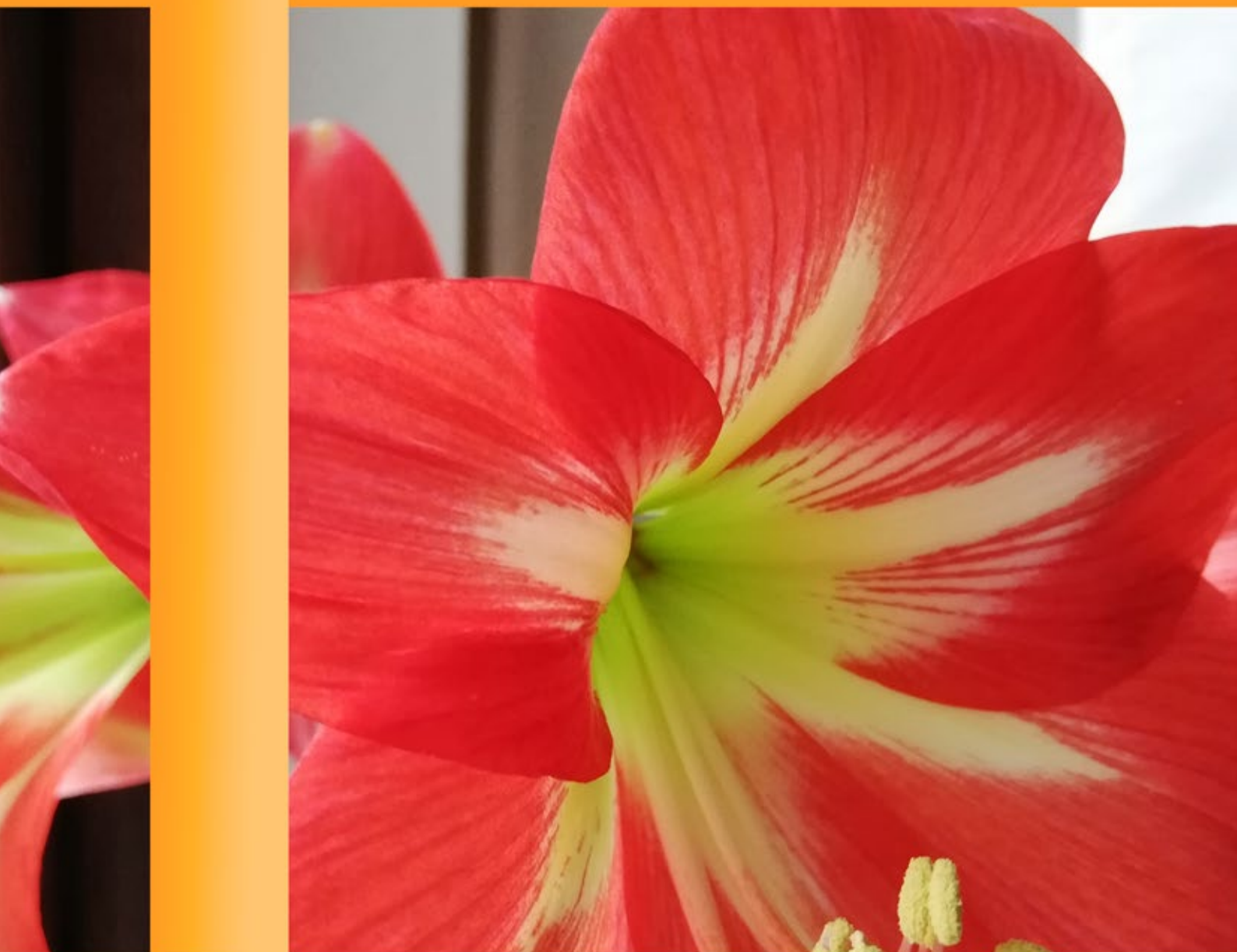




Nr 4  
2022

# Fjärilen

Skånes distrikt i  
Personskadeförbundet RTP



Information - aktiviteter - utflykter - kurser från RTPs lokalföreningar i Skåne



Personskadeförbundet RTP är en medborgarrättsorganisation. Förkortningen RTP står för Rehabilitering, Tillgänglighet och Påverkan. Vi strävar efter att våra medlemmar ska ses som medborgare istället för patienter, och ha samma rättigheter och samma skyldigheter som alla andra i samhället. Skillnaden är att vi kanske måste kräva lite mer av rättigheterna för att kunna uppfylla skyldigheterna. Personskadeförbundet RTP ger stöd, information och vägledning till personer med förvärvade skador till följd av trafik- olycksfalls eller polioskada samt deras närstående.

När jag skriver vet jag att vi fortfarande har enligt SMHI sommar detta trots att vi haft vår första frostnatt.

När du nu har tidningen i din hand hoppas jag vi har vinter enligt SMHI. Trots att vi inte har pandemi så har vi fortfarande corona fall i samhället, vilket jag tror påverkar deltagandet i våra aktiviteter men vi gör allt för att vara försiktiga.

Inom distriktet och lokalföreningarna har det sökts bidrag för att kunna erbjuda aktiviteter till förmånligt pris.

Fjärilen är full av gamla och nya aktiviteter för 2023. Som medlem är du olycksfallsförsäkrad då du deltar i någon verksamhet, det gäller även till och från den plats där verksamheten är. Du har möjlighet i mån av plats att delta i alla lokalföreningarnas aktiviteter. Vår förhoppning är att kunna erbjuda 5 dagar på Valjevicens folkhögskola med prova på aktiviteter och föreläsningar



Mellan tidningens utgåvor kan du gå in på hemsidan [www.rtp.se](http://www.rtp.se) där finns Skånes distrikts och lokalföreningarnas hemsidor för att ta del av information och nyheter. Där hittar du också vår tidning Fjärilen.

***Styrelsen önskar en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!***

## **RTP Skånes årsmöte 2 april 2023**

Motioner till årsmötet kan framställas av lokalföreningarna, motionerna skall vara insända senast den 2 mars 2023

### **Vad gäller vid avbokningar av aktivitet?**

Anmälningar till alla våra aktiviteter är bindande. Eventuell avbokning måste ske senast 2 veckor innan aktiviteten startar. Är det så att vi bokat upp t.ex. hotell, resor, biljetter så måste vi ha din avbokning minst 4 veckor innan start.

Vid senare avbokning än så krävs intyg från läkare. De priser som anges för våra aktiviteter gäller för dig som medlem/familjemedlem i RTP. Övriga deltagare/medföljande betalar fullt pris.

### **RTP-Fjärilen**

Ansvarig utgivare: Marianne Möllerstedt  
Redaktion: Se respektive lokalavdelning  
Layout: Ann-Kristin Freijd, Höörs Tryckeri  
Tryckeri och grafisk form: Höörs Tryckeri, Höör

Annonsering: RTP Skåne Marianne Möllerstedt  
tel. 0700 67 20 88. e-mail [marianne.skane@live.se](mailto:marianne.skane@live.se)  
Nästa utgivning: vecka 12  
Manusstopp nästa nr: 15/1 2023  
Framsidan, fotograf: Sylvi Salomonsson



## Hej på er alla!

Nu är detta året snart slut och vi får fira in 2023. Vårt årsmöte har vi framför oss och kommer att hållas i mars, vidare information här i tidningen. Lite aktiviteter är inbokade och vi hoppas ni ska gilla dessa och att vi får se många av våra medlemmar på dessa.

*Styrelsen önskar alla en God Jul och Gott Nytt år!*



### Kansliet har julstängt mellan 22/12-8/1

Tel 040-91 64 55 , [info@rtpmalmö.se](mailto:info@rtpmalmö.se) , Swish nr 123-347 65 46  
Vi ber alla att uppdatera era mailadresser och telefonnummer

### Årsmöte

**Malmö lokalförening i Personskadeförbundet RTP,  
kallar till årsmöte söndagen den 5 mars 2023  
klockan 12.00-14.30 på Paraplyet**

**Motioner till årsmötet skall vara kansliet,  
tillhanda senast den 6 februari 2023.**

Möteshandlingarna kommer att finnas tillgängliga på kansliet fjorton dagar innan, ni som vill ha dom på mail, meddela detta på mailen innan den 13 februari.

Lättare förtäring serveras efter årsmötet.

**Anmälan om deltagande skall göras senast den  
6 februari till kansliet eller via mailen.**

*Styrelsen hälsar er hjärtligt välkomna*

### INFO

Föreningen har Swish, vårt nr är 1233476546, tänk på att ange vad betalningen gäller och vem det är ifrån, det är mycket viktigt.

Tel 040-91 64 55, [info@rtpmalmö.se](mailto:info@rtpmalmö.se)

Vi ber alla att uppdatera era mailadresser och telefonnummer i medlemsregistret och om ni behöver hjälp så kontakta kansliet, så får vi se om vi kan hjälpa er

## Malmö Lokalförening

- Malmö,
- Svedala,
- Trelleborg
- Vellinge

### Kansli

Industrigatan 33  
212 28 Malmö

**Telefon:** 040-91 64 55

**Telefontider:** Måndag och  
torsdag 10-11 tillsvidare

**E-mail:** [info@rtpmalmö.se](mailto:info@rtpmalmö.se)

**Hemsida:** [www.rtpmalmö.se](http://www.rtpmalmö.se)

**Bankgiro:** 888-3092

**Swishnr:** 1233476546

### Fjärilens redaktion:

Carina Sjöberg Sjö  
[carinasjobergsjo@hotmail.com](mailto:carinasjobergsjo@hotmail.com)

## ANMÄLNINGAR

**Alla anmälningar till de olika  
evenemangen görs till kansliet  
på telefon 040-91 64 55 eller  
via mail [info@rtpmalmö.se](mailto:info@rtpmalmö.se)**

**Behöver du hjälp vid något  
av våra evenemang  
eller om du är allergiker,  
meddela detta vid anmälan.**

**TÄNK PÅ ATT ANMÄLAN  
ÄR BINDANDE FRÅN  
OCH MED SISTA  
ANMÄLNINGSDATUMEN**

**Du vet väl att du kan  
anmäla dig till alla lokalför-  
eningarnas aktiviteter  
i mån av plats.**





## Öppet Hus/Diskussionsforum

Vi fortsätter våra träffar med diskussioner och trevlig samvaro följande tisdagar under första kvartalet:  
**10 januari, 7 februari, 7 mars**

**Tänk på att anmälan måste göras senast fredagen innan** till Inger Ljungqvist på

Tel. 0706- 12 08 62

**Tid:** 10.00-12.00

**Fika:** RTP bjuder på fika

**Plats:** Industrigatan 33, Malmö



## HobbyCafé

Du är välkommen att pyssla med vad du än håller på med.

Är det något du känner att du skulle vilja lära dig

mer om, kontakta oss så försöker vi lösa det.



Följande onsdagar träffas vi under första kvartalet:  
**25 januari, 22 februari, 29 mars**

**Fika:** RTP bjuder på fika

**Anmälan:** senast måndag innan träffen till kansliet.

**Tid:** Välkommen mellan 13.00–16.00

**Plats:** Industrigatan 33, Malmö

## Akrylmålning

**Akrylmålning med start den 9 februari (10 ggr)**

**Anmälan till kansliet senast 14 januari** på tel. 040 916 455 eller mail [info@rtpmalmo.se](mailto:info@rtpmalmo.se)

**Tid:** 9.30-12.45

**Plats:** Mosaiken Porslinsgatan

**Pris:** 700 kr medtag eget material.

**Avgift:** Betalningen skall vara RTP tillhanda senast 28/1

**Detta är ett samarbete med ABF**



## Restaurang Vagabond

**Fredagen den 17 februari** tänkte vi gå och äta på Vagabond och äta deras goda plankor man får välja en kött/fisk planka, det kommer även finnas vegetariskt alternativ.

**Anmälan senast 3 februari till kansliet**

**Tid:** 19.00-

**Plats:** Restaurang Vagabond,  
Jöns Risbergsgatan 8–10, 214 32 Malmö

**Kostnad:** 100kr vuxen medlem, 50 kr barn under 11år, i priset ingår vatten/lättöl/läsk och kaffe.



**Du vet väl att du kan anmäla dig till alla lokalföreningarnas aktiviteter i mån av plats.  
All kultur- och studieverksamhet genomförs i samverkan med ABF.**



## Korvhuset

**Tisdagen den 14 mars** har vi bjudit in Korvhuset att prata om sina korvar, lite historia och kuriosas.

Är du sugen på att få några smakprov på olika korvar (ca 10st) potatissallad, surkål, senap och bordsvatten serveras.

### Anmälan till denna aktivitet:

Har du någon allergi eller vill ha vegetariskt så meddel detta när du anmäler dig.

Max 30 personer så först till kvarn gäller.

**Anmälan till kansliet senast den 27 februari.**

**Tid:** 18.30-20.30

**Plats:** Paraplyet

**Avgift:** 100kr för medlem, 300kr för icke medlem, avgiften skall vara RTP tillhanda **senast 7 mars.**



## Pang i bygget

**Lördagen den 1 april** kommer vi att gå och se klassikern Fawlty Towers, här är en nyskriven scenvariation av John Cleese. Den bygger på en av de mest populära episoderna (Hotel Inspectors) och runt denna intrig har man på ett smart sätt vävt in några av de absolut mest populära scenerna ur hela Tv serien.

I rollerna ser vi bland annat namn som Adde Malmberg som Basil och Eva Rydberg som Sybil.

**Anmälan senast 31 januari till kansliet**

**Tid:** 19.00-21.45

**Plats:** Nöjesteatern Malmö

**Avgift:** 300kr Medlem, icke medlem 680kr.

Avgiften skall vara RTP tillhanda **senast 31 januari**



## Hotell Gässlingen

**Helgen den 21–23 april** åker vi till Hotell Gässlingen i Skanör för att koppla av och äta god mat, det finns även spabehandlingar man kan boka till på telefon eller mail närmare ankomst.

Mellan hotell Gässlingen och Skanörs Gästgivarvaregård är det en promenad på ca 3–4 minuter. Då maten äts på gästgivarvaregården så är denna resa inte fullt tillgänglig.

21/4 1 glas champagne, tre rätters middag, 22/4 Frukostbuffé lunch – räksmörgås, 1 glas champagne tre rätters middag. 23/4 Frukostbuffé. Vi har bokat 5 dubbelrum och 2 enkelrum, först till kvarn.

**Anmälan senast den 15 mars till kansliet**

**Tid:** 21–23 april

**Plats:** Hotell Gässlingen Skanör

**Pris:** Del i dubbelrum för medlem 1800kr/per, ej medlem 3390kr/per

Enkelrum för medlem 2200kr/per,

ej medlem 3790kr/per.

**Avgift RTP tillhanda senast 20 mars.**



TÄNK PÅ ATT ANMÄLAN ÄR BINDANDE FRÅN OCH MED SISTA ANMÄLNINGSDATUMEN





## Mellersta Skånes lokalförening

- Lund
- Staffanstorp
- Burlöv
- Lomma
- Kävlinge
- Svalöv
- Landskrona
- Eslöv
- Höör
- Hörby

### Kansli

Annegården  
Skansvägen 5  
226 49 Lund

**Mobil: 0768 – 98 53 95**

### Telefontid:

Måndag 16-18  
tisdag kl.10.00-12.00

### E-mail:

rtp.mellerstaskane@live.se

### Hemsida:

rtp.se/mellerstaskane

### Kontaktperson:

### Ordförande:

Agneta Ragnarsson

### Fjärilens redaktion:

Agneta Ragnarsson

rtp.mellerstaskane@live.se

**Plusgiro 79 32 48-6**

## Vad gäller vid avbokningar av aktivitet?

Anmälningar till alla våra aktiviteter är bindande efter sista anmälningssdag. Är det så att vi bokat upp t.ex. hotell, resor, biljetter så måste vi ha din avbokning minst 4 veckor innan start. Vid senare avbokning än så krävs intyg från läkare. De priser som anges är för medlem/familjemedlem i RTP. Övriga deltagare/medföljande betalar fullt pris

## GOD JUL & GOTT NYTT ÅR

*Önskar  
Styrelsen*



### KALLELSE

Årsmöte söndagen den 12 mars 2023

Habo Gård i Lomma

Kl. 12.00 Lunch

Kl. 13.00 Förhandlingar

Kl. 14.30 – 15.30 Avslutar med kaffe.

**Motioner skall vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari.**

**Anmälan om deltagande:**

**senast den 31 januari** på telefon eller mail.

**Glöm inte att anmäla om Du har specialkost.**

Ni som kan tänka er att få möteshandlingarna på mail meddela oss detta senast den 31 januari.

**Välkomna!**

### Kansliet

**OBS! Nytt telefonnummer tel. 0768 – 98 53 95.**

**Telefontid:** helgfri måndag Kl. 16.00 -18.00 och tisdag kl. 10.00 -12.00.

Har ni tillgång till dator så sänd gärna mail till:

rtp.mellerstaskane@live.se.

Tveka inte att ringa ifall du vill ha hjälp eller prata med någon i som är i samma situation, så bokar vi en tid som vi kan träffas på i Lund. Kanske behöver du hjälp med din skadereglering eller tips på fondansökningar.

**Kansliet håller stängt under jul och öppnar åter efter trettonhelgen.**

### OBS!

Om du anmäler dig till två olika träningsaktiviteter/pass får du 100 kronor i rabatt på en aktivitet.

Detta gäller för bassängträning och qigong.

**OBS! Alla anmälningar gör ni till Agneta tel. 0768 98 53 95 eller maila rtp.mellerstaskane@live.se**

**Alla inbetalningarna gör ni till vårt plusgiro 79 32 48-6**



## Bassängsträning på Habo Gård i Lomma Måndagar kl. 14.00– 15.00. Gruppen startar den 16 januari.



Foto: Ann-Kristin  
Thönnersten Nilsson

Är du intresserad av att bada på Habo Gård så hör av dig till.

### Kontaktperson/ledare:

Marianne Ohlsson tel. 0703 59 27 53

**Kostnad:** 300 kr/termin då badar ni ca 13 ggr/termin.

Om vi får tillräckligt med anmälningar till Bassängsträningen på Habo Gård så kan vi starta två grupper under våren.

## Qigong med instruktör Patrick Bacquin på Habo Gård.



Qigongen har blivit

**en succé.** Vi kommer därför att träffas **5 gånger var tredje vecka med start,**

**vecka 11 och avslut vecka 23.** Samma tid kl. 11.00 – 13.00 för en timmes qigong med instruktör Patrick Bacquin.

Bekväma kläder rekommenderas.

Efter passet serveras dagens lunch.

**Anmälan: senast den 15 februari till kansliet.**

**Kostnad:** 300 kr/termin

Betalning senast den 27 februari till plusgiro: 79 32 48-6

## Funny Girl på Malmö Opera den 4 mars kl. 18.00

En läcker och lustfylld musikal med en stark ensemble med bl a Sanna Nielsen, Marianne Mörck, Oscar Pierrou Linden och Ann-Louise Hansson. Räkna med fart, fläkt, färgsprakande shownummer, dans, humor och kostymprakt.

Musikalen startar kl. 18.00 och håller på i ca 2 timmar och 40 minuter inkl. paus

**Kostnad:** 300 kr/person

**Anmälan:** senast den 30 december till kansliet.

Mobil 0721 83 27 44

**Betalning:** senast den 20 februari till plusgiro: 79 32 48-6



Fotograf: Charlotte T Strömwall

## Musikterapi

Vi träffas tre gånger under våren på Annegården i Lund med **start den 29/3 kl. 13.45 – 15.45** med Gitte Pålsson som ledare.



Musik ska byggas utav glädje. Av glädje bygger VI verkligen musik. Alla gör så gott man kan och inga krav på att vara någon sångfågel eller spela något instrument.

**Den 19 mars** träffas gruppen på Palladium i Malmö för en jubileumskväll för att uppmärksamma att svensk-bolivianska Khala Uma i hela 35 år berikat

Sverige med folkmusik från Anderna och skänkt ay-marafolket ett ansikte. Gruppen tog form på 1980-talet i La Paz, Bolivia, då Gitte Pålsson arbetade som volontär med att bygga upp musikverkstäder ihop med ay-marafolket. Där träffade hon Cesar Salazar, som spelade traditionell andinsk musik. Kärlek uppstod och 1988 anlände Cesar och Gitte till Sverige med dottern Tania Wayra.

**Anmälan:** senast den 28 februari.

**Kostnad:** 300 kr/termin

**Betalning:** senast den 20 mars till plusgiro: 79 32 48-6



## ”En vinresa runt jordklotet”

med Håkan Nilsson

**Torsdagen den 11 maj träffas vi på Habo Gård kl. 16.30 – 19.00**

Håkan Nilsson kommer från Helsingborg och har sysslat med vin på heltid i trettio år. Han har arbetat som vinskribent, skrivit böcker och hållit i vinutbildningar.

Idag är han mest på resande fot med resenärer till världens alla hörn.

Denna gång tar Håkan oss med på en resa runt jordklotet och berättar om olika vinländer. De som vill får prova fyra röda viner av god kvalitet.

Efter föreläsningen serveras en delikatesstallrik samt kaffe och kaka.

**Kostnad:** 300 kr/person.

**Anmälan:** senast den 30 mars till kansliet.

**Betalning senast den 20 april till**

plusgiro 79 32 48-6



## Kammarmusikfestivalen 40 års Jubileum.

Lyckå Kammarmusikfestivalen i Karlskrona. Det blir 15:e året

som vi arrangerar denna uppskattade musik resa

Är du intresserad av att följa med till Kammarmusikfestivalen i början på juli?

Vi planerar för 3 övernattningar med helpension, konsertbiljetter och 3 tillfällen med ledare/föreläsare.

Våra vänner i Blekinge planerar nu för den 40:e festivalen



Mer information om kommande aktiviteter i nästa nummer av Fjärilen.

En Spadag på Åhus SeaSide i början på maj.

Aktivitetsdag på Habo Gård.

**OBS! Alla anmälningar gör ni till kansliet tel. 0768 98 53 95 eller maila [rtp.mellerstaskane@live.se](mailto:rtp.mellerstaskane@live.se)**

**Alla inbetalningarna gör ni till vårt plusgiro: 79 32 48-6**

*God Jul & Gott Nytt År!*





## God Jul & Gott Nytt År Önskar Styrelsen



### KALLELSE

Årsmöte 2023

Söndag den 19 februari på  
Grand Hotell i Kristianstad

Kl 12.00 Lunch  
Kl 13.00 Förhandlingar  
Kl 15.00 Avslutning

**Motioner skall vara styrelsen tillhanda senast den 13 januari.**  
**Anmälan:** måndag-torsdag kl 10.00-12.00 senast den 19 januari.  
Till Per Jacobsen tel 0702-418257 eller e-post per.skane@live.se

**Glöm inte att tala om i fall DU ska ha specialkost.**  
*Välkomna!*

### BASSÄNGTRÄNING PÅ CSK I KRISTIANSTAD

Tyvärr har vi ännu inte hittat någon ledare till våra grupper. Vi behåller våra tider i varmvattensbassängen till våren och letar vidare. Camilla hör av sig till alla anmälda i badgrupperna när vi kan börja bada igen.

### Vad gäller vid anmälningar/avbokningar av våra aktiviteter?

Anmälningar till alla våra aktiviteter är bindande efter sista anmälningsdagen. I mån av plats så är medlemmar från övriga lokalföreningar välkomna. Eventuell avbokning måste ske senast 1 vecka innan aktiviteten startar. Är det så att vi bokat upp t.ex. hotell, resor, biljetter så måste vi ha din avbokning minst 4 veckor innan start.  
Vid senare avbokning än så krävs läkarintyg

### Nord Skåne lokalförening

- Kristianstad
- Hässleholm
- Bromölla
- Osby
- Östra Göinge
- Perstorp

#### Kansli:

**Ordförande:** Per Jacobsen  
Tel. 0702 41 82 57

**E-mail:**  
per.skane@live.se

**Kassör:** Camilla Svensson,  
Tel: 070-866 88 55

**E-mail:**  
camilla64svensson@gmail.com

#### Ledamöter:

Britt-Marie Harsten  
Tel: 0733-46 81 28

**E-mail:** bmharsten@gmail.com

Ola Håkansson  
Tel: 0708 16 35 15

**E-mail:**  
olah0216@gmail.com

Per O Enström  
Tel: 0704-56 71 37  
**E-mail:** peroen.1951@gmail.com

#### Kontaktperson:

Ordförande: Per Jacobsen  
Tel. 0702 41 82 57

**E-mail:**  
per.skane@live.se

#### Fjärilen redaktion:

#### Hemsida:

rtp.se/nordskane

**Plusgiro: 480 38 43-4**



**Gör inga inbetalningar förrän vi ger klartecken att aktiviteten kommer att genomföras.**

## SITTYMPA

Nu har vi testat sittgympa under höstterminen 2022 och det har fallit väl ut, så vi kör en runda till under vårterminen 2023.



**Vi startar onsdagen den 8 februari kl 15,50-16,35** på Magasinsgatan 2 i Kristianstad. Rebecka Magnusson kommer att leda oss under 12 veckor.

**Egenavgift:** 400 kr/person som betalas in på vårt PG nr: 4803843-4 senast den 25 januari.

**Ordinarie pris:** 1500 kr

**Anmälan:** gör ni till Camilla på tel nr 0708668855 eller camilla64svensson@gmail.com senast den 18 januari

KeepOn hjälpmedelsbutik i Kristianstad  
**Måndagen den 6 februari kl 13.30**



kommer vi att besöka butiken KeepOn för information om deras breda sortiment av små och stora hjälpmedel, allt ifrån burköppnare till kolfiberrullatorer. Vi får även ta del av nyheter på marknaden och produkter som stimulerar träning.

**Vi bjuds på kaffe och kaka. Max 10 deltagare.** KeepOn (fd Hjälpmedelscentrum) ligger på Rörvägen 10 nära Willy's på Långebro.

**Anmälan:** gör ni till Britt-Marie på tel nr 0733-468128 eller

Mail [bmharsten@gmail.com](mailto:bmharsten@gmail.com) senast 26 januari.

**Detta är kostnadsfritt.**

## Akvarellkurs

Hos ABF på Björkhemsvägen 15D i Kristianstad Akvarellmålning, en kreativ terapi i syfte att utforska sinnet.



Genom måleri kan vi låta känslorna flöda och uppleva lycka, kärlek, empati och frid. Avslappning som kan uppnås mellan hjärna och sinne.

**Kursen startar måndag 13 februari mellan kl 13.00-15.30** och pågår 10 veckor t o m 24 april med uppehåll för annandag Påsk.

**Ledare:** blir Margot Gerdt.

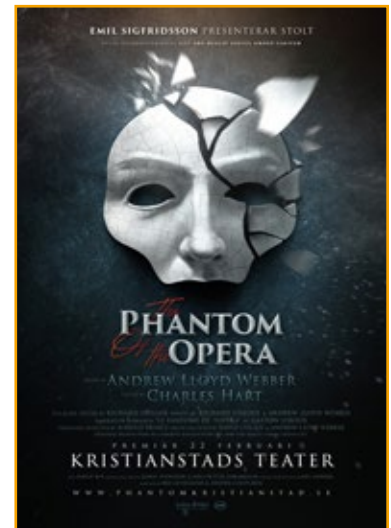
**Är du intresserad** av att delta så gör anmälan till Camilla Svensson på tel nr 0708-668855 efter kl 10.00 eller på mail [camilla64svensson@gmail.com](mailto:camilla64svensson@gmail.com) senast den 1 februari.

**Egenavgift:** 200kr ska betalas senast den 6 februari på vårt plusgiro 480 38 43-4.

**Ordinarie pris:** 1670kr.

## PHANTOM OF THE OPERA

**Söndagen den 2 april kl. 15.00**  
på Kristianstads Teater.



Vi träffas kl. 14,30 utanför teatern då ni får era biljetter. Andrew Lloyd Webbers dramatiska och vackra musik har gjort Phantom Of The Opera till världens mest älskade musikal.

Rollen som Phantom spelas av John Martin Bengtsson och Hanna Ulvan spelar Christine Daaé

**Kostnad:** 200 kr/person Ordinarie pris: 455 kr

**Anmälan:** Senast den 31 januari till Camilla Svensson tel. 0708668855 eller [camilla64svensson@gmail.com](mailto:camilla64svensson@gmail.com)

**Inbetalningen skall vara oss tillhanda senast den 28 februari** på plusgiro 480 38 43-4

Studiecirklar ihop med ABF. ABF:s konferenslokal på Björkhemsvägen 15 D i Kristianstad





## Kära medlemmar!

Vi behöver bli fler i styrelsen så vi kan fortsätta att skapa aktiviteter där vi träffas och gör roliga saker tillsammans. Några styrelsemedlemmar slutar p g a flytt eller utökade arbetstider.

Är du intresserad av eller nyfiken på vad det innebär att delta i styrelsearbetet så hör gärna av dig till Agneta Ragnarsson i valberedningen på tel nr 0721-832744 eller Mail [rtp.mellerstaskane@live.se](mailto:rtp.mellerstaskane@live.se)

Vi behöver även aktuella mobiltelefon nummer eller mail adresser till er så vi kan nå er mellan Fjärilens utgivningar.

Uppdatera på vår hemsida [rtp.se/nordskane](http://rtp.se/nordskane)

*Tack på förhand!// Styrelsen*

**Mer information om kommande aktiviteter i nästa nummer av Fjärilen.  
En Spadag på Åhus SeaSide i början av maj.  
Utflykt med Safaribåten i KristianstadsVattenrike.**





## Nordvästra Skånes lokalförening

- Örskelljunga
- Båstad
- Ängelholm
- Åstorp
- Klippan
- Helsingborg
- Höganäs
- Bjuv

### Kansli:

Kurirgatan 1  
254 53 Helsingborg  
Mobil: 0700 67 20 88

### E-mail:

marianne.skane@live.se

**Hemsida:** [www.rtp.se/  
nordvastraskane](http://www.rtp.se/nordvastraskane)

### Kontaktperson ordförande

Marianne Möllerstedt  
Tel: 0700 67 20 88

### Fjärilens redaktion:

Ny bank Nordea  
Postgiro 678213-0  
Bankgiro 2578094

Vad gäller vid avbokningar av  
aktivitet se sidan 2

Titta gärna in på vår hemsida  
för att se eventuella  
förändringar av aktiviteterna

[www.rtpskane.se/  
nordvastraskane](http://www.rtpskane.se/nordvastraskane)

## Vad har hänt under året

Corona har inte släppt oss helt nu erbjuds vi 4:de och femte sprutan. Bassängträning, Andningsyoga och Målarkursen har haft nästan fullt antal medlemmar.

Våra grillkvällar på Vikingstrandsbadet genomfördes vi var inte många men vädret och humöret var på toppen.

Ett gäng var på rekreationsdagar på Tylösand hotell en uppskattad verksamhet under flera år

Medlemsmöte i oktober med öl provning var trevligt och generöst.



Det är sökt bidrag till våra verksamheter

2023 nu är det bara att hålla tummarna. Hoppas det kommer att finnas något för dig som kan vara av intresse.

*God Jul Gott Nytt år  
från styrelsen*

## Inbjudan till årsmöte 2023

Söndagen den 5 mars kl. 12.00 på Ringstorpsgården

Motioner till årsmötet skall vara styrelsen  
tillhanda senast den 20 februari.

12.00 serveras det lunch  
13.00 startar förhandlingarna  
14.00 avslutning med kaffe

**Gör din anmälan senast den 1 mars om du önskar förtäring**  
eller till Siv-Britt Eriksson 0707 482615 mail [sberiksson@outlook.com](mailto:sberiksson@outlook.com)

**Glöm inte att tala om ifall du har specialkost**

### Årsmöteshandlingar

Föredragningslista, Verksamhetsberättelse, Ekonomisk redovisning för 2022, Verksamhetsplan och Budget för 2023 samt underlag för beslut sändes ut till deltagare som så önskar 14 dagar innan årsmötet.

Handlingarna finns även att tillgå på vår hemsida  
[www.RTP.se/nordvastraskane](http://www.RTP.se/nordvastraskane) efter den 25 februari

**STYRELSEN HÄLSAR ALLA HJÄRTLIGT VÄLKOMNA**

*Inbjudan till årsmötet meddelas endast på detta sätt*



Medlemmar i personskadeförbundet RTP  
är välkomna att delta i DHS aktivitets-  
program på Ringstorp.

För att se aktuella aktiviteter gå in på  
[www.dhshelsingborg.se](http://www.dhshelsingborg.se)





Du vet väl att du kan anmäla dig till alla lokalföreningarnas aktiviteter i mån av plats.

**Bassängträningens bokning ej klar då det kommer att bytas aktör och detta är inte klart ännu men jag hoppas det skall vara klart innan julhelgen.**

## Bassängträning på Ramlösa Bad

Med start den xx januari xxxxxxx kl. xxxxxxxx  
Bassängträning med ledare Lena Engkvist och till musik i 34-gradigt vatten. Det varma vattnet gör gott för trötta leder och muskler.

Alla tränar efter egen förmåga och gör inga rörelser som inte känns bra för kroppen.

**Kostnad:** 300: -/ termin för medlemmar, fullt pris för ej medlemmar 1.600: -/ termin

**Vill du ha information eller vara med i gruppen** så ring Lena Engkvist

**Tel.** 042- 13 18 70 eller

**E-post:** lena.engkvist@gmail.com



## Målarkurs via Folkuniversitetet

Med start den 16 februari 10 sammankomster  
Torsdagar kl 12.30 - 14.45

**Ledare:** Bengt Green

**Lokal:** Chokladfabriken, Dragaregatan 2  
Helsingborg  
Det ingår Material

**Kostnad medlemmar:** 500: -/termin  
Fullt pris för ej medlemmar.

**Är du intresserad** hör av dig till Marianne  
Tel 0700 672088 E-post marianne.skane@live.se



## Andningsyoga

Vi startar till våren med 18 tillfällen måndagar mellan kl 12.30 till 14.00.

Med start den xx januari på Ringstorpsparken

**Ledare:** Michael Grönhed

Andningsyoga gör det lättare att hitta fokus och avslappning för att förebygga stress, ångest, depression, stelhet och ohälsa. Alla utgår från sina egna förutsättningar och sittande. Passet avslutas med kroppsscanning och en stunds meditation.

**Kontakta Göran Wallin:**

jojje.wallin65@gmail.com

**Kostnad:** medlemmar 300: -/ termin

Denna aktivitet genomför vi tillsammans med DHR  
Fullt pris för ej medlemmar 750: /termin.



## Nytt för året

Tre besök på Fredriksdal med lunch och guidade turer som speglar årstiden en på våren och två på hösten.

Mer information i Fjärilen nr 1 2023



## Grillkvällar vid Vikingstrandsbadet i Helsingborg

RTP håller med grillkol och grillare, vi bjuder på kaffe med liten kaka.

Vad du vill lägga på grillen och dryck tar du själv med. Jag hoppas vi får två fina grillkvällar.



Bassängträning, Andningsyogan och Målarkursen har vi i samarbete med





## Planerade aktiviteter för hösten

Vi hoppas kunna bjuda på studiebesök på Brandkårmuseet.

Tylösand 2 rekreativsdagar 22-24 september.

Medlemsmöte 18 oktober med tema ej klart hoppas på ideer från er läsare

Även att kunna erbjuda någon form av konsert eller teater.

**Mer information i Nr 2 och 3 av Fjärilen**



## Lokalföreningarna har två gemensamma aktiviteter

Familjedag på Backagården i maj där det avslutas med grillning Valjeviken rekreativsdagar

Läs mer om det på sidan 19

Vård, rehabilitering och tillgänglighet är tyvärr ingen självklarhet – det vill vi förändra genom vårt påverkansarbete. Hjälp oss att värva nya medlemmar för att kunna fortsätta vårt arbete för medlemmar!





## GOD JUL och GOTT NYTT till er alla!

I skrivandets stund är det början av november och 15 grader varmt ute.

Hösten sprakar av underbara färger och det är så njutbart att promenera i naturen. Men det lackar mot jul, kanske snö och kyla, men det är ju det som är det fina, att få uppleva olika årstider och njuta av skiftningen, charmen och kontrasten.



När det är vinter är det viktigt att ha bra skor. **Jag vill påminna om att RTP ger 20% rabatt på skor från Icebug.** Det är skor med extra bra grepp så du inte halkar. Det finns också skor med dubbar och många olika modeller att välja på. Kontakta förbundskansliet för att få en rabattkod på telefon 08-629 27 80 eller per e-post [info@rtp.se](mailto:info@rtp.se) sedan kan du köpa skor på Icebugs webbshop [www.icebug.se](http://www.icebug.se).

Men nu till något helt annat. Covid-19 är inte över! Vi hälsar er hjärtligt välkomna till våra aktiviteter och medlemsträffar men ber er att respektera att inte komma om ni känner er febriga, snuviga eller sjuka på något annat sätt.

**Det är snart dags att betala medlemsavgiften för 2023.** Jag vill bara påminna om att medlemsavgiften betalas till förbundet i Stockholm, inte till vår lokalförening! Så kolla noga när du betalar att du betalar till rätt nummer! Om du har blivit ny medlem under vår kampanj i höst, då har du redan betalt för hela 2023. Det var allt för den här gången!

*Vi ses förhoppningsvis i vår!*

*Hälsar Sylvi Salomonsson*

*Ordförande i Sydöstra Skånes lokalförening i Personskadeförbundet RTP*

### Kallelse till årsmöte

**Söndagen den 26 februari kl 14.00 håller vi årsmöte i vår lokal Korsvirket i Ystad.**

Lätt lunch serveras kl 13.00. Vi bjuder också på kaffe och kaka efter mötet. **Du hälsas hjärtligt välkommen!**

**Motioner till årsmötet ska vara styrelsen tillhanda senast 15 januari. Viktigt att du anmäler dig till Sylvi eller Mariann senast 16 februari!**

### OBS!

**Om du anmäler dig till två OLIKA sorters träning får du 100 kr i rabatt per träningsform!**

Vi har våra aktiviteter i samarbete med ABF



## Sydöstra Skånes lokalförening

- Simrishamn
- Sjöbo
- Skurup
- Tomelilla
- Ystad

### Kansli:

Korsvirket  
Surbrunnsparken  
Surbrunnsvägen 24, Ystad

**Telefon:** 070 222 53 21

### Hemsida:

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

### Kontaktperson

Ingvar Håkansson  
070 222 53 21

### Fjärilens redaktion:

Sylvi Salomonsson  
[sylvi.skane@live.se](mailto:sylvi.skane@live.se)  
070-3151778

### OBS!

**Anmälningar till medlemsmöten alternativt aktiviteter i Korsvirket skall göras till Marianne Åkesson 0733-946056**

Aktiviteter utanför  
Korsvirket anmäles till  
Sylvi Salomonsson  
070-31 51 778  
Bg 5123-8111





## Bassängsträning

Vi har bassängsträning i varmvattenbassängen på Ystads lasarett **onsdagar kl 17.00, torsdagar kl 17.00 och fredagar kl 13.00.**



Vi börjar vecka 2 (11, 12 resp 13 januari) och håller på till vecka 24 (14,15 resp 16 juni).

**Kostnad:** 500 kronor för 23 gånger. Bg 5123-8111.  
**Välkommen med din anmälan!**

## Sittgymnastik/stavgång

**Måndagar kl 10.30** har vi stavgång eller sittgymnastik beroende på väder. Sittgymnastiken äger som vanligt rum i stora salen på Göken, Petrigatan 10 i Ystad. Stavgången äger för det mesta rum i Kronoskogen vid Svampakorset utanför Tomelilla. Gruppen bestämmer ändring av plats.



**Kostnad:** 100 kr för vårterminen. Bg 5123-8111.  
Vi kan ta emot fler deltagare! **Vi börjar den 16 januari. Välkommen med din anmälan!**

## Qigong

**Tisdagar kl 10.30** fortsätter vi med stående och sittande qigong i AB-salen på Göken i Ystad. **Vi börjar vecka 3, alltså den 17 januari.**



**Kostnad:** 300 kronor för 10 gånger. Eventuellt kan det bli fler gånger. Bg 5123-8111.

**Välkommen med din anmälan!**

## YstadRevyn



**Fredagen den 27**

**januari** går vi på revyn på Ystad teater.

**Anmälningstiden har gått ut men du kan stå som reserv ifall någon får förhinder av något slag.**

**Anmäl dig i så fall till Sylvi!**

Föreställningen börjar kl 19.30 och är slut ca kl 22.00. Det ligger en 30 minuters paus i mitten.

**Pris:** 250 kr för skrattande medlemmar i RTP!  
Övriga 495 kr!

## Curest VR

MedTech-företaget Curest har tillsammans med fysioterapeuter vid Danderyds sjukhus tagit fram ett hjälpmedel för rehabilitering av nackskador, yrsel, spänningshuvudvärk mm. Hjälpmedlet heter Curest VR och för att träna används VR-glasögon som visar olika övningar och rörelsemönster.



Metoden med virtuell rehabilitering mot långvarig smärta används idag på olika kliniker och regioner där patienter lånar hem VR-glasögon för att enkelt kunna träna och få uppföljning från en fysioterapeut på distans. Responsen har varit positiv och många av dem som genomgått rehabiliteringen vittnar om minskad smärta och enklare vardag till följd av träningen.

**Tisdagen den 17 januari kl 18.30** kommer Ayla Langlais, Leg. Fysioterapeut, till Korsvirket och presenterar hur hjälpmedlet och träningen går till. **Anmälan till Mariann eller Sylvi senast den 10 januari. Vi bjuder på ärtsoppa och grov macka! Välkomna!**

## AquaQigong

**Tisdagen den 14 februari kl 10**

träffas vi på Örums Nygård.

Klockan 10.30 har vi AquaQigong i bassängen.

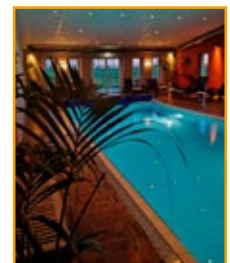
Klockan 12 äter vi en god lunch.

Sedan fortsätter vi bada, spaa och ha det skönt. Kaffe, te och tilltugg finns under hela dagen.

Klockan 15 åker vi hem, förhoppningsvis rena, glada, mätta och belåtna men kanske lite trötta.

**Välkommen med din anmälan till Sylvi senast den 1 februari. OBS! Begränsat antal platser!**

**Kostnad:** 300 SEK som inbetalas till bg 5123-8111 senast den 5 februari!



**Välkommen med din anmälan till Sylvi senast den 1 februari. OBS! Begränsat antal platser!**

**Kostnad:** 300 SEK som inbetalas till bg 5123-8111 senast den 5 februari!

## Föreläsning om Osteoporos

Frakturkoordinator Petra Elb från Malmö kommer till Korsvirket

**tisdagen den 28 mars** för att föreläsa om benskörhet/bentäthet. **Vi träffas kl 18.30. Föreläsningen är kostnadsfri och vi bjuder på kaffe/te och frallor.**

**Välkommen med din anmälan till Sylvi eller Mariann senast den 18 mars!**

**Välkommen med din anmälan till Sylvi eller Mariann senast den 18 mars!**







## Påskfest

**Tisdagen den 4 april** firar vi påsk tillsammans. Vi träffas i Korsvirket kl **18.30** och äter påsktallrik. Mellan maten och kaffet har vi en liten informationsstund och ett litet påskquiz. Prisutdelning kommer att ske.

**Vi vill ha din anmälan senast den 24 mars!**



## Chokladprovning

Choklad är gott!

**Tisdagen den 16 maj** åker vi till Österlenchoklad i Skåne Tranås för att göra en resa i chokladens värld.

**Mer om detta får du läsa i nästa nummer av Fjärilen!**



## Mat för äldre

Peggy Dickson dotter Hermanson från konsultföretaget Offentlig Måltid träffar vi i Korsvirket **tisdagen den 18 april kl 18.30**. Peggy

kommer att prata om mat, bra mat för äldre. Peggy har arbetat inom måltidsbranschen i mer än 25 år.

**Naturligtvis ska vi ha något att äta, vi bjuder på tacos! Välkommen med din anmälan till Sylvi eller Mariann senast den 10 april!**



## Våravslutning

**Vårens sista medlemsträff blir på Midsommarängen tisdagen den 13 juni.**

Vi grillar korv och fikor, tar en runda på strandpromenaden, går till utegymmet eller bara njuter i solen.

**Vi träffas kl 16.30.**

**Kläder efter väder!**

**Anmälan till Sylvi senast den 3 juni!**

**Vilka härliga dagar vi hade i augusti på Söderåsens Forsgård!**



**Möte med Österlenhäxan blev en mycket intressant och trevlig kväll.**



**Golf och våfflor är inte heller dumt!  
Vi njöt vid Jakten!**





## Skånes distrikt

### Kansli:

Annegården  
Skansvägen 5  
226 49 Lund

**Postgiro nr:** 13 80 595-7

**Tel:** 0700672088

### E-post:

marianne.skane@live.se

### Hemsida:

www.rtpskane.se

### Kontaktpersoner:

Marianne Möllerstedt  
tel. 0700 67 20 88

### Fjärilens redaktion:

Marianne Möllerstedt  
0700 67 20 88

### Nyttiga hemsidor

www.rtp.se Förbundet  
www.hsoskane.se  
www.skane.se  
Region Skåne  
www.bostadscenter.se  
www.hjalpmedelsteknik.se  
www.hi.se  
hjalpmedelinstitutet  
www.ntf.se/sydot

RÅDGIVNING FÖR  
NACKSKADOR  
TEL. 046-17 18 80

## Fjärilen kommer ut med 4 nr /år

Utgivnings veckor under  
2022 är vecka 12, 25,  
38 och 51

Vi hoppas att redaktionen når  
er lika väl som tidigare .

Agneta Ragnarsson,  
Per Jakobsen,  
Sylvi Salomonsson,  
Carina Sjöberg Sjö och  
Marianne Möllerstedt

## Erbjudande till lokalföreningarna i Skåne:

### Rehabilitering mot långvarig nacksmärta med virtual reality

MedTech-företaget Curest har tillsammans med fysioterapeuter vid Danderyds sjukhus tagit fram ett hjälpmedel för rehabilitering av nackskador, whiplash, yrsel eller spänningshuvudvärk. Hjälpmedlet heter Curest och för att träna används VR-glasögon som visar olika övningar och rörelsemönster.

Under hösten 2022 genomfördes ett samarbetsprojekt mellan Personskadeförbundet RTP och Curest för att informera om nackskaderehabiliteringen med VR-glasögon.

RTPs medlemmar fick då möjligheten att testa träning i hemmet med stöttning från Curest på distans. Responsen har varit positiv och många av de som genomgått rehabiliteringen vittnar om minskad smärtan och enklare vardag till följd av träningen.

Curest erbjuder nu Skånes lokalföreningar ett kostnadsfritt möte där det kommer och presenterar hur hjälpmedlet och träningen går till.

RTP har nu utökat samarbetet med Curest vilket innebär att vi kan erbjuda ett begränsat antal medlemmar möjlighet att under en sexveckorsperiod genomgå en smärtlindrande rehab med VR-glasögon till reducerat pris. Personen får VR-glasögonen samt Curest träningsprogram hemskickat till sig och sedan sker stöttning och vägledning digitalt av en legitimerad fysioterapeut en gång per vecka.

### **Kostnaden för detta är 600:- för hela perioden.**

Efter sexveckorsperioden finns möjlighet att fortsätta rehabiliteringen, då till en kostnad av 200:-/vecka.

### **Är du intresserad hör av dig till din lokalförening**

Observera att erbjudandet gäller ett begränsat antal medlemmar.  
Det är först till kvarn som gäller!







## Kommande under våren 2023!

Valjeviken 29/5 - 2/6 - En efterfrågad 5-dagars tur med helpension.



Familjedag den 6 juni 2023 på  
Backgården i Höör



Mer information kommer i Fjärilen nr 1 2023 som kommer ut i mars månad.

Är du intresserad så gör en intresseanmälan till Agneta.

E-post: [rtp.mellerstaskane@live.se](mailto:rtp.mellerstaskane@live.se) eller tel 0768 - 98 53 95

Marianne: E-post: [marianne.skane@live.se](mailto:marianne.skane@live.se) eller tel: 0700 67 20 88





## Signe Junganders Minnesfond

För att beviljas bidrag ska man uppfylla följande kriterier: Man måste vara bosatt i Skåne  
Ha en taxerad inkomst på ca 150.000-170.000 kr (ca 3,5-4 prisbasbelopp).

1. I beloppet inräknas inte bostadsbidrag, socialbidrag, underhållsstöd och andra inkomstprövade bidrag.
2. Om särskilda omständigheter föreligger kan gränsen ovan möjligen höjas något, t ex om den sökande har hemmavarande barn, betalar underhållsbidrag eller har handikapp som medför merkostnader.
3. För makar/sambor bör den gemensamma taxerade inkomsten inte överstiga 275.000 kr.  
Även om endast den ena maken söker bidrag ska alltid make/makas inkomst beaktas.
4. Ha en förmögenhet på under 100.000 kr (drygt 2,5 prisbasbelopp).
5. Denna nivå bör gälla även för makar gemensamt. Vid förmögenhetsberäkningen inräknas normalt inte värdet av en bostadsrätt eller en villafastighet där sökanden bor permanent.  
Värdet på bostaden får inte ligga över vad som kan anses som normal standard.
6. För barn under 18 år beaktas föräldrarnas inkomster.

**Om du är intresserad att söka ur denna fond sänd in Beslut om årlig beskattning  
för inkomst år 2021 senast den 30 januari.**

Till Marianne Möllerstedt Rättarevägen 10, 246 57 Barsebäck.  
eller till Per Jakobsen Basilikavägen 17 C, 243 400 Höör.

Märk kuvertet med ”Junganders Minnesfond”

har du några frågor kan du ringa Marianne 0700672088 eller mail [marianne.skane@live.se](mailto:marianne.skane@live.se)  
eller Per på mobil 0702418257 eller mail [per.skane@live.se](mailto:per.skane@live.se)



***RTP Skåne  
önskar er en riktigt  
God Jul och ett  
Gott Nytt År!***