.

Besöket bjöd på många intressanta intryck och samtal kring konsten.



Vårsalongen amlade 255 antagna konstnärer och är det högsta antalet sedan 1950-talet.

Foto: Anders Carlsson

Resan till Barcelona visade vad tillgänglighet möjliggör

Att resa handlar inte bara om att byta miljö utan det handlar också om möten, upplevelser och minnen som stannar kvar långt efter att väskan packats upp. I mitten av april blev just en sådan resa verklighet när en grupp från RTP-S, på 15 deltagare, åkte till Barcelona tillsammans med reseföretaget Welltrips.

Resan började på söndagskvällen och redan från start präglades dagarna av gemenskap och glädje. Boendet bjöd på både komfort och nya bekantskaper, där sviter delades och skratt snabbt fyllde rummen. Första heldagen gick turen till Barcelonas kanske mest ikoniska byggnad, Sagrada Familia. Den mäktiga kyrkan, som fortfarande byggs efter mer än hundra år, imponerade stort. Och resan dit blev i sig en upplevelse. Under hela vägen kunde de som satt i rullstol rulla fram genom stadens vackra miljöer. Dag två besökte gruppen en vingård, där deltagarna fick en inblick i tillverkningen av cava, som är ett bubbelvin som till stor del produceras just i regionen.

Dag tre innebar både shopping och fler kulturella intryck. Barcelonas tillgänglighet gjorde starkt intryck, inte minst tunnelbanan som hade smarta ramper på perrongerna som gjorde det enklare för rullstolsanvändare att ta sig ombord. En detalj som gjorde stor skillnad och bidrog till att alla kunde resa tillsammans på lika villkor. Resans sista dag spenderades vid stranden, där solen och havet fick sätta punkt för några intensiva och innehållsrika dagar. Det blev en resa fylld av upplevelser, gemenskap och kanske viktigast av allt en påminnelse om hur mycket som är möjligt när resor planeras med tillgänglighet i fokus.



Det blev en lyckad resa till Barcelona för RTP-S medlemmar.

Foto: Sebastian Forsén, Welltrips

Övrigt

Sari Nyquist skriver om känslan att stå utanför

Den 14 maj debuterade Sari Nykvist med boken Såret och kampen på Lava Förlag. Det är en personlig, angelägen och berörande bok om att växa upp med en funktionsnedsättning i ett samhälle där normer, fördomar och bristande förståelse ofta skapar hinder.

I Såret och kampen får läsaren följa en livsresa från barndomens trygghet till vuxenlivets svårare erfarenheter. Med öppenhet och kraft skildrar Sari Nykvist känslan av att stå utanför, men också den styrka som kan växa fram ur smärta, ilska och viljan att förändra. Boken berättar om sår som sätter djupa spår, men också om modet att resa sig, ta plats och vägra låta andra definiera ens värde.

Sari Nykvist jobbar som ombudsman på DHR och representerar DHR i RH-gruppen, där RTP-S är en av medlemsföreningarna.

Sari Nyquists bok handlar bland annat om sår som sätter djupa spår, men också om modet att resa sig.



Per Gunnar Norlin skriver till EU-kommissionen

Per Gunnar Norlin, ordförande i Storstockholms lokalförening inom Personskadeförbundet RTP, har skickat in en formell anmodan till EU-kommissionen med krav på åtgärder mot Sverige. Kritiken gäller att tvister om trygghetsförsäkring vid arbetsskada (TFA) avgörs i skiljenämnd utan möjlighet till överklagande, vilket enligt anmodan strider mot EU:s grundläggande rättigheter och rättssäkerhetsprinciper.

Föreningen menar att svenska arbetstagare därmed får ett sämre rättsskydd än arbetstagare i andra EU-länder och kräver att kommissionen agerar inom två månader.

Passa på att föreslå mottagare av S:t Julianpriset

S:t Julianpriset är Stockholms stads pris för att belöna arbete som görs för att inkludera människor med funktionsnedsättning i samhället. Nu är det dags att föreslå mottagare av årets pris. Prissumman är på 100 000 kronor. Lämna ditt tips på Stockholms stads hemsida senast 31 maj. Klicka in på denna sida: start.stockholm/stjulian.

RTP-S kansli håller stängt under 29 juni-10 augusti

Under sommaren håller RTP-S kansli på Kavallerivägen 24 stängt från måndagen den 29 juni och öppnar åter måndagen den 10 augusti.

Under denna period går det bra att lämna ett meddelande på telefonnummer 08-545 622 60 eller skicka ett mejl till anki.holmberg@rtps.se så återkommer vi så snart vi har möjlighet.

RTP-S vill samtidigt passa på att önska alla våra medlemmar, samarbetspartners och besökare en riktigt skön, avkopplande och härlig sommar.

Varmt välkomna tillbaka efter sommaren!



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

Kontaktuppgifter

Resegarantin bårtaxi är samma nummer som vid beställning. 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: <https://fardtjansten.regionsstockholm.se/> kundservice. Klicka in på Mina sidor och skriv in dina synpunkter.

Om bilen inte har kommit 20 minuter efter beställd tid, så ska man ringa resegarantin. Ring 0200-77 66 55 för att använda resegarantin. Du kan även skicka ett SMS till 0700-200 400 för att få information om din 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.

Funktionsrätten sviks i budgeten

Regeringens vårbudget saknar satsningar på personer med funktionsnedsättning. Kritiken är hård och handlar om både urholkade ersättningar och uteblivna jobbåtgärder.

Regeringens vårbudget 2026 väcker stark kritik från Funktionsrätt Sverige.

Trots tidigare löften om förändringar saknas nu besked om att höja assistansersättningen i takt med kostnaderna som varit en fråga som länge varit viktig för funktionsrättsrörelsen.

– Vi är besvikna över att budgeten inte innehåller några satsningar som förbättrar levnadsvillkoren för personer med funktionsnedsättning. Ersättningarna har urholkats under en längre tid. Funktionsrätten backar – det är en skamfläck för Sverige, säger Nicklas Mårtensson ordförande för Funktionsrätt Sverige, i en kom-



Elisabeth Svantesson med sin och regeringen Kristerssons första budget 2022.

Foto: Wikipedia commons

mentar på Funktionsrätt Sveriges hemsida.

I höstbudgeten 2025 höjdes assistansersättningen med 1,5 procent, vilket var mycket mindre än kostnaderna faktiskt ökade. Nu står det klart att någon automatisk uppräkning inte införs i vårbudgeten. I stället ska Försäkringskassan varje år

föreslå nivån. Enligt kritiker riskerar det att leda till fortsatt urholkning av ersättningen. Samtidigt saknas riktade insatser för att minska det stora sysselsättningsgapet. Endast omkring 53 procent av personer med funktionsnedsättning har arbete, jämfört med cirka 80 procent i övriga befolkningen.



Nicklas Mårtensson.
Foto: Funktionsrätt Sverige

– Det här gapet är oacceptabelt. Det är anmärkningsvärt att regeringen inte gör någon riktad satsning, trots att det finns konkreta förslag med brett stöd, säger Mårtensson och lyfter höjt lönebidrag som en möjlig åtgärd.

Inför valet kräver Funktionsrätt Sverige nu en tydlig handlingsplan för att förbättra både ekonomiska villkor och möjligheter till arbete.

Betala medlemsavgiften

I slutet av januari skickades avierna för medlemsavgiften 2026 ut.

Så här går utskicket till

Medlemmar som är anslutna till tjänsten Kivra får sina avier dit.

Det är möjligt att betala direkt från Kivra eller använda betalningsuppgifterna på avin som finns i Kivra för att betala med Swish eller med din Internetbank. Kivra skickar ut ett mejl när avin finns på tjänsten och även påminnelser om avin inte är hanterad.

Medlemmar som inte har Kivra men som har angett sin mejl-adress får sin avi per e-post. I mejlet som kommer från Ediex finns en länk för att ladda ned avin genom att klicka på avi-länken i meddelandet som börjar på "edi.hattelund.com". I mejlet finns även en PIN-kod som du uppger i avi-länken. När du matat in din kod och tryckt på "OK" laddas fakturan direkt ned i PDF-format på din enhet.

Avin kan sen betalas med Swish, med internetbank eller klassisk girobetalning. Om du inte öppnat länken efter fem dagar avaktiveras den och avin skickas igen per post.

Övriga medlemmar kommer att få avin med traditionell post.

Swish

På avin finns också en Swish QR-kod som kan användas för att betala.

Internetbank/post

Som vanligt går det bra att betala fakturan via internetbanken. På avin finns vårt bankgironummer, OCR-numret och beloppet att betala. Använd alltid vårt bankgironummer 5336-3917 för att betala medlemsavgiften.

Du som har frågor får gärna höra av dig till förbundskansliet på 08-629 27 80 eller mejla till medlem@rtp.se.

Styrelser och förtroendevalda

Personskadeförbundet RTP-S i Stockholms län.

Styrelser i lokalföreningarna,
förtroendevalda i distriktet
samt kanslipersonal.

2026

StorStockholms lokalförening (StS)

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

Nordvästra Storstockholms lokalförening (Nv)

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

Norrtälje lokalförening (Nt)

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

Södertälje lokalförening (Sö)

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

Vid årsmötet i mars 2026 valde ombud från ovanstående
fyra lokalföreningar i Stockholms län distriktets (RTP-S)
styrelse, revisorer och valberedning.

DISTRIKTETS STYRELSE REVISORER

Ordförande
Stefan Sundquist
StS

Ordinarie ledamöter
Eva Molnar
Helle Andersson
Jan Delvert
Joanna Bachorz

Suppleanter
Hernan Ravanal
Sebastian Forsén
Marie Kårlin

Revisorer
Kurt Kalmelid
godkänd revisor

Solveig Boije
lekmannarevisor

VALBEREDNING

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

DISTRIKTETS KANSLI

Kansli
Karin Johnson,
kanslichef
Christer Olsén
Anki Holmberg
Jonas Jönsson

RTP-S lanserar ny vlogg – starka berättelser som berör och inspirerar

RTP-S lanserade nyligen en egen vlogg som ska lyfta fram intressanta och spännande personer inom Personskadeförbundet RTP-S. I första avsnittet möter vi Helle Andersson, som är ungdomsambassadör och styrelseledamot i RTP-S Stockholm. Helle delar med sig av sin starka och berörande livsresa, från en uppväxt präglad av både trygghet och mobbning i skolan.

Erfarenheterna satte spår och livet tog en avgörande vändning när hon skadades och fick en ryggmärgsskada.

Trots stora utmaningar har hon valt att använda sina erfarenheter för att inspirera och stötta andra. Vloggen finns på RTP-S hemsida.

Se första avsnittet här: <https://rtps.se/vlogg/helle-andersson/>



Vår senaste vlogg

Helle Andersson

Helle Andersson vänder i

→ [Se alla vloggar](#)

Helle Andersson berättar öppenlydigt om sitt liv i RTP-S vlogg.

Foto: Skärmdump från RTP-S hemsida

Text: Jonas Jönsson

ForMotion™
ORTOPEDTEKNIK

Gå vidare i livet – med rätt protes från ForMotion



Efter en trafikolycka kan livet förändras snabbt. För dig som har genomgått en amputation finns vi på ForMotion här för att hjälpa dig vidare – med en protes som formas efter just dina behov.

Vi använder den beprövade Direct Socket-metoden, där hylsan formas direkt mot din stump. Det innebär att du kan provgå med din protes redan efter några timmar. Målet? Att du ska få tillbaka din frihet så snart som möjligt.

Vi vet att varje kropp är unik. Därför utgår vi alltid från din livssituation, dina mål och din rörlighet. Hos oss möter du ortopedingenjörer med lång erfarenhet och ett genuint engagemang.

Med flera kliniker i Stockholm och avtal med regionen är hjälpen nära när du behöver den som mest. Vi finns här när du behöver ta nästa steg.

ForMotion – för ett liv utan begränsningar.

www.formotion.se

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

Fredag	29	Södertälje deltar på Tillgänglighetsdagarna
Lördag	30	Gymmet på Rehab Station Stockholm

JUNI

Måndag	1	Anm. Utflykt till Nynäs rökeri
Måndag	1	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Onsdag	3	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Onsdag	3	Samtalsträff med polioskadade
Torsdag	4	Utflykt till Nynäs rökeri
Lördag	6	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	8	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	15	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Tisdag	16	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	22	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	29	Gymmet på Rehab Station Stockholm

JULI

Måndag	6	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	13	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	20	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	27	Gymmet på Rehab Station Stockholm

AUGUSTI

Måndag	3	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	10	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	17	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	17	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade

Måndag	24	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Onsdag	26	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Onsdag	26	Anm. Johan Sundin föreläser om ryggsmärta
Lördag	29	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	31	Gymmet på Rehab Station Stockholm

SEPTEMBER

Onsdag	2	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Fredag	4	Anm. Utflykt till Vinterviken
Lördag	5	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	7	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Tisdag	8	Utflykt till Vinterviken
Onsdag	9	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Onsdag	9	Samtalsträff med polioskadade
Lördag	12	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	14	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	14	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Onsdag	16	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Lördag	19	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Måndag	21	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Tisdag	22	Johan Sundin föreläser om ryggsmärta
Onsdag	23	Gymmet på Rehab Station Stockholm
Lördag	26	Gymmet på Rehab Station Stockholm

Viktigt meddelande/tips till våra läsare:

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

RTP-S KANSLI

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



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

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

Ring kansliet 08-545 622 60 eller mejla till info@rtps.se.

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

Tips

RTP-S tips är att besöka Dyviks lövängar i Tyresö i sommar. Vandringen genom Dyviks lövängar är en stillsam resa där natur och historia möts längs tillgängliga stigar. Genom mjuka hassellundar och öppna ängar leder vägen fram i lugn takt. Det doftar av blommor och det susar från vassen. Här finns utrymme att stanna och vila blicken över strandängens vidder. Längs vägen berättar landskapet om livet förr i tiden. Hassellundarna vittnar om tiden då löv samlades in som vinterfoder, och strandängarna om slätter och bete som formade det öppna landskapet. Det är en tillgänglig vandring, även för rullstol och rullatorer, där alla kan ta del av naturens rikedom i ett lugnt tempo. Att hitta hit kan betraktas som bökigt men det är värt besväret. **Hitta dit:** Åk ut på Tyresövägen och passera Tyresö centrum. När du ser en skylt mot Brevik så sväng in på Breviksvägen. Följ vägen hela vägen ut på Brevikshalvön och ta höger på Öringhamnsvägen. Efter cirka 1,5 km svänger du höger på Dyviksvägen. Efter ytterligare någon kilometer tar du till höger på Dyviksuddsvägen. Efter cirka 400 meter är det en liten parkering på vänster sida, mitt emot entrén till naturreservatet. Från parkeringen går du över vägen och in i reservatet till den lilla hassellunden strax före informationsskylten om Dyviks lövängar.

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



Hiss 2 stycken i entrén

Välkomna!

Vi har Swish!

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



Välkommen att kontakta oss om du är i behov av ortopedtekniska hjälpmedel.

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.



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

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

www.ottobockcare.se | info@ottobockcare.se | * vi har avtal med Region Stockholm