



Nr 3
2025

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.

Inbjudan till online-föreläsning till alla medlemmar som vill vara med.
Den 27:e oktober 17-18.30 erbjuder vi en inspirerande online-föreläsning med Madelen Larsson om privatekonomi. Madelen har ett populärt Instagramkonto kallat "Miljonmålet" och har även skrivit en bok med samma namn. I boken berättar hon om sin personliga spar-resa och hur man kan spara även med små inkomster.

Som utbildad lärare och coach handlar hennes föreläsning dock inte om bara sparande utan om hela vårt förhållningssätt till ekonomi och välmående. Ett unikt tillfälle!
Länk till föreläsningen skickas i god tid till alla som anmäler sig.

**Anmälan till Mellersta Skåne senast den
10 oktober: mellerstaskane@rtp.se**



RTP-Fjärilen

Ansvarig utgivare: Agneta Ragnarsson

Redaktion: Se respektive lokalavdelning

Layout: Ann-Kristin Freijd, Höörs Tryckeri

Tryckeri och grafisk form: Höörs Tryckeri, Höör

Annonsering: RTP Skåne Agneta Ragnarsson

Mobil: 0768 – 98 53 95, skane@rtp.se

Nästa utgivning: vecka 51

Manusstopp nästa nr: 15/10 2025

Framsidan, fotograf: Klas Sturesson



Hej allihop

Nu har vi taget oss en bit in på hösten och vi hoppas ni haft en fin höst än så länge.

Vi i styrelsen önskar gärna få in idéer till aktiviteter som ni vill göra.

Vill ni ha fler aktiviteter via ABF?

Vill ni göra någon dagstur till något speciellt ställe?

Gå gärna in och uppdatera era uppgifter på er medlemssida på RTPs webb.

Har ni ingen mailadress där så missar ni kanske något som vi inbjuder till via Paraplyet och annan viktig info från styrelsen.



Kansliet har julstängt 19/12–11/1

Tel. 040-91 64 55, **E-Post:** info@rtpmalmo.se, **Swish** nr 123-347 65 46

Vi ber alla att uppdatera era mailadresser och telefonnummer genom att logga in på er medlemssida

Fjärilens redaktion: carinasjobergsjo@hotmail.com

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@rtpmalmo.se

Hemsida: www.rtpmalmo.se

Bankgiro: 888-3092

Swishnr: 1233476546

Vi ber alla att uppdatera era mailadresser och telefonnummer

Fjärilens redaktion:

Carina Sjöberg Sjö

carinasjobergsjo@hotmail.com

ANMÄLNINGAR

Alla anmälningar till de olika evenemangen görs till kansliet på telefon 040-91 64 55 eller via mail info@rtpmalmo.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 lokalföreningarnas aktiviteter i mån av plats.



Öppet Hus/Diskussionsforum

Vi fortsätter våra träffar med diskussioner och trevlig samvaro följande tisdagar, **7 oktober, 4 november, 2 december.**

Tänk på att **anmälan** måste göras senast torsdagen veckan innan till Inger 0706-12 08 62

Tid: 11.00-13.00

Fika: RTP bjuder på fikan

Plats: Industrigatan 33, Malmö

TÄNK PÅ ATT ANMÄLAN ÄR BINDANDE FRÅN OCH MED SISTA ANMÄLNINGS-DATUMEN



HobbyCafé 29 oktober

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.

Fika serveras.

Anmälan: senast måndag innan träffen till Jeanette 0733-42 87 86

Tid: Välkommen mellan 13.00-16.00

Fika: RTP bjuder på fikan

Plats: Industrigatan 33, Malmö

Studiebesök med Lunch

Den 21/10 tänkte vi göra ett studiebesök på **KeepOn i Lomma** efteråt går vi till **restaurang Havsblick** som ligger tvärs över gatan där vi äter dagens lunch.

Är någon i behov av att samåka meddela detta vid anmälan. **Glöm inte att anmäla allergier.**

Max 20 st

Anmälan: senast 7 oktober till kansliet.

Tid: samling 9.50 i Lomma på Strandvägen 100.

Pris: 50kr

Plats: KeepOn Strandvägen 100, Lomma



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.



Vardags-Spa på Mossbylund

Fredag den 14 november intar vi lite vardagschill på Mossbylund

Vi börjar förmiddagen kl 10.30 med en nybakad fralla och en frisk smoothie i deras mysiga spacafé innan ni byter om till badrock och ger er ut i spaet. Bada, basta, vila i lugn och ro tills du känner att det är dags att stilla hungern.

Klockan 14.00 väntar en utsökt måltid i restaurangen. Därefter åker var o en hem.

Observera att de har en åldersgräns på 16 år.

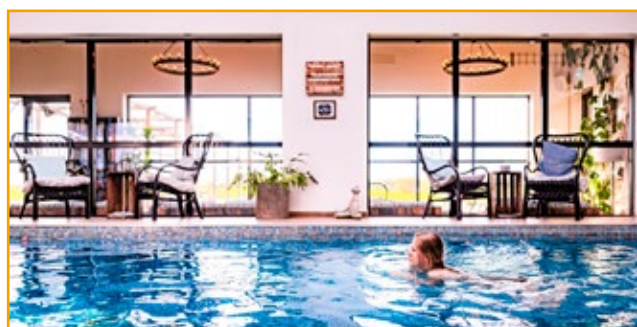
MEDTAG EGNA TOFFLOR

Plats: Hotell Mossbylund, Mossbystrand
27453 Skivarp

Pris: 400kr för medlem, icke medlem 645kr

Anmälan: senast den 4 november till kansliet via mail, betalningen RTP tillhanda senast den 7 november.

Behandlingar kan var och en boka via:
info@mossbylund.se eller 0411-30036 .



Heldag med Julpyssel

Fredagen den 21/11 träffas vi och gör julpyssel i olika former.

Anmälan: senast 6/11 till kansliet, betalning RTP tillhanda senast 12/11

Tid: 09.30 -ca 16.00

Plats: Paraplyet, Industrigatan 33.

Pris: 150kr, detta ingår, pysselmateriel, lunch och eftermiddagsfika.



Julkaffe

Den 23/11 blir det julfika här på Paraplyet.

Tid: 14.00-16.00

Plats: Paraplyet Industrigatan 33.

Pris: RTP bjuder



Årets Julbord 6/12

Privat på The Edge Kitchen som ligger vid Malmö Mässhall.

Det kommer finnas lotteri , pysselhörna för barnen och så får vi väl se om Tomten kommer o hälsar på.

Tid: 17.00

Plats: Hyllie Vattenparksgata 12, 215 32 Malmö.

Pris: 350 kr / vuxen medlem , icke medlem 650kr

Barn tom 12 år, pris diskuteras i dagsläget, så de får vi återkomma med vid anmälan.

Sista anmälan är 16 okt och är bindande efter det. Betalning RTP tillhanda senast den 30 okt, via swish eller Bg.



**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.**



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 kl. 16.00-18.00

tisdag kl. 16.00-18.00

E-mail:

mellerstaskane@rtp.se

Hemsida:

rtp.se/mellerstaskane

Kontaktperson:

Ordförande:

Agneta Ragnarsson

Fjärlens redaktion:

Agneta Ragnarsson
mellerstaskane@rtp.se

Plusgiro 79 32 48-6



Kansliet

Kansliet på Annegården i Lund är obemannat, då vi arbetar hemifrån. Men hör gärna av dig på telefon.

Telefontid: Mån kl. 16.00-18.00 och tis kl. 16.00-18.00.

Telefonnummer: 0768 – 98 53 95.

Har ni tillgång till dator så sänd gärna **mail** till: mellerstaskane@rtp.se
Tveka inte att ringa ifall du vill ha hjälp eller prata med någon som är i samma situation, så bokar vi in en tid så kan träffas i Lund eller Höör. Vilket som är lättast för dig. Kanske behöver du hjälp med din skadereglering eller tips på fondansökningar.

Uppdatera dina kontaktuppgifter. Har du ny mailadress eller telefonnummer? Då är det dags att uppdatera dina kontaktuppgifter

Alla anmälningar gör ni till kansliet:

Mail: mellerstaskane@rtp.se eller

Tel. 0768 98 53 95

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdag.

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



Bassängsträning på Habo Gård i Lomma.

Preliminär start på höstens bad är vecka 40 - 50 Måndagar

Kl. 14.00 – 15.00 med Marianne Ohlsson som ledare.

Tisdagar

Kl. 12.00 – 13.00 med Alexandra Rahm som ledare. Det finns kanske någon plats kvar så hör ring vårt kansli.

Kostnad: 400 kr/termin



Yogan fortsätter med sina träffar den 8/10, 22/10, 5/11 och 19/11.

Klockan 13.30 – 15.00

Här finns ett fåtal platser kvar. Så hör av dig.

Online-föreläsning "Miljonmålet"

Den 27:e oktober erbjuder vi en inspirerande online-föreläsning med Madelen Larsson om privatekonomi. Madelen har ett populärt Instagramkonto och har även skrivit boken "Miljonmålet" där hon berättar om sin personliga spar-resa och hur man kan spara även med små inkomster. Som utbildad lärare och coach handlar hennes föreläsning dock inte om bara sparande utan om hela vårt förhållningssätt till ekonomi och välmående.



Ett unikt tillfälle! Länk till föreläsningen skickas i god tid till alla som anmäler sig.

Anmälan: senast den 10 oktober till kansliet: mellerstaskane@rtp.se

Ljusstöpningskurs

Den 9:e november kl. 09.00 – 13.00 träffas vi på Ljusverkstan i Eslöv i nya anpassade lokaler ute på Sallerup. Exakt adress får ni efter anmälan. I paketet ingår det. 1 ljuskrona + 4 vanliga ljus eller spiror.



Välkomstdryck, hembakat bröd, pålägg, kaffe/the och hembakt kaka.

Anmälan: senast den 7:e oktober.

Inbetalning: senast den 20:e oktober

Kostnad: 300 kr

Advents fika

Den 6:e december klockan 14.00 – 16.00 bjuder föreningen kostnadsfritt in till adventsfika på Annegården i Lund.

Det kommer att finnas möjlighet till julpysssel men framförallt dricker vi glögg, kaffe och äter julig fika.

Varmt välkomna!

Anmälan: senast den 15 oktober till kansliet: mellerstaskane@rtp.se



Titta gärna in på Skånes distrikts sidor i slutet av Fjärilen här erbjuds det aktiviteter för alla medlemmar i Skåne.



Medvetet Munspelande – Världens minsta gym!

Lär dig andas djupt och avslappnat, samt träna nacken och hela käkregionen genom mjuka små kontrollerade och medvetna rörelser. Detta samtidigt som du på ett enkelt sätt skapar musik direkt med andra genom att andas in och ut genom munspelet.

Fokus är bara på ljudet/tonen/musiken och det är kul! Träningen är en "biverkan". Samarbete finns med sjukgymnaster och det finns många likheter med fysioterapi. Anpassning kan givetvis göras efter var och ens olika förutsättningar. Kan man andas kan man spela munspel.

OBS! Inga musikaliska förkunskaper krävs!



Välkomna / Mattias Bogefors (whiplashskadad och medlem i RTP sedan 1995)

Vi träffas på Annegården i Lund följande onsdagar under hösten: Det finns platser kvar.

1/10 - 15/10 - 29/10 - 12/11. Klockan 13.00 – 14.30

Anmälan omgående.

Kostnad: 400 kr/termin



OBS! Alla anmälningar gör ni till kansliet tel. 0768 98 53 95

Måndag kl. 16.00-18.00 och tisdag kl. 16.00-18.00 eller maila mellerstaskane@rtp.se

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



Hej på er alla!

Hoppas att ni haft en härlig sommar. Först vill vi passa på och meddela att medlemssidorna numera är uppdaterade. Nu kan ni logga in med Bank ID eller lösenord. Vi vill att ni som har möjlighet uppdaterar era uppgifter på medlemssidorna, för att vi i framtiden ska kunna skicka ut information till er med kort varsel, angående överblivna biljetter eller liknande.

Tyvärr har vår nyvalda ordförande Susanne Freij av personliga skäl, lämnat oss med omedelbar verkan. Vi tackar dig: Susanne för denna tiden.

Detta innebär att vi i Nord Skåne måste få in fler medlemmar i styrelsen för att kunna fortsätta bedriva vår verksamhet. Vi är även i behov av en ny revisor till nästa år. I skrivande stund är vi bara två kvar i styrelsen, och behöver din hjälp redan nu. För att slippa ha ett nytt årsmöte kan vi välja in dig på ett adjungerande styrelsemöte.

Nu behöver vi hjälpas åt för att inte behöva lägga ner vår verksamhet.

Hoppas att vi ses på någon av våra aktiviteter i Höst.

Hälsningar Lena och Camilla



Anmälningar till aktiviteter

Alla anmälningar gör ni till Camilla Svensson

Tel: 0708 66 88 55

Telefontid: Helgfria måndagar kl. 11.00 -13.00, onsdagar kl. 16.00-18.00

OBS! NY MAILADRESS: nordskane@rtp.se

Anmälan är bindande efter sista anmälningdagen.

Alla inbetalningar: gör ni till vårt plusgiro nr: 480 38 43 – 4

Då vi inte har något kansli eller anställd så kan det hända att vi inte kan svara, men lämna gärna ett meddelande så hör vi av oss så fort vi kan. Har ni tillgång till dator/mobil sänd gärna ett mail/sms. Det underlättar vårt arbete.

Nord Skåne lokalförening

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

Möteslokal: Hedbergshuset
Storgatan 14
288 33 Vinslöv
Vån 3

Ordförande/Kontaktperson:

Vakant

Tel:

E-mail: nordskane@rtp.se

Hemsida: rtp.se/nordskane

Fjärilens redaktion:

Camilla Svensson
nordskane@rtp.se

Plusgiro: 480 38 43-4

Avbokningar av våra aktiviteter?

Så hänvisar vi till sidan 2

Uppdatera era kontaktuppgifter

Har du ny mailadress, telefon- nummer eller postadress?

Logga in på vår hemsida och
ändra dina uppgifter.

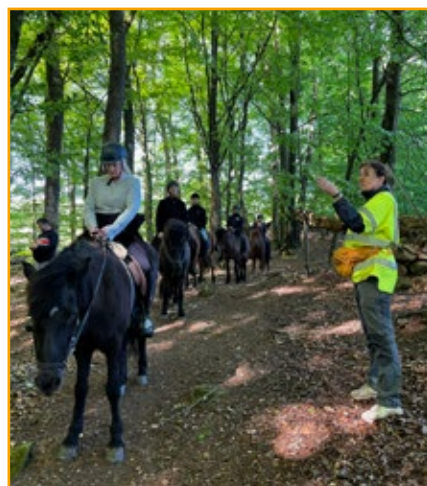


Söderåsens Forsgård

Den 16 maj var vi ett härligt gäng på Söderåsens Forsgård. Dagen började med frukost.

Därefter blev vi tilldelade en häst som skulle ryktas och pysslas om innan sadel och träs åkte på. Vi red ut tillsammans i ca 2 timmar och när vi kom tillbaks väntade en god lunch: hjortgryta, potatis och tillbehör. Vi fick rabarberpaj med vaniljsås till efterrätt.

Efter lunchen fick vi en föreläsning om rid sjukgymnastik av Ulrika. Sen blev det fiske, bastu och bad innan vi avslutade dagen med hembakad fika.





Brynolf & Ljung 6 december

Välkommen att hänga med oss på årets mest magiska julfest på Kristianstads Arena

Upplev en magisk kväll med Brynolf & Ljung fylld av julglädje, smakupplevelser och magi i succéforeställningen Stalker. Sveriges främsta magiker. En unik presentation där duon kombinerar street magic, psykologisk mentalism och social hacking.

Vi har bokat ett gäng biljetter med en trerätters julinspirerad middag. Och för de som orkar fortsätta, så avslutas kvällen med DJ, dans och allsång.

När: 6 december

Var: Kristianstads Arena

Tid: 16,30 öppnas dörrarna,

17,00 Middagen serveras,



17,30 Middagsunderhållning,

19,10 lämnar vi bordet och tar plats på arenan, showen startar 19,30 och avslutas 21,30.

Efterfesten håller på till 00,00.

Kostnad: 550 kr / medlem (ordinarie pris 1160 kr)

Anmälan: Oss tillhanda senast 8 november

Betalning: till vårt PG senast den 22 november

Bassängsträning på Centralsjukhuset i Kristianstad

Den **2 september** startade vi med vårt efterlängtrade bad på centralsjukhuset i Kristianstad.

Det finns fortfarande platser kvar om någon känner för att bada med oss.

Tisdagar klockan 16,00 – 17,00 har vi vår bassängtid. Vi håller till på fysioterapiavdelningen i varmvatten bassängen.



**Vår badledare heter Patrik Hjalmarsson.
Varmt Välkomna**

INTRESSEANMÄLAN

Vellingeblommans Tomteby

Vi undrar om det finns något intresse för att följa med oss till Vellingeblomman i mitten av november?

Nordens största julutställning. Här är det jul i varje vrå från golv till tak maxat med ljus, glitter, dekorationer och figurer. Tomtebyn är en sagolik värld där du hittar rörliga figurer, 1000-tals juldekorationer, magiska kulisser och såklart härlig julmusik och julstämning. Att gå tomtebystigen är som att kliva in i en helt annan värld fylld av julig magi.

Älskar ni julen ska ni absolut hänga på och följa med oss till Vellingeblomman.

Vi behöver ha in er intresseanmälan senast den 15 oktober, så vi vet hur många som är intresserade och kan boka färdmedel därefter. Priset för turen är lite beroende på hur många vi blir.





Nordvästra Skånes lokalförening

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

Kansli:

Kurirgatan 1
254 53 Helsingborg
Mobil: 0730 655474

E-mail:

nordvastraskane@rtp.se

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

Kontaktperson ordförande

Marianne Möllerstedt
Tel: 0730 655 474

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)**

Hej

Sommarn som försvann, var blev den av, jag som är lite till åren kan inte minnas att somrarna förr var så lynnega.

Hoppas trots allt att ni har haft en skön sommar för återhämtning.

Höstens aktiviteter inbjuder Fjärilen till, glöm inte att anmäla er.
Ha en aktiv och stimulerande höst.

Styrelsen är i startgroparna med planering av aktiviteter inför 2026.
Har ni idéer hör gärna av er till styrelsen.

Hälsar Marianne, Anita, Helene, Mats och Göran

Uppdatera dina kontaktuppgifter.

Har du ny mailadress eller nytt telefonnummer ?

Sänd gärna dina uppgifter på mail till marianne.skane@live.se



RTP dagen 22 september

Hjälp oss värva nya medlemmar.

Under vecka 39 (22-28/9) är en kampanjvecka då man kan bli medlem till ett reducerat pris och medlemskapet varar även under 2026.

Kampanjmaterial att dela ut finns att rekvirera.
Hör av dig till Marianne mobil 0730655474 eller
E-post nordvastraskane@rtp.se



Medlemmar i personskadeförbundet RTP är välkomna att delta i DHS aktivitetsprogram på Ringstorp.

För att se aktuella aktiviteter gå in på
www.dhs



Humanfonden

Stöd oss genom att spara i Humanfonden

Då kan du börja spara i Swedbank Robur Humanfonden.
Missa inte att ange att du vill stödja Personalskedeförbundet RTP

Du får personlig avkastning samt att RTP
får avkastning till verksamheten.



YOGA med fokus på andning

Måndagar kl. 11.30 - 12.30 start den 1 september
på Ringstorpsgården.

Ledare: Ingela Larsson Mobil 0735-299831

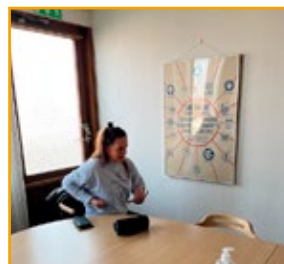
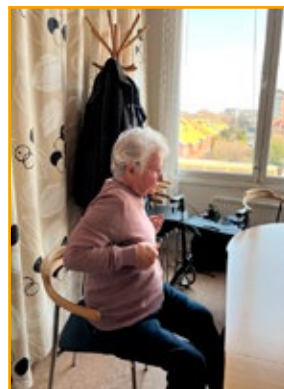
E-postingelasyoga@gmail.com

”Varje måndag ses vi en timme.”

Yogan är krav fri och alla gör efter sin förmåga.
Yogan gör att vi känner oss mer rörliga, hittar ett inre lugn, fokus på här och nu, kan bidra till minskad ångest och oro samt att känna gemenskap.”

Vill du vara med så ring eller skicka ett sms till
Göran Wallin Tel 0733-846125 eller
E-post jojje.wallin65@gmail.com

Kostnad: medlemmar 300:-/termin
Denna aktivitet genomför vi tillsammans med DHR
Fullt pris för ej medlemmar 1000:-/termin.
Plusgiro 67 82 13-0



Kreativ textilverkstad

Tisdagar kl. 17.30 – 20:30 på Ringstorpsgården

Under hösten 16 och 30 september, 7 och 28 oktober samt 11 och 25 november.



Foto: Anita Åkesson – Kreativ Textilverkstad

Lokal: ”Studierummet” första gången (ibland Lilla Salen istället).

Handledare: Anita Åkesson

Kontakta Anita via sms 0709 936177

(så ringer jag åter) E-post anita@aakesson.com

Kostnad: 200:-/termin fika ingår

Fullt pris för ej medlemmar 400:-/termin

Postgiro 67 82 13-0

Samtalsträffar vid fyra tillfällen

Tillsammans med Göran Hassel

goranhassel@icloud.com

Vi träffas för att bryta ensamheten och skapa gemenskap. Prata och diskutera med varandra.
Vi bjuder på kaffe med kaka.

Onsdagar klockan 15.00 – 16.00.

Vi träffas den 17 september, 15 oktober, 19 november och 17 december.
i lilla salen på Ringstorpsgården.





Keramikkurs

Nu finns chansen att få lära sig mer om keramik i Keramik verkstan i Jonstorp hos keramikern Yvonne Larsson, verksam sedan år 2000.



Vid fem tillfällen

(25 sept., 2,9,16 och 30 oktober) får du möjlighet att lära dig mer om olika tekniker som ringling, kavling, tumning och skulptering. Sista tillfället glaserar vi våra alster som vi sedan hämtar när de blivit färdig brända.

Vi arbetar med vit, grå, och svart stengodslera och har 20 olika sorters doppglasyrer till vårt förfogande. Du behöver inga förkunskaper och det finns förkläden att låna.

Kursen är på torsdagar mellan 12.00-14.30 i Jonstorp Jonstorp svägen 79, (ingång från Tranbärsvägen) Jonstorp 26371

Vi kommer att vara 5-6 personer.

Det finns dessvärre inget handikappanpassat wc. Meddela gärna om du är nybörjare, använder rullator, och om du behöver skjuts från Ängelholm station till Keramikverkstaden i Jonstorp (jag har plats till 3-4 personer i min bil).

Kursen kostar: 500kr för medlemmar och 3250kr för icke medlemmar och då ingår 2,5kg lera, bränning och glasyr. (lera utöver det kostar det 75kr/kg) plusgiro 67 82 13-0

Anmälan: gör du till mig Martina Svensson
E-post martinassvensson181@gmail.com
Mobil 070-2489505

Sista anmälningdagen den 11 september

Hoppas du vill vara med, det är spännande med keramik.

Medlems möte på Järnvägmuseet i Ängelholm

Torsdagen den 18 november kl 15.00

Guidad tur, vi bjuder på fika

Anmälan: via Anita via sms 0709 936177
(så ringer jag åter)

E-post anita@aakesson.com

Vi kan hjälpa till med samåkning.

Träning i varmvatten bassäng 2025

Vi erbjuder er att testa ett nytt förslag till träning i varmvatten. På Vattnets hus i Ängelholm, Höganäs sportcenter och Filborna badet i Helsingborg. Du tar själv kontakt med det badet som passar dig och bokar in dig i den grupp du väljer.

Som medlem blir din kostnad 400: för 10 ggr.

Ej medlem fullt pris

Du betalar fullt belopp sänder kvitto till Marianne via mail, mobil eller med posten.

Fotografera kvittot och sänd välj en av adresserna
Marianne.skane@live.se mobil 0730655474

Marianne Möllerstedt

Rättarevägen 10, 246 57 Barsebäck

och får tillbaka det som överstiger 400:-

glöm inte att sända med bankkonto

Kan detta fungera då finns det kanske fler kommuner som har samma koncept som kan bli aktuella.

Du har kanske ett förslag hör av dig.

Höganäs Sportcenter

Har en varmvattenbassäng som kallas multibassängen. Den är 34 grader varm och har en höj- och sänkbar botten med ett max djup på 150 cm 12. Multibassängen används för rehab-bad och för personer med funktionsbegränsningar.

Ledare för Bra flyt: Pernilla

Kostnad 10 ggr: 1.250:-/deltagare

Friluftsvägen 10, Lerberget

Mobil 0708342560 e-post info@braflyt.com

Filborna badet Helsingborg

Har en varmvattenbassäng som kallas Aqua 12,5 x 10 meter, vattendjup 0-1,75 m. En bassäng med variabelt djup och en vattentemperatur på behagliga 33 grader. Det finns flera grupper med ledare till våra många vattenpass. Bassängen med sitt 33-gradiga vatten är utmärkt för rehab och personer med funktionshinder (lift finns).

Kostnad: 10 ggr 1.295:-/ deltagare

Filborna badet .se

Filbornavägen 101, Helsingborg Tel: 042-4508434

Vattnets hus i Ängelholm

De har varmvattenbassäng-träning. De har träningar i 32g vatten måndagar 12.00, tisdagar 7.00, 8.30, 19.00, onsdagar 7.00, 12.00, torsdagar 7.00, fredagar 7.00, 12.10, lördagar 8.30

Kostnad: 10 ggr 1.125:-/ deltagare

Landshövdingevägen, Ängelholm

0431-450300





Hej och välkommen till Sydöstra Skånes sidor!

I skrivandets stund är det varmt och soligt, himlen är blå och det känns som sommar trots att det redan är september. Hösten står för dörren och våra aktiviteter är i gång. Du har väl inte glömt att anmäla dig?! Speciellt vill jag påminna om **Skånes friskvårdsdag den 5 oktober** på Backagården i Höör! En dag fylld av olika aktiviteter och föreläsningar. Mer information finns på Skånes sidor! **Omgående anmälan!**

Ibland behöver vi skicka ut information med kort varsel och därför ber vi dig att **uppdatera dina kontaktuppgifter**. Det är bra om vi kan komma i kontakt med dig per mejl eller sms.

Vi har två aktiviteter på gång som eventuellt kommer att starta senare i höst och fortsätta under våren. De är inte riktigt spikade och därför inte med här på våra sidor. Det handlar bland annat om musik och glädje. Sång är hälsa för kropp och själ och vi vill ju ha bättre andning och hållning, stressa mindre och stärka immunförsvaret. Du får läsa mer i nästa nummer av Fjärilen!

I fjor vann vi lite pengar i värvningskampanjen i samband med RTP dagen. Nu är det dags igen, vi vill gärna ha ännu fler medlemmar, så hjälp oss värva! Det finns säkert fler som vill vara med i gemenskapen. Det var allt för den här gången. Hoppas vi ses i höst!

Hälsar

Sylvi Salomonsson

*Ordförande i Sydöstra Skånes lokalförening
i Personskadeförbundet RTP*



Sydöstra Skånes lokal förening

- Simrishamn
- Sjöbo
- Skurup
- Tomelilla
- Ystad

Möteslokal:

Korsvirket
Surbrunnsparken
Surbrunnsvägen 24, Ystad

Telefon: 070 31 51 778

Hemsida:

www.rtpsydostraskane.se

Kontaktperson

Sylvi Salomonsson
070 31 51 778

Fjärilens redaktion:

Sylvi Salomonsson
sylvi.skane@live.se
070 31 51 778

OBS!

Anmälningar till medlemsmötet i Korsvirket ska göras till
Catarina Svensson
070 914 08 01

Bg 5123-8111

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





Bassängträning

Vi har bassängträning i varmvattenbassängen på Ystads lasarett.



Onsdagar kl 17.00, torsdagar kl 17.00 och fredagar kl 13.00.

Vi börjar vecka 33

(13, 14 resp 15 augusti) och håller på till vecka 50 (10, 11 resp 12 december).

Kostnad: 600 kronor för 18 gånger.
Bg 5123-8111.

Välkommen med din anmälan!

Sittgymnastik

Onsdagar kl 11.00 har vi sittgymnastik i vår lokal Korsvirket, Surbrunnsparken, Ystad.



Kostnad: 100 kr för höstterminen.
Bg 5123-8111.
Vi kan ta emot fler deltagare!

Välkommen med din anmälan!

Måla med alla sinnen

Vi fortsätter vår målarkurs varannan tisdag udda veckor. Vi träffas kl 16 i Korsvirket.

Vi har plats för fler medlemmar. Du behöver inte ha några förkunskaper, bara viljan att våga! Vi försöker få fram vårt konstnärliga flöde med hjälp av olika tekniker som vår ledare bistår oss med.

**Första gången i höst blir den 26 augusti.
För 250 kr får du material och fika.**

Välkommen med din anmälan! Bg 5123-8111



Hemberedskap

Tisdagen den 16 september kommer Rolf Thulin från MSB till oss i Korsvirket för att prata om hemberedskap.



Myndigheten för samhällsskydd och beredskap

Om det blir kris, vad händer då?

- Vad ska vi tänka på?
- Hur blir det med mat, vatten, värme, kommunikationer, betalningar, mediciner, husdjur?
- Hur gör vi?
- Hur kan vi förbereda oss?

Vi har säkert mycket att lära denna intressanta kväll.

Vi träffas kl 18.30.

Vi bjuder på något gott att äta.

Välkommen med din anmälan.

HLR

Tisdagen den 14 oktober får vi lära oss hjärt- och lungräddning. Du som inte gått kurs har nu chansen och för övriga är det viktigt med repetition. Vi måste ju kunna hjälpa varandra om faran är framme. Det blir Rolf Thulin från MSB som handleder oss. Hjärtstartaren ingår i programmet.



Vi bjuder på fika.

Välkommen till Korsvirket kl 18.00!

OBS! Tiden! Anmälan senast den 6 oktober!

Räkfrossa

Tisdagen den 11 november äter vi räkor i Korsvirket.

Räkorna serveras med ägg, bröd, smör, majonnäs och andra små tillbehör.



Vi träffas kl 18.30. Kaffe och kaka bjuder vi också på. Mellan räkor och kaffe har vi en liten informationsstund.

Du som är ny i föreningen hälsas speciellt välkommen!

Det finns gott om tid att bekanta sig med de andra medlemmarna.

OBS! Anmälan senast den 4 november.



Julfest

Årets avslutning blir tisdagen den 9 december då vi äter julbord tillsammans. Det är knytkalas, så ju tidigare du anmäler dig desto större chans har du att bestämma vad du vill ha med dig.

Vi kommer att spela julklappsspelet, ta därför med dig en julklapp, värde ca 30 kr. Förhoppningsvis blir det lucia- och julsånger. Vi kommer också att ha ett quiz av något slag.

Vi träffas i Korsvirket kl 18.30!

OBS! Anmälan senast den 2 december!



VALJEVIKEN

Missade du Valjeviken i slutet av maj? Vi var några stycken där från Sydöstra Skåne. Det var en underbar vistelse med många olika aktiviteter.



Vi hade tur med väder och vind när vi var ute i skogen. Margaretha var en av de grillansvariga.



Se bara på det fantastiska blomsterarrangemanget som Catarina och Agneta gjort.

VÅRENS GRILLNING



Vårens grillning höll vi i Korsvirket. Korv med tillbehör är ju alltid gott men godast var nog de krabbelurer som bakades på grillen och serverades till kaffet. På bilden ser vi Sylvi, Margaretha och Anders.



Tänk vad skönt det är att bassängträningen kommit i gång igen!



Skånes distrikt

Kansli:

Annegården
Skansvägen 5
226 49 Lund

Postgiro nr: 13 80 595-7

Tel: 0768 98 53 95

E-post:

skane@rtp.se

Hemsida:

www.rtpskane.se

Kontaktperson:

Agneta Ragnarsson
Tel: 0768 98 53 95
E-mail:
skane@rtp.se

Fjärilens redaktion:

Agneta Ragnarsson
Tel. 0768 98 53 95

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/sydst

RÅDGIVNING FÖR
NACKSKADOR
TEL. 046-17 18 80

Fjärilen kommer ut med 4 nr /år

Utgivnings veckor under
2025 är vecka 12, 25,
38 och 51

Vi hoppas att redaktionen när
er lika väl som tidigare .

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

Uppförandekod för Personskadeförbundet RTP

Antagen av förbundsstyrelsen 2025-02-28

Ändamål

Personskadeförbundet RTP är en rikstäckande funktionshinderorganisation.

Personskadeförbundet RTP är en idéburen, ideell medborgarrättsorganisation som är partipolitiskt och religiöst obunden. Personskadeförbundet RTPs ändamål är att verka för ett samhälle präglad av mångfald och respekt för personer med funktionsnedsättning som en följd av trafik-, olycksfalls- eller polioskada. Fysiska medlemmar och lokalföreningar ska verka för Personskadeförbundet RTP.

Vision och Värdegrund

Vision

Alla ska ha tillgång till livets möjligheter.

Värdegrund

I mötet med andra personer utgår vi ifrån att alla människor har lika värde. Inom förbundet arbetar vi efter demokratiska grundprinciper. Vi behandlar varandra med tillit och ömsesidig respekt och strävar efter att alla ska känna sig delaktiga. För att vi ska vara trovärdiga och ha en stark röst i samhället är det viktigt att allt arbete vi gör bygger på en evidensbaserad grund.

Vi strävar efter ett universellt utformat samhälle för alla.

Vi bemöter andra och varandra med respekt och värdighet

Personskadeförbundet RTP accepterar ingen form av diskriminering eller trakasserier. Som representanter för Personskadeförbundet RTP behandlar vi andra med respekt och vi utsätter ingen för kränkande särbehandling eller diskriminering. Personskadeförbundet RTP har en diskrimineringspolicy. Vår värdegrund utgår från alla människors lika värde.

Vi värnar om allas personliga integritet

I mötet och kontakten med andra människor respekterar vi deras integritet och vi lämnar aldrig ut eller använder konfidentiella uppgifter om personer, ärenden eller situationer som vi fått oss tillhanda genom organisationens verksamhet. Som anställd, förtroendevald eller ideellt arbetande förbinder vi oss att inte sprida konfidentiell information om enskilda personer eller om Personskadeförbundet RTPs interna verksamhet.



***Uppförandekoden kan du läsa i sin helhet på
alla lokalföreningarnas hemsidor.***



RTP Skåne bjuder in till aktivitets/friskvårdsdag på Backagården i Höör den 5 oktober kl. 09.30 – ca 16.30

Vi bjuder in till en intressant, lärorik och aktiv dag för alla våra skadegrupper oavsett ålder. Under dagen närvarar våra olika lokalföreningar och visar prov på aktiviteter t.ex. målning, kreativ textilverkstad och RTPs fotogrupp m.m. Det kommer att finnas utställare på plats.

Kl. 09.30

- Hälsar vi alla välkomna och startar dagen med fika. Det blir information från Skånes styrelse och presentation av de ledare som är med under dagen. Vi bjuder på lunch och fika.
- Det blir skratt Yoga med Maria Samuelsson. Ett skratt förlänger livet, sägs det. Maria får oss, med olika övningar, att skratta hejdlöst.
- Sandbäcks Hälso- och Laserklinik med Ulrika Andersson. Ulrika ger kostråd, bjuder på näringstillskott och vi får prova på laser mot smärta.
- Prova på Linedance med Pia Bergquist och Carina Sjöberg Sjö.
- Trummeditation med Shaeen Svanede. Shaeen får oss att varva ner. Trumrytmen ger fler nervkopplingar mellan höger och vänster hjärnhalva. Detta kan ge oss större självmedvetenhet och insikter.
- Föreläsning med Niklas Altermark, docent i Statsvetenskap, som har skrivit boken Avslagsmaskinen. En stor del av våra medlemmar har erfarenhet av att behöva sjukpenning och/eller sjukersättning. Att förstå hur de här ersättningssystemen fungerar är viktigt för att våra medlemmar ska känna att de har kontroll över den egna livssituationen. Niklas kommer att prata om den studie som ligger till grund för boken och som handlar om mötet mellan individ och välfärdssystem (Försäkringskassan)

**Färdigt program med alla tider skickas ut till anmälda deltagare.
Vi bjuder på lunch, fika och en lättare kvällsmåltid innan hemfärden.
Vill du stanna och äta innan hemfärden så anmäl detta.**

Anmälan: Omgående via e-post till skane@rtp.se eller sms/ring till 0721 83 27 44
Måndag och tisdag 16.00-18.00

Glöm inte att anmäla specialkost.

Välkommen!





RTP Skånes fotogrupp både sommar och höst

Vi är ute med kameran året runt. Följer du oss på Facebook har du redan sett lite av vad vi gör. På Facebook hittar du oss om du söker efter vårt långa fullständiga namn: **Skånes distrikt i Personskadeförbundet RTPs fotogrupp**

I april tog vi en fotopromeand i Malmös nybyggda områden, vid varvsbassängen ungefär där Kockums varv fanns förr. Vi fotograferade bland annat de två nya röda broarna och en amfiteater i betong, i närheten av Lantmännens stora laxrosa silos.

I maj var vi på Ven. Vi hann med både en runda med kameran för att fånga nya motiv och att förnya vår årligen återkommande fotoutställning hos Agnes Tapas, på hamnplan. Kanske kommer någon av dessa bilder att pryda väggarna nästa år.

På vår planering finns både utflykter, promenader och träffar, en del har vi hunnit med innan du får tidningen.

Är du fotointresserad och vill vara med är du välkommen att ta kontakt.

Maila, skicka sms eller ring, får du inte svar den ena vägen så prova den andra.

Mail: rtpfoto@gmail.com till Line. Telefon, ring eller skicka sms: 070-595 72 60 till Ann-Kristin

Hoppas vi ses. Välkommen! / RTPs fotogrupp

21/8 åker vi på utflykt till Ven. 10/9 tar vi en utflykt till Landskrona.

Sedan fortsätter vi med våra fotopromenader. RTPs fotogrupp träffas oftast andra tisdagen i månaden, för det mesta vid Malmö C, för en fotopromenad mellan klockan 17 och ca 19.

Hör av dig för att få veta var och när vi ses nästa gång. Kanske träffas vi på aktivitetsdagen i Höör 5/10 för där ska några av oss vara med och en del foton från gruppen.

Till hösten planerar vi att återuppta våra bildtittarkvällar, då tar var och en med några av sina egna bilder, vi tittar på dem tillsammans och pratar om dem.

Det finns inga förkunskapskrav, men det underlättar med glatt humör och digital kamera, det funkar med mobilen.



Bilderna är tagna på aprils fotopromenad i Malmö och på utflykten i maj till Ven, av Ann-Kristin