

Nr 3
2026

RTP-S

AKTUELLT

PERSONSKADEFÖRBUNDET RTP-S
STOCKHOLMS LÄN

Tankestyrda proteser tar steg framåt

Sid 10-11

**RTP-S frågar ut partierna i Region
Stockholm inför valet**

Sid 14-17

RTP firar 80 år i år

Sid 24-25





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.....	4-8
RTP-S motion fick stöd av Fremia.....	9
Framsteg för tankestyrda proteser.....	10-11
Mattias hittade en ny väg.....	12-13
RTP-S frågade ut Regionens partier..	14-17
Problem för Stefan på SL-båten.....	18-19
Bad – Gymnastik	20
Rapporter	21-23
RTP växte fram ur kampen mot polio.	24-25
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: 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:
4 december 2026.
Manusstopp: 6 november 2026.
Tryckeri: SIB-TRYCK HOLDING AB
Omslag: Forskning banar väg för
proteser med både rörelse och känsel.
Foto: Chalmers tekniska högskola

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

Den 13 september avgörs mer än vem som styr

Om några veckor går Sverige, Region Stockholm och länets 26 kommuner till val. För många handlar valet om skatter, bostäder och vårdköer. För oss som lever med en funktionsnedsättning, eller kämpar för en anhörig, handlar det också om något mer grundläggande: Kommer jag in i lokalen? Fungerar hissen? Får jag hjälpmedlet jag behöver utan en avgift jag inte har råd med?

I det här numret av RTP-S Aktuellt granskar vi hur partierna i Region Stockholm svarar på frågor om rehabilitering, sjukvård, hjälpmedel och färdtjänst. Svaren är både hoppfulla och avslöjande. Alla talar om rätten till ett aktivt liv – men skillnaderna blir tydliga när orden ska omsättas i prioriteringar och budget. Ska egenavgifter för hjälpmedel tas bort? Ska tågvärdar återinföras för ökad trygghet? Här visar sig skillnaden mellan ambition och konkret politik.

Samma mönster syns nationellt. Regeringens vårbudget 2026 har kritiserats av Funktionsrätt Sverige för urholkade ersättningar och uteblivna åtgärder mot sysselsättningsgapet. Omkring 53 procent av personer med funktionsnedsättning har arbete, jämfört med cirka 80 procent i övriga befolkningen. Det är inte ett naturligt tillstånd. Det går att förändra politiskt.

Jag har tidigare skrivit om två sorters hinder: kroppens egna och samhällets. Samhällets hinder går att bygga bort. Med god vård och rehabilitering, hjälpmedel efter behov, stöd i vardagen och ett tillgängligt samhälle kan fler delta på lika villkor. Det är demokrati i praktiken.

Min förhoppning inför den 13 september är därför att den nya regeringen, regionstyrelsen och kommunfullmäktige faktiskt levererar det partierna säger sig stå bakom: god vård och rehabilitering, hjälpmedel utan ekonomiska hinder, en likvärdig färdtjänst, en öppnare arbetsmarknad och ersättningar och stöd som motsvarar verkliga behov och kostnader.

Jag uppmanar därför alla medlemmar att rösta och gärna använda partiernas svar i tidningen som vägledning. Fråga också era lokala politiker hur de tänker prioritera våra frågor. Och håll oss i RTP-S ansvariga för att fortsätta bevaka politiken, oavsett vilka som får makten.

Vårt uppdrag förändras inte med valresultatet. Det är inte vi som ska anpassa oss till ett otillgängligt samhälle. Samhället ska byggas för oss alla.



Stefan Sundquist,
ordförande i RTP-S distriktsstyrelse.

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: Måndagar klockan 12.30-14.30

Datum: I höst sker träffarna på måndagar.

17 Augusti. 14 September. 12 Oktober. 16 November. 14 December.

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: 9 september och 4 november.

Alltid på onsdagar klockan 12.30-14.30.

Plats: 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

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

Träning vid polioskada – fysioterapeuten Elin Krantz föreläser på polioträffen

På polioträffen den 9 september klockan 12.30 medverkar Elin Krantz, legitimerad fysioterapeut. Hon kommer att prata om vad som är viktigt att tänka på vid träning för personer med polioskada, bland annat hur träningen kan anpassas efter den egna förmågan och kroppens förutsättningar.

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



Händer i StorStockholm

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 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

Förläng sommarkänslan vid Gröna Stugan vid vackra Lötsjön i Sundbyberg

Följ med på en härlig utflykt till Gröna Stugan, som ligger vackert vid Lötsjön i Sundbyberg. Njut av sensommarens färgprakt och det rika fågellivet.

Runt sjön finns ett tillgänglighetsanpassat stråk som passar både dig som promenerar och dig som använder elmoped, rullstol eller rullator. Här finns goda möjligheter för alla att ta en avkopplande runda.

Utflykten avslutas med lunch på Gröna Stugans Restaurang & Kafé.

– Häng med och förläng sommarkänslan. Njut av sensommarens vackra färger och passa på innan höststormarna bryter ut, säger utflyktens ledare Yvonne Andersson.

Datum och tid: tisdagen den 22 september, klockan 11.00–cirka 14.00.

Mötesplats: Utanför Gröna Stugan, Ursviksvägen 28.

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

Sista anmälningdag: fredagen den 18 september.

Arrangör: Storstockholms lokalförening.

Händer i Södertälje

Badverksamheten startar igen och kom ihåg att betala in badavgiften

Onsdagen den 26 augusti startar badverksamheten för höstterminen i Allaktivitetshuset. Badet pågår kl. 15.00–16.30 och deltagarna delas in i två grupper. Du som deltar i höstens badverksamhet, glöm inte att betala badavgiften för höstterminen. Avgiften är 450 kronor.

Betalning sker till:

Bankgiro: 134-6261.

Swish: 123 678 3112.

Har du frågor om höstens badverksamhet så är du välkommen att kontakta: Kerstin Asplund Telefon: 070-614 64 80. Varmt välkomna till en ny termin!

Njut av paraffinbad och upplev en stunds värme för både händer och fötter

Torsdagen den 27 augusti klockan 14.00–16.00 startar höstens paraffinbad för händer och fötter. Därefter fortsätter aktiviteten varje vecka.

Paraffinbadet ger en behaglig och värmande stund för händer och fötter. Samtidigt blir det ett trevligt tillfälle att träffa andra medlemmar och umgås en stund tillsammans.

Tid: torsdagar 14.00–16.00.

Plats: Allaktivitetshuset.

Avgift per person och tillfälle:

Händer: 20 kronor.

Fötter: 20 kronor.

Ledare: Jan Jonsson och Ingrid Jonsson.

Anmälan: Jannes Jonsson E-post: jannes.jonsson@

hotmail.com Telefon: 070-250 84 03. Eller Eva Molnar

E-post: eva.d.molnar@gmail.com Telefon: 070-486 95 13.

Koppla av med yoga och få en skön stund för kropp och sinne

Måndagen den 31 augusti kl. 13.00–14.00 startar höstens yoga i Allaktivitetshuset, Bojen.

Under yogapassen får vi möjlighet att i lugnt tempo arbeta med rörelse, balans och avslappning. Det blir en skön stund tillsammans där var och en deltar efter sin egen förmåga och sina förutsättningar.

Britta Larsson leder passen och hälsar både tidigare och nya deltagare varmt välkomna.

Tid: måndagar klockan 13.00–14.00.

Plats: Allaktivitetshuset, Bojen.

Ledare: Britta Larsson.

Anmälan: Jannes Jonsson E-post: jannes.jonsson@

hotmail.com Telefon: 070-250 84 03. Eller Eva Molnar

E-post: eva.d.molnar@gmail.com Telefon: 070-486 95 13.

Aktiviteter

Följ med på en spännande och trevlig utflykt till vackra Nynäshamn!

Den 5 september är det dags för nästa utflykt, som går till Nynäshamn.

Vi samlas på Allaktivitetshusets parkering kl. 10.30 och samåker därifrån. Vi hoppas på en trevlig dag tillsammans – varmt välkomna!

Vill du följa med på utflykten till Nynäshamn? Kontakta: Jannes Jonsson.

Tid: lördagen den 5 september, samling sker vid Allaktivitetshusets parkering klockan 10.30 för gemensam avfärd.

Sista anmälningdag: fredagen den 4 september.

Anmälan: E-post: jannes.jonsson@hotmail.com

Telefon: 070-250 84 03 eller Eva Molnar E-post: eva.d.molnar@gmail.com Telefon: 070-486 95 13.

Passa på att träffa en audionom - och lär dig mer om din hörsel

HRF Södertälje bjuder in till föreläsningen "Träffa en audionom" måndagen den 7 september.

Audionom Sofia Ramström berättar om hörsel, hörselnedsättning och olika frågor som kan uppstå när hörseln förändras. Det blir ett bra tillfälle att få mer kunskap om hur hörseln fungerar och vad man kan göra när man upplever hörselproblem.

Föreläsningen är öppen för alla och kostnadsfri, så passa gärna på att komma och lyssna!

Tid: måndagen den 7 september klockan 13.00–14.00.

Plats: Allaktivitetshuset, Allsalen.

Kostnad: Utan kostnad.

Sista anmälningdag: fredagen den 4 september.

Anmälan till: Hans Domeij Telefon: 070-232 67 14.

Varmt välkommen till en intressant och lärorik eftermiddag om hörsel!

Vad händer när livet förändras efter en traumatisk hjärnskada?

Vad händer när livet plötsligt förändras efter en traumatisk hjärnskada? Hur påverkas vardagen och vilka erfarenheter kan vara viktiga att dela med andra?

Onsdagen den 23 september bjuder RTP Södertälje in till en föreläsning med Christer Olsén, som berättar under rubriken "Att leva med hjärnskada".

Christer har erfarenhet av att föreläsa för såväl skol elever som yrkesverksamma inom vård och omsorg, försäkringsbranschen och forskning. Under eftermiddagen får vi ta del av hans berättelse och perspektiv på livet efter en traumatisk hjärnskada.

Tid: onsdag 23 september klockan 13.00.

Plats: Allaktivitetshuset, Allsalen.

Sista anmälningdag: måndagen 21 september.

Anmäl dig till: Eva Molnar – eva.d.molnar@gmail.com eller Jannes Jonsson – jannes.jonsson@hotmail.com Telefon: 070-250 84 03.

Välkommen till en musikalisk eftermiddag med allsång och musikquiz!

Den 3 oktober bjuder vi in till en trevlig musikeftermiddag tillsammans med andra föreningar. Det blir allsång, önskemusik och musikquiz med Spotify. Kom och sjung med, testa dina musikkunskaper och umgås i trevligt sällskap!

Datum: lördag den 3 oktober.

Tid: klockan 13.00–17.00.

Plats: Allaktivitetshuset, Allsalen.

Sista anmälningdag: onsdagen den 30 september.

Anmäl dig till: Jannes Jonsson E-post: jannes.jonsson@hotmail.com Telefon: 070-250 84 03 eller Eva Molnar E-post: eva.d.molnar@gmail.com Telefon: 070-486 95 13.

Vad skulle du som RTP-S medlem vilja göra på vår hobbyträff?

Handarbete, smycken, träslöjd – eller kanske något helt annat? Nu planerar vi att starta upp en hobbyverksamhet för RTP-S medlemmar och vill gärna veta vad just du är intresserad av.

Målet är att skapa en verksamhet där vi kan träffas, vara kreativa, lära av varandra och framför allt ha en trevlig stund tillsammans. Både kvinnliga och manliga medlemmar är varmt välkomna.

Kom gärna med egna idéer och önskemål! När vi vet vad medlemmarna är intresserade av kan vi tillsammans forma en hobbyverksamhet som passar så många som möjligt.

Kontakta: Jannes Jonsson – 070-250 84 03 jannes.jonsson@hotmail.com Eller Eva Molnar – 070-486 95 13 eva.d.molnar@gmail.com

Välkommen till årets jullunch med härlig stämning och gemenskap!

Lördagen den 12 december 2026 är det dags för årets jullunch tillsammans med DHR. Vi träffas för en trevlig eftermiddag med julstämning och gemenskap.

Tid och datum: klockan 13.00–17.00. 12 december.

Plats: Allaktivitetshuset, Gruvan.

Sista anmälningdag: torsdagen den 3 december.

Anmälan görs till: Jannes Jonsson E-post: jannes.jonsson@hotmail.com Telefon: 070-250 84 03 eller Eva Molnar. E-post: eva.d.molnar@gmail.com Telefon: 070-486 95 13. Varmt välkomna!

Aktiviteter

Boka in Södertäljes styrelsemöten och årsmötet 2027 i kalendern

Styrelsemötena är öppna för medlemmarna: 1 september kl. 11.00-13.00, 6 oktober kl. 11.00-13.00, 2 november kl. 11.00-13.00, 8 december kl. 11.00-14.00.

Plats: Allaktivitetshuset, Hobbbyn.

Redan nu kan du skriva in RTP-S årsmöte i kalendern! Årsmötet hålls lördagen den 27 februari 2027 kl. 14.00.

Plats: Allaktivitetshuset, Keramiken.

Vi hoppas att många medlemmar har möjlighet att delta.

Håll utkik efter mer information om kommande aktiviteter och årsmötet i nästa nummer av RTP-S Aktuellt. Aktuell information hittar du även på RTP-S hemsida under Lokalföreningar. Där kan du hålla dig uppdaterad om vad som händer i föreningen och vilka aktiviteter som är på gång.

Händer i Norrtälje

Detta händer i Norrtälje under hösten 2026 - aktiviteter och upplevelser att se fram emot

Hösten bjuder på flera aktiviteter för medlemmarna i RTP Norrtälje. Här är datumen att hålla koll på.

Höstens badverksamhet startar 17 augusti och pågår fram till 16 december. Efter jul- och nyårsuppehållet drar badet i gång igen 13 januari 2027.

Tisdagen den 1 december är det dags för Norrtälje lokalförenings årliga decemberfest på Rådmansö bygdegård och pågår från klockan 13.00 till cirka 16.00.

Festen arrangeras till självkostnadspris och antalet platser är begränsat.

Anmälan senast torsdagen den 12 november till marie57karlin@gmail.com eller Marie Kärin på 070-316 10 07. Kom ihåg att ange eventuella allergier eller behov av specialkost när du anmäler dig.

Norrtälje lokalförenings årsmöte hålls 19 februari 2027 klockan 18.00–cirka 20.00. Mer information om årsmötet kommer i nummer 4 av RTP-S Aktuellt.

Missa inte föreläsningen med fysioterapeuten Johan Sundin: Det gör ont i ryggen!

"Det gör ont i ryggen! En föreläsning om vad och varför det gör ont i ryggen fast läkaren säger att det bara är åldersförändringar." Det är temat för höstens föreläsning med Johan Sundin, fysioterapeut.

Föreläsningen äger rum tisdagen den 22 september klockan 13.00–cirka 16.00 i konferensrum Bollen på Sportcentrum, Gustav Adolfs väg 53 i Norrtälje.

Det bjuds på kaffe och smörgås.

Anmälan senast onsdagen den 26 augusti till Marie

Kärin på marie57karlin@gmail.com, 070-316 10 07, eller Solveig Boije på solveig.boije@gmail.com, 070-494 72 25. Meddela eventuella allergier i samband med anmälan.

Händer i NV Storstockholm

Häng med på en musikkväll med latinamerikanska rytmer, god mat och gemenskap

Den 21 oktober är du varmt välkommen till restaurang Himmel och Pannkaka i Upplands Väsby där du bjuds på god mat, sång och glädje.

Återigen bjuder RTP Nordväst in till en kväll med god mat och musik. I år står "TRATO" för underhållningen. "TRATO" är en musikgrupp från Uppsala som bjuder på latinamerikanska glada och svängiga rytmer som vi är säkra på kommer att uppskattas av dig och alla andra som kommer. Som "grädde på moset" ingår också en god middag med dryck som du kan inmundiga samtidigt som du träffar och umgås med andra glada RTP-medlemmar.

Priset för denna helkväll är 300 kronor för RTP-medlemmar, men du som inte är detta ännu är naturligtvis också välkommen till en kostnad av 400 kronor.

Musikkvällen äger rum på restaurang "himmel och Pannkaka" med adress Dragonvägen 88 vid Uppland Väsby centrum. Vi startar klockan 18.00 och beräknas avsluta ca 21.00.

Datum: onsdag den 21 oktober.

Tid: klockan 18.00-cirka klockan 21.00. För Er som använder färdtjänst och vill beställa taxi i förväg. "TRATO" kommer att sluta spela cirka klockan 20.00.

Plats: På restaurang "himmel och Pannkaka" med adress Dragonvägen 88 vid Uppland Väsby centrum.

Kostnad: 300 kronor för RTP-medlemmar och 400 kronor för icke medlemmar.

Anmälan: Anmäl dig till vårt kansli på telefon 08-545 622 60 eller info@rtps.se.

Senaste anmälningsdagen: betala anmälningsavgiften senast den 12 oktober.

Betalningen görs till bankgiro 5144-1707 och märk din betalning med "musikkväll".

I samband med anmälan informera samtidigt om du har någon form av allergi som kan vara problem i samband med måltiden.

OBS! din anmälan är bindande.

Varmt välkomna!

Arrangör: NV Stockholms lokalförening



Övriga aktiviteter

Dietisten Linnea Juto föreläser om nyttiga matvanor och bra livsmedelsval

Dietisten Linnea Juto föreläser om hälsosamma matvanor med utgångspunkt i de nordiska näringsrekommendationerna, NNR2023. Hon tar även upp energibehov, mat och måltider vid nedsatt rörelseförmåga och ger konkreta råd kring bra livsmedelsval.

Datum och tid: Torsdag 24 september, klockan 16.00-
Föreläsningen sker digitalt.

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

Sista anmälningdagen: måndagen 21 september.

Stefan Balogh föreläser om viktiga aspekter av sex och samlevnad

Stefan Balogh, legitimerad arbetsterapeut och sexolog, föreläser om sex och samlevnad och lyfter viktiga frågor kring närhet, relationer och sexualitet. Föreläsningen ger kunskap och nya perspektiv på ämnen som kan vara betydelsefulla för både individen och relationen.

Datum och tid: Torsdagen den 12 november klockan 16.00-17.30. **Anmälan:** info@rtps.se eller ring 08-545 622 60. **Sista anmälningdagen:** Måndagen den 9 november.

Det blir en tillfällig adressändring för Postpoliomottagningen i slutet av september

Hela mottagningsverksamheten kommer att flyttas till närliggande lokaler med anledning av en förestående renovering och ombyggnation. Från och med slutet av september flyttar Postpolio/neuromuskulär mottagning till de tillfälliga lokalerna på Entrévägen 10, plan 3, i stället för den ordinarie adressen på Entrévägen 6, plan 2. Förutsatt att tidsplanen håller beräknas verksamheten återflytta till de ordinarie lokalerna i mars 2027. Aktuell information gällande besöksadress kommer att framgå tydligt i kommande kallelser, och flytten planeras noggrant för att minimera logistiska besvär för patienterna.

RTP-S var medarrangör när regionens politiker utfrågades inför valet 2026

Inför regionvalet 2026 bjöd RH-gruppen i Stockholms län, i maj månad, in företrädare för de politiska partierna till en utfrågning om frågor som är viktiga för personer med funktionsnedsättning. Personskadeförbundet RTP-S var en av arrangörerna. Filmen, som spelades in i maj månad, kan ses på RTP-S hemsida.



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

RTP-S motion om tillgänglighet får stöd av Fremias styrelse

Personskadeförbundet RTP-S motion om tillgänglighet och funktionsrätt inom Fremia har fått stöd av Fremias styrelse. Styrelsen föreslår att stämman bifaller motionens två första yrkanden och anser det tredje besvarat.

I motionen föreslog RTP-S att Fremia ska ta fram en policy för tillgänglighet i den egna verksamheten, utveckla ett medlemsstöd för inkluderande rekrytering av personer med funktionsnedsättning samt redovisa arbetet för medlemmarna inför nästa ordinarie stämma.

Styrelsen konstaterar i sitt yttrande att Fremia redan arbetar aktivt med tillgänglighet och inkludering, men att det saknas en formaliserad policy. Därför föreslår styrelsen att stämman bifaller motionens första yrkande om att ta fram en tillgänglighetspolicy för den egna verksamheten.

Styrelsen föreslår även att stämman bifaller motionens andra yrkande om att ta fram och publicera ett rådgivningspaket för inkluderande rekrytering av personer med funktionsnedsättning. Syftet är att stärka medlemsorganisationernas kompetensförsörjning och besluts kvalitet.

– Jag är mycket nöjd med Fremias styrelsesvar. Vi har uppnått vårt huvudsakliga syfte, två av tre yrkanden bifalles, och det tredje förklaras redan hanterat. Det är särskilt värdefullt att styrelsen förespeglar både en tillgänglighetspolicy och ett konkret medlemsstöd för inkluderande re-

krytering. Det visar att de tar detta på allvar och är beredda att omvandla goda intentioner till faktisk struktur. Att redan erkänna att man arbetar aktivt med tillgänglighet men saknar en formaliserad policy, det är ärlighet som skapar förutsättningar för verklig förändring. Det enda jag hade velat se var en mer konkret tidslinje för redovisningen av policyn och medlemsstödet, men att det hanteras inom ramen för det fortsatta arbetet

”Motioner som denna visar att man kan förändra stora organisationers praxis genom fokuserat arbete”

är en rimlig framväxt, säger Stefan Sundquist, distriktsordförande i Personskadeförbundet RTP-S.

Motionens tredje yrkande, om att redovisa policyn och medlemsstödet för medlemmarna senast inför nästa ordinarie stämma, föreslår styrelsen

ska anses besvarat eftersom informationen kommer att hanteras inom ramen för det fortsatta arbetet.

Om stämman följer styrelsens förslag innebär det att RTP-S initiativ leder till ett mer strukturerat arbete med tillgänglighet och inkludering inom Fremia.

– Fremia är en stor arbetsgivarorganisation. En tillgänglighetspolicy i deras egen verksamhet blir förebildande och skapar förväntningar på medlemmarnas eget arbete. Ett medlemsstöd för inkluderande rekrytering är ett konkret verktyg. Det kan faktiskt påverka hur många personer med funktionsnedsättning får jobb genom Fremias medlemsorganisationer. Det handlar inte om symbolik utan det handlar om sysselsättning.

Motioner som denna visar att man kan förändra stora organisationers praxis genom fokuserat arbete. Det är en framgång för RTP-S speciellt, säger Stefan Sundquist.

Text: Jonas Jönsson



Stefan Sundquist, distriktsordförande för Personskadeförbundet RTP-S.

Foto: Jonas Jönsson

Fremia/Fakta

Fremia är Sveriges största oberoende arbetsgivarorganisation och företräder 5 000 arbetsgivare inom kooperation, civilsamhälle och idéburen välfärd. Tillsammans har de mer än 150 000 anställda.

Tankestyrda benproteser

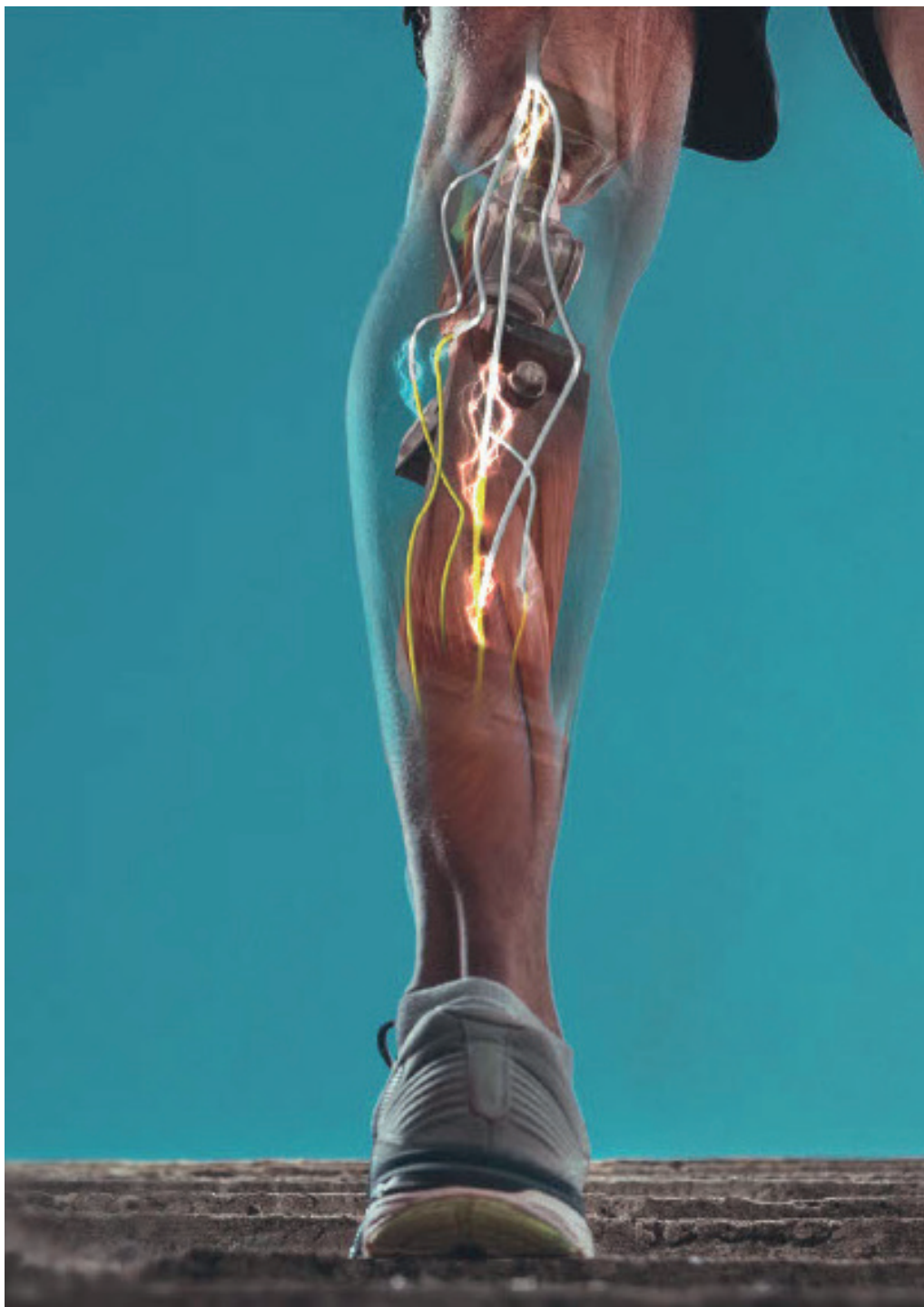
Forskare har för första gången lyckats avläsa signaler direkt från nerver i benet hos personer med amputerat ben. Tekniken gjorde det möjligt att tolka rörelser som knä-, fotleds- och tårörelser. Resultatet kan bana väg för framtidens proteser som styrs direkt via användarens nervsignaler och samtidigt kan ge tillbaka känsel.

Att förlora ett ben innebär inte bara att själva kroppsdelens försvinner. Kontakten mellan hjärnan och kroppen förändras också, vilket gör det svårt att röra sig naturligt och använda dagens proteser på ett effektivt sätt.

Nu har forskare visat att nervsignaler från ett amputerat ben fortfarande innehåller detaljerad information om hur personen försöker röra sitt förlorade ben. Genom att operera in små elektroder, tunna som hårstrån, direkt i ischiasnerven hos två försökspersoner med amputation ovanför knät, kunde forskarna registrera signaler när deltagarna försökte böja och sträcka knä, fotled och tår.

–Vi kunde för första gången visa att det går att använda signaler direkt från nerver för att tyda benrörelser hos de amputerade, säger Giacomo Valle, biträdande universitetslektor vid Chalmers tekniska högskola och en av forskarna bakom studien.

Forskarna såg att nästan alla de inopererade elektroderna registrerade nervsignaler när deltagarna försökte röra sitt fantomben. Det visar att hjärnan fortfarande skickar rörelsekommandon genom nervsystemet, trots att benet saknas. Signalerna innehåller information om vilka rörelser personen vill göra, till exempel böja knät, lyfta foten eller röra tårna.



Giacomo Valle tillsammans med sitt forskarteam kunde läsa av rörelseavsikter direkt från nerverna, även för tår och att samma implantat även kan användas för att återföra känsel.

Det särskilt anmärkningsvärda är att forskarna kunde avläsa signaler även för rörelser i fot och tår trots att

de muskler som normalt styr dessa rörelser inte längre finns kvar efter amputationen.

tar ett stort steg framåt



1 för fot- och tårörelser efter en amputation ovanför knät,

Foto: Chalmers tekniska högskola

För att tolka nervsignalerna utvecklade forskarna en särskild typ av artificiell intelligens, ett så kallat

spikande neuronnätverk. Tekniken är inspirerad av hur biologiska nervceller kommunicerar med varandra. Den nya modellen presterade bättre än traditionella metoder för att analysera signaler och kunde identifiera vilken rörelse deltagarna försökte utföra med betydligt högre träffsäkerhet. Giacomo Valle menar att den här typen av AI passar särskilt bra för nervsignaler eftersom den arbetar på ett sätt som liknar nervsystemet, det vill säga med snabba elektriska impulser.

– Vi kunde läsa av nervsystemets egna språk, säger han.

Studien visar också något annat viktigt. De elektroder som användes för att registrera nervsignaler kunde även användas för att skicka elektriska signaler tillbaka till nervsystemet. När forskarna stimulerade nerverna upplevde deltagarna känsel från olika delar av det saknade benet, inklusive foten. Det innebär att samma implantat i framtiden kan användas både för att styra en protes och för att ge användaren känsel från den.

Tidigare forskning har främst fokuserat på armar och händer eller på enstaka leder i benet. Den nya studien visar att signaler från flera olika delar av benet kan fångas upp direkt från nervsystemet, även för muskler som inte längre finns kvar efter amputationen.

Giacomo Valle betonar att tekniken fortfarande befinner sig på forskningsstadiet. Studien omfattade endast två deltagare och testerna genomfördes i laboratoriemiljö.

– Detta måste testas på fler människor och i verkliga vardagssituationer för att göra tekniken mer robust, säger Giacomo Valle. Trots få deltagare ses resultaten som ett viktigt genombrott. Forskare har

nu visat att det går att registrera och tolka rörelseavsikter direkt från benets nerver hos personer med lårbensamputation, samtidigt som samma teknik kan användas för att återföra känsel.

– Det är första gången vi har visat att samma implantat kan användas både för att läsa av motorisk kontroll och sensorisk återkoppling, säger han.

Enligt Giacomo Valle kan kontroll över rörelse och sensorisk respons även minska fantomsmärtor.

– Tidigare forskning tyder på att fantomsmärta kan minska när kommunikationen mellan hjärnan och den förlorade kroppsdelens delvis återställs. När användaren både kan styra protesens och få tillbaka känsel skapas en mer naturlig koppling mellan hjärnan och kroppen, säger han.

Målet är framtida benproteser som känns som en naturlig del av kroppen.

– Nästa steg är att skapa en protes som fungerar som en naturlig förlängning av kroppen. Användaren ska kunna styra den med sina nervsignaler, samtidigt som protesens skickar signaler tillbaka till hjärnan om vad den känner och hur den rör sig, säger han.



Giacomo Valle.

Foto: Chalmers tekniska högskola

Text: Jonas Jönsson

När allt verkade vara över

Mattias Renberg hamnade under en 600 kilo tung häst, bröt ryggen och krossade bäckenet. Med stark vilja och stor envishet har han kämpat sig tillbaka till ett självständigt liv. Nu siktar han mot Paralympiska spelen 2028 i paradressyr.

Hästar och hundar har varit en självklar del av Mattias Renbergs liv. Intresset ledde till att han började arbeta professionellt med hästar som beridare, ett yrke som innebär att utbilda, träna och rida in hästar. Han hade också stor erfarenhet av tömkörning, där hästen tränas från marken med långa tömmar.

Den 6 mars 2023 förändrades allt. Under ett rutinmässigt träningspass tränade Mattias en häst i övergångar mellan trav och skritt. När han klappade hästen på manen stegrade den sig plötsligt. Han tappade kontrollen, slungades av och hamnade under den 600 kilo tunga hästen.

– Jag försökte resa mig men insåg direkt att det inte skulle gå. Då skrek jag: ”Det här gick åt helvete, ring ambulansen”, säger Mattias Renberg, som föreläste på hjälpmedelsmässan Hjultorget i våras.

Skadorna var omfattande. Bäckenet visade sig vara krossat i åtta delar. Först mer än en vecka senare fick han veta att han också hade drabbats av en ryggmargsskada.

– En läkare sa att han skulle göra ett känseltest ”för det är så man gör med ryggmargsskadade”. Det var första gången jag hörde ordet ryggmargsskada. Då svartnade det för ögonen på mig. Det blev ett totalt mörker, säger Mattias Renberg.

Beskedet kastade in honom i ett djupt själsligt mörker. Tankarna blev allt tyngre och han såg ingen väg framåt.

– Jag tänkte att om jag bara tog mig till fönstret och gled över fönsterkarmen så var allt över, säger han.

Men skadorna var så omfattande att han inte ens kunde ta sig dit.

Vändningen kom oväntat snabbt. En dag fick Mattias besök av några vänner som hade med sig tre burkar. I den första låg hö, vilket väckte minnen från barndomen. I den andra låg tagel, som påminde honom om livet med hästar. I den tredje låg hästspilling.

– Presenterna gjorde att jag kände att livet kom tillbaka. Jag förstod att jag måste börja kämpa. Jag ville tillbaka till livet igen, säger han.

Mattias drabbades av en ryggmargsskada på thorakal nivå 8 (Th8), ungefär mitt i brösttryggen. Skadan påverkade både känsel och rörelseförmåga från skadenivån och nedåt. Vägen tillbaka blev lång och krävande. Han tvingades sälja flera av sina hästar och hundar och flytta från hästgården i Skåne. Samtidigt kämpade han med skadans konsekvenser,

bland annat stora tarmproblem, kontakter med Försäkringskassan och omfattande byråkrati.

– Jag har ett enormt driv. Jag bankar sönder cementväggarna tills de till slut ger vika, säger Mattias Renberg.

Efter två och ett halvt års rehabilitering har han, som han själv uttrycker det, skapat sig ”ett drägligt liv”. Han har återigen både häst och hund och har dessutom startat ett företag som utvecklar innovativa hjälpmedel.

Mattias betonar vikten av att sätta upp mål, både små och stora. Nu har han siktet inställt på Paralympiska spelen 2028 i Los Angeles.

– Jag vill tävla i dressyr. Jag ska utbilda mina hästar till paralympiska hästar. Det kostar väldigt mycket och innebär många utmaningar, men jag ger inte upp. Jag vet exakt vad jag vill. Det handlar om att ha rätt pannben, säger Mattias Renberg.

Text: Jonas Jönsson



En beridare utbildar och tränar hästar...

Foto: Chat GTP



... vid tömkörning tränas hästen från marken med hjälp av långa tömmar. Foto: Chat GTP

hittade Mattias en ny väg



Efter en livsomvälvande olycka 2023 trodde Mattias Renberg att allt var över. I dag blickar han framåt med siktet inställt på Paralympiska spelen 2028.

Foto: Jonas Jönsson

RTP-S frågar ut partierna i Regi

Inför valet 2026 har RTP-S frågat de politiska partierna hur de vill förbättra villkoren för personer med funktionsnedsättning i Region Stockholm. Svaren omfattar fem områden som är avgörande för många medlemmars vardag.

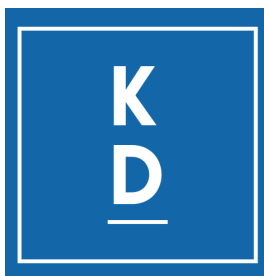
RTP-S har bätt de politiska partierna att redovisa sina mål, prioriteringar och åtgärder för nästa mandatperiod. Eftersom Region Stockholm ansvarar för hälso- och sjukvård, kollektivtrafik, färdtjänst, regional utveckling och kultur är regionvalet särskilt viktigt för personer med funktionsnedsättning. Syftet är att ge RTP-S medlemmar ett sakligt och opartiskt underlag inför valet.

Här publiceras partiernas svar i sin helhet.

Text: Jonas Jönsson

Kristdemokraterna

Hälso- och sjukvård
Kristdemokraterna vill avskaffa regionerna och införa statligt ansvar för sjukvården



för en mer jämlik vård. Vi vill öka vårdkapaciteten med fler vårdplatser och kortare köer samt stärka psykiatrin, där behoven är stora och vården behöver byggas ut. Vårdlokaler ska vara tillgängliga och konduktiv pedagogik ska fortsatt erbjudas i regionen.

Kollektivtrafik

Personer med funktionsnedsättning ska kunna känna sig trygga under hela resan genom bättre tillgänglighet och ökad turtäthet. Vi vill ha

toaletter på pendeltågsstationer, på nya tunnelbanestationer samt på tåg som åker längre sträckor. Fordonen ska vara enkla att stiga på och av och skärpta krav på hissar och rulltrappor ska finnas. Ledsagare till personer med funktionsnedsättning ska även få åka med avgiftsfritt på resan.

Färdtjänst

Färdtjänsten ska vara pålitlig, tillgänglig och utgå från resenärens behov. Kristdemokraterna vill därför säkerställa att färdtjänstchaufförerna och övriga medarbetare har goda språkkunskaper och utbildning om olika funktionsnedsättningar. Regionen behöver även utveckla sitt praktiska ansvar för att förenkla ansökningsförfarandet genom exempelvis lättillgängliga blanketter som är anpassade för såväl kognitiva som fysiska funktionsnedsättningar.

Regional utveckling

Vi vill utveckla hela Stockholmsregionen så att fler kan leva, arbeta och studera oavsett bostadsort eller funktionsförmåga. Ökade förbindelser, utvecklad skärgårds- och pendelbåtstrafik, anropsstyrd trafik i glesbygd och närtrafik ska bidra till ökad delaktighet och jämlika livsvillkor för äldre samt personer med funktionsnedsättning.

Kultur och fritid

Kultur- och fritidslivet ska vara öppet för alla och tillgänglighet ska vara en självklar utgångspunkt. Personer med funktionsnedsättning ska ha goda möjligheter att ta del av kultur, föreningsliv och aktiviteter på lika villkor. Kristdemokraterna anser dock att kulturfrågor i första hand bör hanteras på nationell och kommunal nivå. Regionens fokus bör ligga på dess kärnuppgifter: sjukvård och kollektivtrafik.

Socialdemokraterna

Hälso- och sjukvård

Fler SMO-mottagningar.

Regional handlingsplan för övergången från barnsjuk-

vård till vuxensjukvård. Regional funktion för att följa upp tillgängligheten inom vården för personer med funktionsnedsättning. Sänka trösklarna för att få hjälp med psykiatriska besvär



Kollektivtrafik

Insatsstyrka för att laga trasiga rulltrappor och hissar för att förbättra framkomligheten i kollektivtrafiken. Mer synlig personal i kollektivtrafiken. Stärka dialogen med funktionshinderorganisationerna för att upptäcka brister i tillgängligheten vid och omkring stationer/hållplatser.

Färdtjänst

Ta bort tre-milsgränsen. Värna högkostnadsskyddet. Införa ett nytt trafikhanteringssystem. Förbättra resenärsinformationen inom färdtjänsten. Digitalisera ansökningen för färdtjänsttillstånd.

Regional utveckling

Vi vill investera 500 miljoner kronor i klinisk forskning för att göra Region Stockholm till en världsledande life science-hubb. Satsningen kan ge nya behandlingar, hjälpmedel och digitala lösningar som stärker livskvaliteten för personer med funktionsnedsättning. Samtidigt ska tillgänglighet till vård och offentlig service säkras i samhällsplaneringen.

Kultur och fritid

God tillgång till teckenspråkstolk för fritidsaktiviteter. Utöka utbudet av

Region Stockholm inför valet 2026

fritidshjälpmedel vid fritidsbiblioteken. Kulturförvaltningen genomför under 2026 en kartläggning av tillgängligheten till kultur i Stockholms län kopplat till de aktörer och verksamheter som tar del av Region Stockholms kulturstöd, för att tillgängliggöra kulturen för alla länets invånare.

Centerpartiet

Hälsa- och sjukvård

För en tryggare övergång till vuxenvården vill Centerpartiet utveckla samarbetet mellan vårdens aktörer, stärka kontinuiteten genom fast läkarkontakt och genomföra nya satsningar på ungas psykiska hälsa. Målet är att ingen ung ska falla mellan stolarna.



Kollektivtrafik

Vi vill förbättra tillgängligheten i kollektivtrafiken med tydlig information, fungerande ledsagning, trygga hållplatser och anpassade digitala tjänster. Bussar, tåg och hållplatser ska utformas enligt principen om universell design, så att så många som möjligt kan resa självständigt utan särskilda lösningar.

Färdtjänst

Färdtjänsten ska riva hinder, inte skapa nya. Vi vill att färdtjänsten ska erbjuda resor till arbetspraktik, precis som för studier och arbete och införa möjligheten att boka resa utifrån önskad ankomsttid.

Regional utveckling

Vi eftersträvar breda gång- och cykelbanor, separerade från biltrafik, för ökad trygghet och tillgänglighet.

Vi verkar för att en andel av bostadsbeståndet ska vara tillgänglighetsanpassat för att alla ska kunna bo i hela regionen. Vi vill ta bort hinder i regionens egen rekrytering och på arbetsplatsen.

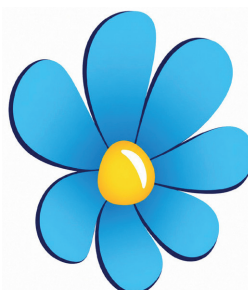
Kultur och fritid

För oss är det självklart att man ska kunna uppleva och delta i kultur och fritidsaktiviteter även om man har en funktionsnedsättning. Därför är det viktigt att röja administrativa gränser mellan hjälpmedel och fritidshjälpmedel och att regionens stöd till kultur gör det enklare för alla att uppleva och utöva kultur.

Sverigedemokraterna

Hälsa- och sjukvård

Vården ska vara sammanhållen, tillgänglig och utgå från patientens behov. Fast läkarkontakt och vårdkoordinator ska ge ökad kontinuitet för personer med funktionsnedsättning. Samordningen mellan primärvård, specialistvård, habilitering, psykiatri och kommunala insatser ska stärkas för att ingen ska falla mellan stolarna.



Kollektivtrafik

En tillgänglig kollektivtrafik kräver fungerande hissar, rulltrappor och tydlig trafikinformation. Talande biljettautomater, bättre skyltning och notiser i SL-appen ska stärka självständigheten. Tåg- och pendeltågen behövs för att ge praktisk hjälp, trygghet och stöd vid störningar.

Färdtjänst

Bättre samordning mellan färdtjänst, anropsstyrd trafik och skolskjuts ska ge effektivare resursanvändning och ökad tillgänglighet. Särskilt i länets ytterområden behövs flexibla lösningar som gör det enklare att resa, delta i samhällslivet och få vardagen att fungera.

Regional utveckling

Tillgänglighet ska vara en självklar utgångspunkt i regional planering. Bostäder, offentliga miljöer, digital service och arbetsmarknadsinsatser ska utformas så att personer med funktionsnedsättning kan bo, arbeta, resa och leva på likvärdiga villkor i hela Stockholmsregionen.

Kultur och fritid

Kultur och fritid ska vara tillgängliga för alla och bidra till gemenskap, delaktighet och livskvalitet. Stöd till föreningsliv och kultur inom vård och omsorg ska prioriteras. Patient- och funktionsrättsorganisationer ska vara viktiga samarbetspartners för att motverka ensamhet, isolering och utanförskap.

Miljöpartiet

Hälsa- och sjukvård

Vi vill utjämna hälsoklyftor och stärka jämlikhet och jämställdhet, med en bred översyn över brister inom tillgänglighet och ett konkret funktionsrättslyft, samt förbättra vården för personer med neuropsykiatrisk problematik. All vårdpersonal ska utbildas i bemötande, och SMO-mottagningarna stärkas.



Nyheter

Kollektivtrafik

Universell utformning ska vara ett krav när vi bygger stationer, lokaler och köper in fordon. Miljöpartiet är därför positiva till Region Stockholms beslut om FKB vid alla relevanta beslut. Framåt vill vi även genomföra en stationsutredning för ökad tillgänglighet och trygghet i hela regionen.

Färdtjänst

Vi är glada att färdtjänsten fungerat bättre under den här mandatperioden, men mer behöver göras. Nästa mandatperiod vill vi fortsätta stärka krav på och uppföljning av utbildning och fordon, göra det möjligt att boka resa utifrån ankomsttid och möjliggöra fler resor för fysisk aktivitet och träning

Regional utveckling

Stockholm ska vara en region för alla. Därför har vi skjutit till förstärkta resurser till samordningsförbunden och vi vill fortsätta värna om regionens stöd och bidrag till civilsamhället. Vi behöver också förbättra tillgängligheten i Region Stockholms lokaler, exempelvis toaletter och skyddsrum.

Kultur och fritid

Kulturutövare med funktionsnedsättning ska få bättre möjligheter att verka och skapa inom sina fält. Fler kulturskildringar behöver utgå från funkperspektiv. Diskriminering av utövare och besökare får aldrig accepteras. Därför ska de höga tillgänglighetskraven vid regionfinansierad kultur bestå.

Vänsterpartiet

Hälsa- och sjukvård

Vård ska ges till den med störst behov. Det behövs mer personal i vården med rätt kompetens. Vi vill införa funktionsdiplomering av vårdcentraler. Vi vill avskaffa vinstintresset i vården som styr mot "lätta" patienter. Multisjuka med funktionsnedsättning kommer ofta i kläm. Det ska finnas rätt till ledsagning vid sjukhusbesök. Hjälpmedel ska vara en kostnadsfri rättighet.

Kollektivtrafik

Satsa på generellt tillgängliga miljöer med tydlig info och utan hinder. Det är bra för alla resenärer. Gör alltid konsekvensbeskrivning för funktionsrätt vid nya byggen och investeringar i fordon. Återinför tågvärdar på pendeltågen som är en förutsättning för exempelvis rullstolsburna att få assistans.

Färdtjänst

Ta bort tremilsgränsen i färdtjänsten. Inför fri tilldelning av resor och sänk gränsen för högkostnadsskydd så att det motsvarar samma regler som övrig SL-taxa. Se till att alla förare i färdtjänsten får utbildning och blir certifierade för uppgiften.

Regional utveckling

Den regionala utvecklingen ska minska ekonomiska och sociala klyfter. Funktionsnedsatta är ofta en

ekonomisk pressad grupp. Vi vill ha en planering för "15-minuterstaden" där den dagliga servicen ska finnas lokalt. Se till att vårdcentraler finns jämt spridda och nära tillgängliga.

Kultur och fritid

Öka regionens stöd till funktionsrättsorganisationer. Öka samverkan med funktisrörelsen. De vet ofta bäst vad som behövs. Inför kulturbussar så att barn på förskolor smidigt kan erbjudas kulturarrangemang. Det är speciellt viktigt för barn med funktionshinder.

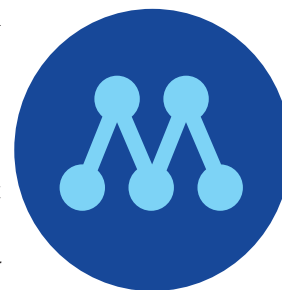
Moderaterna

Hälsa- och sjukvård

Vi vill stärka tillgänglighet, kontinuitet och bemötande i vården. Vi vill pröva funktionshinderdiplomering av vårdcentraler, stärka rätten till fast läkare och årligen följa upp brister som drabbar patienter med funktionsnedsättning.

Kollektivtrafik

SL ska vara tillgängligt för alla. Vi vill förbättra SL-appen med realtidsinformation om hissar, rulltrappor och stationsspecifik tillgänglighet samt pröva om Patientnämnden även kan hantera klagomål inom kollektivtrafiken.



Hälsa och sjukvård och...

Foto: Pixabay



Färdtjänst

Färdtjänsten ska präglas av trygghet, punktlighet och respekt för individens behov. Vi vill stärka dialogen med funktionsrättsorganisationerna och använda inkomna synpunkter för att utveckla resandet och öka tillgängligheten.

Regional utveckling

Funktionsrättsperspektivet ska in tidigt i regionens beslut om lokaler, investeringar, digitala verktyg och krisberedskap. Vi vill utveckla samverkan med funktionsrättsorganisationer och stärka tillgängligheten i hela länet.

Kultur och fritid

Alla ska kunna delta i samhällsliv, kultur och fritid. Vi vill se över regionens stöd till patient- och funktionsrättsorganisationer, pröva fleråriga stöd och säkra att tillgänglighet fungerar i vardag och sociala sammanhang.

Liberalerna

Hälso- och sjukvård

Alla ska ha en fast husläkare. Med kontinuitet och tydligt ansvar lär läkaren känna sina patienter, vilket ökar kvaliteten och ger en sammanhållen vård. Vi vill också öppna fler närakuter och införa funktionsdiplomering i fler vårdverksamheter för ökad tillgänglighet och ett bättre bemötande.

...och kollektivtrafik...

Foto: Wikipedia commons

Kollektivtrafik

Personer med funktionsnedsättning ska kunna resa självständigt. Liberalerna vill halvera priset på periodkort, återinföra nedlagd trafik, reparera hissar och rulltrappor snabbare och säkerställa att information alltid är tillgänglig både visuellt och auditivt.

Färdtjänst

Färdtjänsten ska ge människor större frihet i vardagen. Liberalerna vill utöka resetilldelningen, säkerställa att förarna har rätt kompetens och minska den administrativa bördan för resenärerna. Vårt mål är att tillgången till och kvaliteten i färdtjänsten ska vara likvärdig i hela regionen.

Regional utveckling

Liberalerna vill att regionen fördjupar samarbetet med kommuner och näringsliv så att hela länet kan växa. Kollektivtrafik, bostäder och samhällsservice ska planeras utifrån invånares olika behov och lokala förutsättningar. Funktionskonsekvensbeskrivningar behöver göras i större utsträckning.

Kultur och fritid

Alla ska kunna ta del av kulturlivet på lika villkor. Därför ska regionens kulturstöd villkoras med tydliga krav på tillgänglighet. Vi vill också använda digital teknik för att göra kultur tillgänglig för fler och säkerställa att färdtjänst och hjälpmedel möjliggör ett aktivt fritidsliv.



...och färdtjänst...

Foto: Wikipedia commons



...och regional utveckling...

Foto: Wikipedia commons



...och kultur och fritid är viktiga frågor inför valet den 13 september. Foto: Wikipedia commons

Nyheter

Stefan stöter på problem när han ska



Stefan Sundquist behöver hjälp för att komma av pendelbåten. Trösklar och höga skarvar mellan landgång och kaj stoppar självständiga resor för de som tar sig fram med en manuell rullstol.

Foto: Jonas Jönsson

Ka resa själv med SL:s pendelbåtar

Höga trösklar i båtarna och höga skarvar på landgången mellan kaj och båt. Det var vad RTP-S distriktsordförande Stefan Sundquist fick uppleva när han reste med SL:s pendelbåts trafik i somras.

– Det borde finnas andra lösningar, säger han.

SL:s båttrafik består idag av flera pendelbåtlinjer som ingår i den vanliga kollektivtrafiken. Du reser med samma SL-biljett som på buss, tunnelbana och pendeltåg.

En av de mest populära linjerna är linje 80, som trafikerar sträckan Nybroplan–

Allmänna gränd–Saltsjöqvarn–Finnboda hamn–Kvarnholmen–Blockhusudden–Lidingö (Dalénum)–Ropsten.

Stefan Sundquist, som bor i närheten av Nacka strand, reser ofta med linje 80.

– Det är ett fint sätt att pendla. Men båtarnas trösklar och skarvarna mellan landgång och båt gör att jag inte skulle klara av att resa själv utan hjälp, säger han.

– Har man en manuell rullstol måste man kunna köra på bakhjulen för att ta sig över trösklarna, tillägger han.

En bidragande orsak till problemen med att rulla ombord på och av båtarna är att vattennivån förändras. I slutet av sommaren sjunker vattennivån, vilket innebär att landgången mellan kaj och båt blir brantare.

– Det borde finnas kajer med olika nivåer mot vattnet, så att båtens

kapten kan lägga till på olika platser längs kajen, säger Stefan Sundquist.

Är SL medvetet om att vissa resenärer i rullstol inte kan resa med linje 80 utan hjälp?

– Ja, SL är medvetna om detta. Därför finns alltid däcksmän ombord som kan hjälpa till vid behov, säger Natalie Nordenswan, presskommunikatör på SL.

Vad gör SL för att minska problemen med höga trösklar ombord på båtarna?

– De trösklar som kan tas bort är redan borttagna. Medan de trösklar som krävs enligt sjösäkerhetsbestämmelser är utrustade med manu-

ell ramp som däcksmän tar fram vid behov.

Hur arbetar SL med att minska ni-

våskillnaderna mellan landgång och båt?

– Båtarna är utrustade med landgångar som är utformade för att minimera lutningen så mycket som möjligt. Alla landgångar har dessutom avfasade kanter för att underlätta för rullstolsanvändare.

Hur tar SL hänsyn till att vattennivån förändras under året och påverkar tillgängligheten?

– Vattennivån styr vi tyvärr inte över men i den mån det är möjligt att angöra på en lägre/högre del av bryggan så görs det.

Har SL övervägt att anpassa kajerna så att båtar kan lägga till på olika nivåer beroende på vattenståndet?

– SL äger inte några kajer/bryggor vilket gör det svårt att anpassa dessa. Det är främst Stockholms hamnar samt en del privata/samfällighetsägda bryggor som angörs, säger Natalie Nordenswan, presskommunikatör på SL.

Text: Jonas Jönsson

”Det borde finnas kajer med olika nivåer mot vattnet”



Det finns en del höga trösklar att ta sig över.

Foto: Jonas Jönsson

SL:s pendelbåtar/Fakta

SL har fyra båtlinjer: Linje 80: Går mellan Ropsten och Nybroplan. Linje 82: Den klassiska Djurgårdsfärjan. Linje 84: Går mellan Strömkajen och Ålstäket (Värmdö). Linje 89: Går mellan Ekerö och Klara Mälarstrand. Dessa linjer stannar vid totalt 24 olika bryggor och kajer i regionen. Det finns dessutom flera anslutande bryggor inom Waxholmsbolagets trafik där vanliga SL-biljetter gäller.

Källa: www.sl.se

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	Höstens första baddag	Höstens sista baddag
Vattenhuset Sfären (1+2)	Dick Grün 070-324 49 95	Måndagar 17.30 – 18.30	24 augusti	7 december
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Tisdagar 09.30 – 10.30	25 augusti	8 december
Vattenhuset Sfären (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Torsdagar 09.30 – 10.30	27 augusti	10 december
Beckomberga Simhall Söderberga allé 80 (1+3)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 12.00 – 13.00	24 augusti	7 december
Nacka Sjukhus Rehab avd (2)	Eva Bellbrant 070-061 89 10	Tisdagar 18.00 – 19.30	25 augusti	8 december
Dragongården Upplands Väsby (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 18.15 – 19.15	24 augusti	7 december
Aktiva Re Åkersberga Hackstavägen 22 (1+2)	Anneli Hogreve 070-445 28 81	Onsdagar 16.30 – 17.15	Renovering Startdatum meddelas senare	9 december
Badet på ROS Hamnvägen 2 (1+2) Norrtälje	Marie Kärllin 070-3161007	Onsdagar 17.00 – 21.00	17 augusti	16 december
Södertälje Allaktivitetshuset (1+2)	Kerstin Asplund 070-614 64 80	Onsdagar 15.00 – 16.30	26 augusti	9 december
Rosenlundsbadet (1+2)	RTP-S kansli 08-545 622 60	Måndagar 15.30 – 16.30	24 augusti	7 december

(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.

RTP-S medlemmar njöt av en trevlig dag med god mat på Nynäs Rökeri

I början av juni besökte ett tiotal medlemmar från RTP-S Nynäs rökeri, en utflykt som har blivit en uppskattad tradition för flera av föreningens medlemmar.

Trots grå himmel och regn utanför restaurangfönstret var stämningen på topp när deltagarna samlades för att njuta av en god lunch tillsammans.

Dagen avslutades, traditionsenligt, med glass. Utflyktens ciceron Yvonne Andersson sammanfattar dagen:

– Ett härligt gäng gjorde det årliga besöket på Rökeriet och åt en härlig lunch. Tyvärr hade vi inte vädret med oss, men som vanligt gjorde medlemmarna det till en mycket trevlig dag.

Text: Jonas Jönsson



Det var en glad och förväntansfull grupp som njöt av god mat på Nynäs Rökeri.

Foto: Anki Holmberg



Kontaktuppgifter

Telefonnummer till färdtjänsten:

Kundservice	08-720 80 80
Beställningscentral (taxi)	08-555 78 100
Beställningscentral (rullstolstaxi)	077-670 01 67
Resegarantin	
(både taxi och 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.

Rapporter

Från båttur till badfest – gemenska

Under året har RTP Norrtälje bjudit på många trevliga aktiviteter och gemensamma upplevelser. Det har blivit allt från båttur till Ängsö och badavslutningsfest till vattengympa med oväntade och humoristiska inslag.

Den morgon vi skulle åka till Ängsö kom vårens värsta regnoväder. Flera deltagare ringde och frågade om vi verkligen skulle åka? Vi kontaktade Jonas Nilsson som kunde erbjuda ett nytt tillfälle veckan efter. Så äntligen kom vi i väg. Det blev inget regn men lite kallt var det. Vi var inte ensamma på Ängsö denna gång, det kom några fritidsbåtar som la till vid bryggan. Lunch serverades på Ängsö, kaffe drack vi senare vid ett stopp där man kunde titta på växter och djur.

Text Marie Kärllin



Traditionsenligt besökte en grupp medlemmar Ängsö.

Foto: Christer Lindberg

Vid badavslutningen i december 2025 kom fysioterapeuten Johan Sundin in i en banandräkt och genomförde vattengympaprogrammet. Johan svettades och alla skrattade. Det blev en minnesrik kväll.

Text Marie Kärllin



Fysioterapeuten Johan Sundin genomförde vattengympaprogrammet i en banandräkt.

Foto: Marie Kärllin

Kap och glada stunder i Norrtälje



Det blev en trevlig badavslutningsfest i Rolfs paviljong med buffé och en tipsrunda med kluriga frågor.

Foto: Marie Kärln

Årets badavslutningsfest i Rolfs paviljong den 9 juni-26 bjöd på ganska fint väder. Det är trevligt att komma till platsen vi under så många år avslutat vårens bad. I år var stugan helt nystädad och det luktade så gott. Vi hade beställt buffé och Marie-Louise

hade ordnat med välkomstdrink och efterrätt. Vi hade en tipsrunda. I år var frågorna lite kluriga och resultaten skiftade lite. Men vad gör det när alla får pris! Vi tackade våra hjälpare för terminen som gått, hjälp som vi haft vid bad och fest. Påminde att de

nu har varit hos oss i tio år. Vi önskade varandra trevlig sommar! Nu tar vi sommarlov fram till badet som börjar i augusti.

Text Solveig Boije

Vid säsongsavslutningen inför sommaren överraskade vi Johan med en kodräkt och baddeltagarna fick kohorn. Alla skrattade och var glada. Vi önskade varandra trevlig sommar.

Text Marie Kärln

Fysioterapeuten Johan Sundin fick klä på sig en kodräkt och deltagarna fick genomföra gypsprogrammet med ett kohorn på huvudet.

Foto: Marie Kärln



Kampen mot polio blev början p

När polioepidemierna svepte över Sverige förändrades livet för tusentals människor. Många fick leva med bestående förlamningar och behovet av rehabilitering, hjälpmedel och stöd blev stort. Ur den situationen växte en rörelse fram.

För 80 år sedan bildades Riksföreningen för Barnförlamade, organisationen som i dag är Personskadeförbundet RTP.

Under första halvan av 1900-talet var polio ett stort folkhälsoproblem i Sverige. Återkommande epidemier drabbade landet, och många av dem som insjuknade var barn. Under 1940-talet fortsatte sjukdomen att sätta djupa spår i samhället.

Många människor drabbades av sjukdomen och för en del ledde sjukdomen till bestående förlamningar i armar, ben eller andningsmuskler. Vid den här tiden fanns inget vaccin mot polio. Kunskapen om hur smittan spreds var begränsad och oron stor. Tidningarna rapporterade löpande om nya sjukdomsfall, föräldrar oroade sig för sina barn och på vissa håll stängdes badplatser för att minska smittspridningen.

Epidemier återkom regelbundet och det blev allt tydligare att många av de drabbade behövde långvarig rehabilitering, hjälpmedel och socialt stöd. Behovet av stöd till dem som fått polioskador blev tydligt. Det saknades också en organisation som kunde samla de drabbade och föra deras talan.

Mot denna bakgrund bildades Riksföreningen för Barnförlamade den 27 maj 1946. Föreningen skapades för att stödja personer som drabbats av polio och deras familjer samt för att verka för bättre rehabilitering, hjälpmedel, forskning och samhäll-



Epidemier återkom regelbundet och det blev allt mer tydligt och viktigt att många av de drabbade behövde långvarig rehabilitering.

Foto: Digitalt museum

satsatser. Till föreningens första ordförande valdes Ellika Ljunggren.

Polioepidemierna fortsatte att

präglade Sverige under 1950-talet och nådde sin kulmen 1953–1954. Först när det svenska vaccinations-

på Personskadeförbundet RTP



Ellika Ljunggren, föreningens första ordförande.
Foto: Personskadeförbundet RTP

programmet infördes 1957 började sjukdomen snabbt trängas tillbaka. Organisationen engagerade sig aktivt i kampen mot polio genom bland annat Poliohjälpen och arbetet för forskning och vaccin.

När polion blev allt ovanligare breddade föreningen sin verksamhet. År 1970 bytte man namn till Riksförbundet för trafik- och polioskadade (RTP) och öppnade för personer med trafik- och olycksfallsskador.

Verksamheten har sedan dess utvecklats till att omfatta personer med bland annat ryggmärgsskador, hjärnskador, amputationer och whiplashskador.

I dag heter organisationen Personskadeförbundet RTP. Men rötterna finns fortfarande i de stora polioepidemierna under 1940-talet, då människor gick samman för att skapa en stark röst för rehabilitering, tillgänglighet och påverkan.

RTP:s historia visar vad som kan hända när människor med gemensamma erfarenheter går samman och gör sina röster hörda. Det som började som ett svar på en svår epidemi blev början på ett långsiktigt arbete för ett samhälle där människor med förvärvade skador ska kunna leva ett så självständigt och delaktigt liv som möjligt.

Text: Jonas Jönsson



En flicka i Örebro får vaccin mot polio. År 1957, när den allmänna poliovaccinationen inleddes i Sverige, vaccinerades omkring 720 000 personer mot polio.

Foto: Digitalt museum



Här vaccineras kvinnor på rad i Norrköping 1957. Vaccinationen fick snabbt genomslag. 1963, sex år efter att vaccinationen inletts, rapporteras inga poliofall alls i Sverige.

Foto: Digitalt museum

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 4-8.

AUGUSTI

Onsdag	26	Anm. Föreläsning med Johan Sundin
Torsdag	27	Paraffinbad i Södertälje varje torsdag i höst
Måndag	31	Yoga i Södertälje varje måndag hela hösten

SEPTEMBER

Fredag	4	Anmälan. Utflykt till Vinterviken
Fredag	4	Anm. Utflykt till Nynäshamn
Fredag	4	Anm. Träffa en audionom
Lördag	5	Utflykt till Nynäshamn
Måndag	7	Träffa en audionom
Måndag	7	Gym Aleris Rehab Station
Tisdag	8	Utflykt till Vinterviken
Onsdag	9	Samtal med polioskadade med Elin Krantz
Onsdag	9	Gym Aleris Rehab Station
Lördag	12	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	14	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	14	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	16	Gym Aleris Rehab Station
Fredag	18	Anm. Utflykt till Gröna stugan
Lördag	19	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	21	Anm. Föreläsning om traumatisk hjärnskada
Måndag	21	Anm. Dietisten Linnea Juto föreläser
Måndag	21	Gym Aleris Rehab Station
Tisdag	22	Utflykt till Gröna stugan
Tisdag	22	Föreläsning med Johan Sundin
Onsdag	23	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	23	Föreläsning om traumatisk hjärnskada
Torsdag	24	Dietisten Linnea Juto föreläser
Lördag	26	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	28	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	30	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	30	Anm. Allsång och musikquiz

OKTOBER

Lördag	3	Allsång och musikquiz
Lördag	3	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	5	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	7	Gym Aleris Rehab Station
Lördag	10	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	12	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	12	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	12	Anm. Musikkväll m. latinamerikanska rytmer
Onsdag	14	Gym Aleris Rehab Station
Lördag	17	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	19	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	21	Gym Aleris Rehab Station

Vi har Swish!

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

Onsdag	21	Musikkväll med latinamerikanska rytmer
Lördag	24	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	26	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	28	Gym Aleris Rehab Station
Lördag	31	Gym Aleris Rehab Station

NOVEMBER

Måndag	2	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	4	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	4	Samtalsträff med polioskadade
Lördag	7	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	9	Anm. Stefan Balogh föreläser om sex
Måndag	9	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	11	Gym Aleris Rehab Station
Torsdag	12	Anm. Decemberfest i Rådmansö bygdegård
Torsdag	12	Stefan Balogh föreläser om sex
Lördag	14	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	16	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade
Måndag	16	Gym Aleris Rehab Station
Onsdag	18	Gym Aleris Rehab Station
Lördag	21	Gym Aleris Rehab Station
Måndag	23	Gym Aleris Rehab Station forts. måndagar
Onsdag	25	Gym Aleris Rehab Station forts. onsdagar
Lördag	28	Gym Aleris Rehab Station forts. lördagar

DECEMBER

Tisdag	1	Decemberfest i Rådmansö bygdegård
Torsdag	3	Anm. Jullunch i Södertälje
Lördag	12	Jullunch i Södertälje
Måndag	14	Samtalsträff med boccia Hjärnskadade

Viktigt meddelande/tips till våra läsare:

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 där finns alltid de senaste nyheterna 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 till och med september: Postpoliomottagningen, Rehabiliteringsmedicinska Universitetskliniken Entrévägen 6 Målpunkt C, Plan 2 Danderyds sjukhus AB
Därefter är besöksadressen Entrévägen 10, plan 3 på grund av renovering.

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

Den lättgångna stigen runt Kyrksjön i Bromma bjuder på en naturnära utflykt med vacker skog och ett rikt fågelliv. En av höjdpunkterna är den speciella alskogen, där träden står på upphöjda socklar av rötter och jord i vattnet och skapar en nästan trolsk miljö.

Längs stigen finns två bryggor som leder ut över vattnet. Bryggan på sjöns östra sida är tillgänglig för personer som använder rullstol, vilket gör det möjligt att komma nära sjön och njuta av utsikten. Här kan du under hösten spana efter änder, doppingar och andra vattenfåglar. Eller varför inte en lugn fikapaus vid vattnet. Området passar bra för den som vill komma ut i naturen utan att behöva ta sig långt från staden.

Kommunikationer och hitta hit:

Tunnelbana: Ta gröna linjen till Åkeshov. Efter spärarna svänger du höger och tar hissen upp till gatuplan. Därifrån finns skyltning mot naturreservatet. Från tunnelbanestationen tar det cirka 10 minuter att gå till Kyrksjön. Färdtjänst: Ange Möjbrovägen 37, 168 54 Bromma. Vid adressen finns en vändplan.

Text: Jonas Jönsson



Kyrksjön i Bromma.

Foto: Wikipedia commons

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

B Posttidning

Ej retur

Kontrollera att Din adress är korrekt! Om inte

– meddela ändring till kansliet, telefon 08-545 622 60

Tillsammans för ett liv på lika villkor

Gemenskap, gym och
bassängträning för
styrka, hälsa och
livskvalitet.



Foto: Jonas Jönsson/ AI-genererad illustration



Din röst.
Dina rättigheter.
Vår styrka.



Kontakta oss och bli medlem!



info@rtps.se



08-545 622 60



Gemenskap
Starkare
tillsammans



Träning
För ett
aktivt liv



Bassängträning
Skonsamt och
stärkande



Påverkan
Vi gör din
röst hörd

Tillsammans skapar vi ett samhälle för alla.