



Nr 3
2026

Fjärilen

Skånes distrikt i
Personskadeförbundet RTP



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





Ledare Gemensamma aktiviteter Skåne

ALLA är välkomna att delta i dessa oavsett vilken lokalförening man tillhör.

Från och med 1/1 2026 håller Skånes distrikt i följande aktiviteter.

Glöm inte att ange dag, aktivitet och ditt namn vid inbetalning

Kreativ textilverkstad Helsingborg

Vi startar tisdagen den 15 september.

Lär dig något nytt i din takt. Testa ett handarbete per gång eller jobba med samma. Sticka, virka, makramé, tunisisk virkning/krokning eller att brodera.



Foto: Anita Åkesson – Kreativ Textilverkstad

Vi bjuder på fika och du får en del material och kan låna verktyg.

Tisdagar kl 18.00 – 21.00 på Ringstorpsgården, Kurirgatan 1. Under hösten 15/9, 29/9, 6/10, 27/10, 10/11 och 8/12.

Handledare: Anita Åkesson

Anmälan: till RTP Skånes representant Anita mobil 0709 936177 eller e-post anita@aaakesson.com

Kostnad: 200:- betalas till RTP Skånes plusgiro-konto 216 31 87-4 innan kursstart.

Akrylmålning Viken

Vi startar onsdagen den 16 september

Handledare konstnär Eva Plume

Lokal: Bygatan 21 Viken

Målningen är en avstressande aktivitet för alla sinnen.

Du kan uttrycka dig med färg och form i en rolig miljö och samtidigt få en social samvaro.



Inga förkunskaper krävs.

Genomgång/tillfälle, support, stöd och fika paus. Eget målarmaterial medtages

Kursen omfattar 5 ggr för 5 deltagare.

Kostnad: 500:- Betalningen göres till RTP Skånes Plusgiro-konto 216 31 87-4

Anmälan: till RTP Skånes distrikts representant Helene Stålkranz

Mobil 0707-550010 E-post staliz67@gmail.com

Keramikkurs Jonstorp

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

En kvällskurs torsdagar 18.00–20.30

datum 1, 8, 15, 22 oktober och 5 november.

Du får möjlighet att lära dig mer om olika tekniker som inringling, kavling, tumning och skulptering. Sista tillfället glaserar vi våra alster som vi sedan hämtar när de blivit färdigbrända. Vi arbetar med vit, grå, och svart stengodslera och har 20 olika sorters doppglasyrer till vårt förfogande. Du behöver inga förkunskaper och det finns förklaringen att låna.



Kursen är på Jonstorpsvägen 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 pers i min bil)

Kursen kostar: 500 kr för medlemmar och 3.250kr för icke medlemmar och då ingår 2,5 kg lera, bränning och glasyr (lera utöver det kostar det 75kr/kg). Betalning göres till RTP Skånes plusgiro 216 31 87-4

Anmälan: gör du till mig Martina Svensson E-post martinasvensson181@gmail.com

Mobil 070-2489505

Sista anmälningsdagen 15 september

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 2026

Framsida, fotograf: Sylvi Salomonsson. Björnhonan Estrid på Skånes Djurpark, Höör.



ALLA är välkomna att delta i dessa oavsett vilken lokalförening man tillhör.

Från och med 1/1 2026 håller Skånes distrikt i följande aktiviteter.
Glöm inte att ange dag, aktivitet och ditt namn vid inbetalning

Måla med alla sinnen, Ystad
Vi har målarkurs i Ystad varannan tisdag med början v 39, alltså den 22 september. Vi träffas kl 16 i Korsvirket. 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. Vi målar till avslappningsmusik/meditationsmusik och med hjälp av mindfulness kan vi fokusera på varje penseldrag och färgernas rörelser. Vi målar med vattenlösliga färger men också med färgpennor av olika slag och naturligtvis kan vi använda blyerts.

Kostnad: För 250 kr får du material och fika.

Start den 22 september.

Välkommen med din anmälan till: RTP Skånes distrikts representant Sylvi Salomonsson per mejl sylvi.skane@live.se eller sms 070 31 51 778!

Inbetalning: Pg 216 31 87-4,

Vänligen, ange namn och medlemsnummer!

Skånes distrikt

Kansli:

Annegården Skansvägen 5
226 49 Lund

Plusgiro nr: 216 31 87-4

Nytt mobilnr: 0723 39 12 20

E-post: skane@rtp.se

Hemsida: www.rtpskane.se

Kontaktperson:

Agneta Ragnarsson

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 brukare, 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.

Fjärilen kommer ut med 4 nr /år

Utgivnings veckor
under 2026 är vecka
12, 25, 38 och 51

Vi hoppas att redaktionen
när er lika väl som tidigare .

Agneta Ragnarsson,
Camilla Svensson,
Sylvi Salomonsson,
Carina Sjöberg Sjö
Marianne Möllerstedt





Gemensamma aktiviteter Skåne

Bassängsträning i Lund

Bassängsträning på Habo Gård i Lomma



Måndagsgruppen: träffas kl. 14.00 – 15.00 med start den 14 september

Tisdagsgruppen: träffas kl. 12.00 – 13.00 med start den 15 september

Anmälan: gör du till Skånes distrikts representant Agneta Ragnarsson per mail: skane@rtp.se eller sms 0723 39 12 20

Kostnad: 400 kronor/termin.

Betalning: görs till RTP Skånes plusgiro 21 63 187-4 senast 15 augusti.

Bassängsträning på Centralsjukhuset i Kristianstad

Vårt bad är på tisdagar och vi håller till inne på fysioterapiavdelningen på Csk.



Start tisdagen den 1 september och vi håller på till och med den 24 november.

Tid: Kl 16,00 - 17,00 då vi har tillgång till bassängen.

Anmälan: till RTP Skånes representant Camilla Svensson på mail: nordskane@rtp.se eller mobil 0708668855 senast den 11 augusti.

Kostnad: 250 kr för en termin. Betalningen görs till RTP Skånes plusgiro 216 31 87-4 senast 18 aug.

Munspel 'Världens minsta gym'?

Eller bara ett -'Medicinskt instrument'?

Lär dig andas djupt och avslappnat, genom munspel in och ut, och känn och hör hur det låter, samtidigt som du tränar bl.a nacken och hela käkregionen genom mjuka små kontrollerade och medvetna rörelser. Fokus är på att skapa musik direkt genom min speciella och välbeprövade metod och träningen är 'biverkan'.

Att spela munspel är bra för både 'kropp och knopp' och samarbete finns med sjukgymnaster, läkare och psykologer. Det finns många likheter med yoga och olika fysioterapeutiska övningar, inkl. mindfulness och det är kul! Munspel används även för tal- och sväljsvårigheter, lungsjuka (ex: astma och KOL) samt stress, ångest och smärta.

Anpassning kan göras efter var och ens olika förutsättningar, och alla kan vara med. Kort sagt, kan man andas kan man spela munspel. Inga musikaliska förkunskaper krävs!

Vill Du vara med på höstens kurs med Mattias så anmälan dig till; RTP Skånes representant Agneta Ragnarsson sänd mail till skane@rtp.se senast den 31 juli. Kursen håller vi på Annegården i Lund 6 ggr varannan onsdag under hösten.

Kostnad: 600 kr och då ingår munspel.

Betala till Pg 216 31 87-4

Startdatum: 2/9-16/9-30/9-(14/10 förmiddag) -11/11- 25/11 **Finns platser kvar.**

Yoga Lund

Yin Yoga med mjuka rörelser. På YogaHome i Hög i höst.

Instruktör: Tina; det är inte viktigt hur det ser ut. Utan det viktiga är hur det känns, fysiskt och mentalt. Genom avslappning uppstår inre styrka.



I Yinyoga så låter vi musklerna få vila medan vi skapar flöde i vår bindvävnad/fascia. Vi låter vårt andetag bjuda in mjukhet till vår kropp, där vi sedan låter oss stanna i stillhet för avslappning i 2-3 min i varje position.

Vi kommer vara sittande, liggande på rygg och mage. Vi använder bolster, filtar, block,rep för att det ska vara vilsamt, stöttande och en skön stund.



Denna höst är vi i en yogastudio i Hög, precis nere vid Lödde Å.

Vi träffas 6 onsdagar ojämn vecka 9/9, 23/9, 7/10, 21/10, 4/11, 18/11 kl.13.00-14.00

Anmälan: senast den 11 augusti till RTP Skånes representant Agneta Ragnarsson maila skane@rtp.se

Kostnad: 400 kr/termin.

Betalning: senast den 20 augusti till Pg 21 63 187-4 **Finns platser kvar**



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 medlemsida på RTP:s webb.

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



Viktig information!

Numera kan ni logga in på era medlemsidor via Bank ID och uppdatera era uppgifter så ni inte missar någon viktig information, vi kommer kunna skicka ut erbjudande om biljetter eller evenemang som kanske andra lokalföreningar har över eller annan viktig information med kort varsel, även Fjärilen kommer på mailen.

Vi i styrelsen hoppas ni får en härlig sommar och att vi får ses i höst på våra aktiviteter.

Kansliet har julstängt 17/12–11/1

Tel 040-91 64 55 , info@rtpmalm.se , Swish nr 123-347 65 46

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

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@rtpmalm.se

Hemsida: www.rtpmalm.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@rtpmalm.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

OBS! Några av våra aktiviteter kommer att finnas på Skånes hemsida.

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



Öppet Hus/Diskussionsforum

Vi fortsätter våra träffar med diskussioner och trevlig samvaro följande **tisdagar, 6 oktober, 3 november, 1 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



Brunch

Välkomna till RTP Malmö
BRUNCH lördagen den 14/11 mellan kl. 11.00 - 13.30

Vi välkomnar medlemmar att samlas kring ett nytt event där vi träffas för att äta frukost/lunch tillsammans. Vi kan umgås med god mat och samtidigt diskutera allt mellan himmel och jord. Det kanske även bjuds på överraskningar så kom, njut och upplev!



Plats: Paraplyet Industrigatan 33 Malmö

Tid: lördagen den 14/11 kl. 11.00 - 13.30

Anmälan: senast 23/10 till kansliet RTP Malmö

Pris: 100: -, betalning RTP Malmö tillhanda senast 29/10

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.

Datum: 28 oktober

Tid: Välkommen mellan 13.00–16.00

Plats: Industrigatan 33, Malmö

Fika: RTP bjuder på fikan

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



Medlemsmöte

Välkomna till medlemsmötet torsdagen den 15 oktober på Paraplyet RTP Malmö.

Poliogruppen i Skåne kommer till oss för att informera och prata om Poliokonferensen i Köpenhamn som några av våra medlemmar besökte tidigare i år.

På vårt medlemsmöte kommer vi även fira att RTP fyller 80 år!



Tid: torsdagen den 15/10 kl. 18.30 – 20.30

Plats: Paraplyet, Industrigatan 33 Malmö

Anmälan: senast 28/9 till RTP Malmös kansli.

Vi bjuder på fika



GLÖM INTE ATT ANMÄLA MATALLERGIER

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.

All kultur- och studieverksamhet genomförs i samverkan med ABF.



Ljusstöpning tillsammans med RTP Mellersta och RTP Nord Skåne
Söndagen den 25/10 är ni välkomna till Ljusaverkstan i Eslöv (Sallerup) för att stöpa ljus. I ljusstöparpaketet ingår det 1 ljuskrona+ 4 vanliga stearinljus eller spiror.

Ni får en välkomstdryck när ni anländer och det kommer att serveras hembakat bröd, pålägg, kaffe/te och kaka.

Lokalerna är anpassade men karen som ljusen doppas i är i normal höjd för stående.

Anmälan: för RTP Malmö medlemmar görs **senast den 30/9** till Jeanette Krell på 0733-428786, platserna är begränsade.

Tid: söndagen den 25/10 kl. 09.00 – 13.00

Plats: Ljusaverkstan, Sallerup 5030 Eslöv

Kostnad: 350 kr per deltagare, icke medlem 700 kr

Betalning: RTP Malmö tillhanda senast den 1 /10



Heldag med Julpyssel

Fredagen den 20/11 träffas vi och gör julpyssel i olika former.

Anmälan: senast 5/11 till kansliet RTP Malmö

Tid: Fredagen den 20/11 kl. 09.30 -ca. 16.00

Plats: Paraplyet, Industrigatan 33.

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

Betalning: RTP tillhanda senast 12/11



Julbord

I år kommer vi att ha gemensamt julbord för samtliga lokalföreningar i RTP Skånes distrikt på **Backagården i Höör** **lördagen den 21/11**.

Det börjar med **mingel kl. 15.00** innan ett gediget julbord sen kommer att dukas upp för oss.

För mer information samt vad som kommer att finnas på julbordet hänvisar vi till Skånes sida.

Anmälan: görs till våra respektive lokalföreningar **tidigast den 28/9 och fram t.o.m. den 9/10**, efter detta datum är anmälan bindande.

Platserna är begränsade. Ange ev. livsmedelsallergier vid anmälan.



Tid: lördagen den 21/11 kl 15.00

Plats: Backagården Höör, Stenskogen 735

Pris: 300 kr för vuxna, barn från 0-4 år gratis
 5 - 12 år betalar 15 kr/år

Betalning: ska vara RTP Nordvästra Skåne tillhanda senast den 20/10



Mellersta Skånes lokalförening

- Lund
- Staffanstorps
- 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

Fjärilens redaktion:
Agneta Ragnarsson
mellerstaskane@rtp.se

Plusgiro 79 32 48-6

Gå gärna in på sidorna 2-3-4 där hittar ni flera aktiviteter
som Skånes distrikt nu är ansvarig för.

Hej på er alla!

Hoppas att ni har haft en skön sommar.
Men oj vad tiden gick fort.
Nu är det redan dags att skriva om höstens
aktiviteter och årets Julbord.
Vi ser fram emot att träffa er på några av
dessa planerade aktiviteter.

Styrelsen / Agneta



Aktivitetsdag på Habo Gård den

14 oktober kl. 10.30 – 15.00

Hemberedskap 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?



Kl. 10.30 -12.00 MSB Rolf Thulin kommer och
pratar om hemberedskap.

Kl. 12.30-13.30 Dagens lunch.

Kl. 13.30 – 14.30 Det blir skratt Yoga med
Maria Samuelsson.

Ett skratt förlänger livet, sägs det. Maria berättar lite historia och vad
som händer i kroppen och får oss, med olika övningar, att skratta
hejdlöst.

Vi avslutar dagen med fika.

Anmälan: senast den 20 september.

Kostnad: 100 kr Betalas till vårt plusgiro 79 32 48-6

Kansliet

Kansliet på Annegården i Lund är obemannat, då vi arbetar hemifrån. Men hör gärna av dig på vår telefontid: Mån kl. 16.00-18.00 och tis kl. 16.00-18.00. Har ni tillgång till dator så sänd gärna mail till: mellerstaskane@rtp.se Välkommen att höra av dig.

Uppdatera dina kontaktuppgifter.

Har du ny mailadress eller telefonnummer? Logga in på din medlems-sida med Bank ID och uppdatera era uppgifter. Eller så ring oss så hjälper vi till.

Alla anmälningar gör ni till kansliet: Mail: mellerstaskane@rtp.se eller Tel. 0768 98 53 95

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdag.

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



Ljusstöpning tillsammans med RTP Malmö och RTP Nord Skåne

Söndagen den 25/10 är ni välkomna till Ljusverkstan i Eslöv (Sallerup) för att stöpa ljus. I ljusstöparpaketet ingår det 1 ljuskrona+ 4 vanliga stearinljus eller spiror.

Ni får en välkomstdryck när ni anländer och det kommer att serveras hembakat bröd, pålägg, kaffe/te och kaka.

Lokalerna är anpassade men karen som ljusen doppas i är i normal höjd för stående.

Anmälan: för RTP Mellersta Skånes medlemmar görs senast den 30/9 till Agneta Ragnarsson mellerstaskane@rtp.se eller på mobil 0768 98 53 95 platserna är begränsade.

Tid: söndagen den 25/10 kl. 09.00 – 13.00

Plats: Ljusverkstan, Sallerup 5030 Eslöv

Kostnad: 350 kr per deltagare, icke medlem 700 kr

Betalning: RTP Mellersta Skåne tillhanda senast den 1 /10



Julbord

I år kommer vi att ha gemensamt julbord för samtliga lokalföreningar i RTP Skånes distrikt på **Backagården i Höör** **lördagen den 21/11**.

Det börjar med **mingel kl. 15.00** innan ett gediget julbord sen kommer att dukas upp för oss. För mer information samt vad som kommer att finnas på julbordet hänvisar vi till Skånes sida.

Anmälan: görs till våra respektive lokalföreningar **tidigast den 28/9 och fram t.o.m. den 9/10**, efter detta datum är anmälan bindande.

Platserna är begränsade. Ange ev. livsmedelsallergier vid anmälan.



Tid: lördagen den 21/11 kl 15.00

Plats: Backagården Höör, Stenskogen 735

Pris: 300 kr för vuxna, barn från 0-4 år gratis
5 - 12 år betalar 15 kr/år

Betalning: ska vara RTP Mellersta Skåne tillhanda senast den 20/10

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



Härliga dagar på Bornholm 10 -14 augusti.





Hej på er!

Hoppas ni haft en härlig sommar! Nu är hösten på gång..

Vi har inte fått in några förslag på vad ni vill ha för aktiviteter!

Inga intresseanmälningar till pysseldag, blomsterbindning och inga anmälningar till medlemsträffen.

Inga förslag på vad ni vill vi ska göra för er!

Kanske höstens aktiviteter med ljusstöpning och julbord låter spännande att vara med på.

Varmt välkomna!

Önskar er en fin höst.

// Styrelsen

Nordskånes lokalförening

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

Möteslokal: Hedbergshuset
Storgatan 14
288 33 Vinslöv
Vån 3

Kontaktpersoner:

Lena Olsson

Camilla Svensson

E-mail: nordskane@rtp.se och
mobil 0708668855

Telefontider: Helgfria måndagar
kl 11:00-13:00,
onsdagar kl 16:00-18:00

Hemsida: rtp.se/nordskane

Fjärilens redaktion:

Camilla Svensson
nordskane@rtp.se

Plusgiro 480 38 43-4

Vi ber alla uppdatera
mailadresser, telefonnummer.
Tänk på att anmälan är bindande.

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.





**OBS! Skånes distrikt tar över en del av lokalföreningarnas aktiviteter.
Gå in och kolla på sidorna 2 - 4.**

Missa inte att anmäla dig till
Bassängträningen
Kristianstad

Det finns platser kvar om någon är
sugen på att bada med oss.
Se sidan 4 Gemensamma aktiviteter
i Skåne





Ljusstöpning tillsammans med RTP Mellersta och RTP Malmö

Söndagen den 25/10 är ni välkomna till Ljusverkstan i Eslöv (Sallerup) för att stöpa ljus. I ljusstöparpaketet ingår det 1 ljuskrona+ 4 vanliga stearinljus eller spiror.

Ni får en välkomstdryck när ni anländer och det kommer att serveras hembakat bröd, pålägg, kaffe/te och kaka.

Lokalerna är anpassade men karen som ljusen doppas i är i normal höjd för stående.

Anmälan: för RTP Nord Skånes medlemmar görs senast den 30/9 till Camilla Svensson nordskane@rtp.se eller på mobil 0708 66 88 55 platserna är begränsade.

Tid: söndagen den 25/10 kl. 09.00 – 13.00

Plats: Ljusverkstan, Sallerup 5030 Eslöv

Kostnad: 350 kr per deltagare, icke medlem 700 kr

Betalning: RTP Nord Skåne tillhanda senast den 1 /10



Julbord

I år kommer vi att ha gemensamt julbord för samtliga lokalföreningar i RTP Skånes distrikt på **Backagården i Höör** **lördagen den 21/11**.

Det börjar med **mingel kl. 15.00** innan ett gediget julbord sen kommer att dukas upp för oss.

För mer information samt vad som kommer att finnas på julbordet hänvisar vi till Skånes sida.

Anmälan: görs till våra respektive lokalföreningar **tidigast den 28/9 och fram t.o.m. den 9/10**, efter detta datum är anmälan bindande.

Platserna är begränsade. Ange ev. livsmedelsallergier vid anmälan.



Tid: lördagen den 21/11 kl 15.00

Plats: Backagården Höör, Stenskogen 735

Pris: 300 kr för vuxna, barn från 0-4 år gratis
5 - 12 år betalar 15 kr/år

Betalning: ska vara RTP Nordskåne tillhanda senast den 20/10



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

Styrelsens mailadresser

marianne.skane@live.se

anita@aakesson.co

staliz67@gmail.com

jojje.wallin65@gmail.com

mappe333@gmail.com

Fjärilens redaktion:

Ny bank Nordea

Plusgiro 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)

Sommarn håller på att gå över till höst.

Det har varit en varm sommar det har varit svårt att hålla blommorna vid liv då det varit vattenbrist. Då jag är lite äldre kan jag inte låta bli att säga det var bättre för. Då var det industrisemester i juli och den regnade för det mesta bort annars var det lagom väder.

Det har varit turbulens inom bidragssektorn vilket har innebär att det inte skapats nya aktivitet inför hösten.

Vi hoppas att det rättar till sig så att det kan skapas nytt inför 2027 med nya förslag från er.

Vårt arbete i höst startar med att söka bidrag för att kunna stata verksamheter som skapar upplevelser, fysiska, sociala, och kulturella möten.

Välkomna hälsar

Marianne, Anita, Helene, Göran och Mats

Våra mail adresser finns i det gula fältet.

Uppdatera dina kontaktuppgifter.

Har du ny mailadress eller telefonnummer?

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

Jag har upptäckt att vi har fel telefon nr och mailadress till några av er samt att många inte har meddelat E-post adress.

Jag vill gärna kunna få ut information till er.

Hjälp oss värva nya medlemmar !!!

Vårt förbund fyller 80 år. Det finns en värvningskampanj under året all information finns på hemsidan www.rtp.se

Glöm inte att titta in på vår hemsida, där mer information kan komma, Fjärilen finns där och ett album med våra bilder från verksamheterna www.rtp.se/nordvastraskane





Missa inte att anmäla dig till
Keramikkurs
Jonstorp

Se sidan 2 Gemensamma aktiviteter i Skåne

Missa inte att anmäla dig till
Kreativ Textilverkstad
Helsingborg

Se sidan 2 Gemensamma aktiviteter i Skåne

Missa inte att anmäla dig till
Akrylmålning
Viken

Se sidan 2 Gemensamma aktiviteter i Skåne

YOGA med fokus på andning Måndagar kl 11.30 – 12.30 på Ringstorpsparken.

Ledare: Ingela Larsson Mobil: 0735 299831

E-postingelasyoga@gmail.com

”Varje måndag ses vi en timme, vi genomför yoga sittande på stol. 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 600:/termin.

Plusgiro 67 82 13-0



Båstad Rekreation 9-11 oktober

Välkommen att följa med.

Här erbjuder vi två övernattningar.

3 - Rätters middag. Frukostbuffé.

Fri tillgång till spa och kallbadhus.

Kostnad för enkelrum 2.000:-

Kostnad för Dubbelrum 1700:-/person

Anmälan: Anmälan gör du till Helene Stålkranz
staliz67@gmail.com

Sista anmälningsdagen den 20 augusti

Inbetalning: görs till postgiro 678213-0 sista
betalningsdag är 18 september, glöm ej att skriva
ditt namn.





RTP Dagen den 23 september

Temat är vikten av att bära hjälm.

Vårt nya fortskaffningsmedel är Elsparkcykeln. Man ser en stor ökning av skadade som belastar vården.

Jag har noterat att det inte är allmänt att bära hjälm ej heller av ungdomar som skall bära hjälm upp till 15 år. Att åka två på elsparkcykeln ses ofta.

”Med motorcykeln är det accepterat att man skall skydda sig och följa regler.

Med elsparkcyklar är upplevelsen att man kan köra lite hur man vill och inte ha hjälm.”

Karin Jamil läkare på Karolinska universitetssjukhuset.



NO HELMET



Låt oss använda vår kunskap och informera om nackdelar av att inte använda hjälm. Bättre information från samhället om trafikreglerna.

VÄLKOMNA PÅ STUDIEBESÖK

Onsdagen 21 oktober kl 14.30 på Keepon hjälpmedels butik Lilla Garnisonsgatan 29, Helsingborg

Mobil: 010-2630045

Kaffe och kaka serveras.

Ingen kostnad bara lite intresse.

Har du frågor om besöket kontakta Anita anita@aaakesson.com eller Helene staliz67@gmail.com

Sista anmälningssdag söndagen den 18 oktober



Julbord

I år kommer vi att ha gemensamt julbord för samtliga lokalföreningar i RTP Skånes distrikt på **Backagården i Höör** **lördagen den 21/11**.

Det börjar med **mingel kl. 15.00** innan ett gediget julbord sen kommer att dukas upp för oss.

För mer information samt vad som kommer att finnas på julbordet hänvisar vi till Skånes sida.

Anmälan: görs till våra respektive lokalföreningar **tidigast den 28/9 och fram t.o.m. den 9/10**, efter detta datum är anmälan bindande. Platserna är begränsade. Ange ev. livsmedelsallergier vid anmälan.



Tid: lördagen den 21/11 kl 15.00

Plats: Backagården Höör, Stenskogen 735

Pris: 300 kr för vuxna, barn från 0-4 år gratis
5 - 12 år betalar 15 kr/år

Betalning: ska vara RTP Nordvästra Skåne tillhanda senast den 20/10



Medlemmar i personskadeförbundet RTP är välkomna att delta i DHS aktivitetsprogram på Ringstorp. För att se aktuella aktiviteter gå in på www.dhs

Vård, rehabilitering och tillgänglighet är tyvärr ingen självklarhet, det vill vi förändra genom vårt påverkansarbete.

Vad gäller vid avbokning av aktiviteter se sidan 3. Anmälningar till alla våra aktiviteter är bindande se sidan 3. Du vet väl att du kan anmäla dig till alla RTP Skånes aktiviteter.



Hej alla glada RTPare!

Nu är snart hösten här och det är hög tid att anmäla sig till våra aktiviteter. Glöm inte att läsa på Skåne distriktets sidor, där hittar du aktiviteter som Skåne står för, bland annat målarkurs i Ystad. Det finns plats för fler deltagare. Du får också delta i andra lokalföreningars aktiviteter i mån av plats, så läs hela tidningen!

I vårt program fortsätter vi med bassängträning och sittgymnastik, två aktiviteter som är bra för kroppen. Vi har sång tre gånger med Elinore Uvemark, vilket är bra för kroppen och "knoppen". Om vi skadar oss behöver vi kanske stoppa blödning, så det finns också på programmet. "Äta bör man annars dör man" och äta gott gör vi på vår räkfrossa och vårt julbord. Glöm inte att anmäla dig!

Hösten går snabbt och nu under början av hösten måste vi planera 2027 års aktiviteter. Om du har tips på aktivitet behöver vi ha in det omgående. Det är alltid lättare om vi vet vad medlemmarna önskar.

Vi var fyra deltagare från Sydöstra på RTPs resa till Bornholm. Det var underbara dagar med god mat, fina utflykter, trevligt sällskap, fint väder, bra spahotell och många skratt. Dagar att minnas!

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 loklaförening

- 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 medlemsmöten 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





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 33 (12, 13 resp 14 augusti) och **håller på till vecka 50** (9, 10 resp 11 december).
Kostnad: 600 kronor. Bg 5123-8111.

Välkommen med din anmälan!

Sittgymnastik

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



Vi börjar onsdagen den 9 september.
Kostnad: 100 kr. Bg 5123-8111.
Vi kan ta emot fler deltagare!
Välkommen med din anmälan!

Sång är hälsa för kropp och själ!

Elinore Uvemark är en eldsjäl, en glad och positiv sångerska, musiker och körledare och nu ska vi få träffa henne igen.



Att sjunga tillsammans med andra ger inte bara glädje, det gynnar också hälsan, bland annat så sänker det stressnivåerna, stärker immunförsvaret och förbättrar andningen och hållningen. Kort sagt, man mår bra av att sjunga!

Kom och sjung tre tisdagar i Korsvirket kl 16.00 den 15 september, 29 september och den 13 oktober tillsammans med Elinore!

Glöm inte att anmäla dig till en, två eller tre gånger!

Anmälan vill vi ha senast en vecka innan. Vi bjuder på fika!

Stoppa blödning!

Den förste januari bytte MSB namn och heter nu Myndigheten för civilt försvar, MCF. De ska leda, inrikta och samordna det civila försvaret.



Rolf Thulin från MCF kommer till Korsvirket **tisdagen den 27 oktober kl 18.30.**

Vi har tidigare haft hemberedskap, brandkunskap och HLR. Nu ska Rolf informera oss om hur vi bäst stoppar en blödning. Du tror kanske att du redan kan detta. Men det är alltid bra med uppföljning och repetition.

Alltså välkommen med din anmälan till Stoppa blödning senast den 20 oktober!
Vi bjuder på fika!

Räkfrossa

Tisdagen den 10 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 3 november.

Julfest

Årets avslutning blir tisdagen den 8 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 1 december!



Julbord

I år kommer vi att ha gemensamt julbord för samtliga lokalföreningar i RTP Skånes distrikt på **Backagården i Höör** **lördagen den 21/11**.

Det börjar med **mingel kl. 15.00** innan ett gediget julbord sen kommer att dukas upp för oss.

För mer information samt vad som kommer att finnas på julbordet hänvisar vi till Skånes sida.

Anmälan: görs till våra respektive lokalföreningar **tidigast den 28/9 och fram t.o.m. den 9/10**, efter detta datum är anmälan bindande. Platserna är begränsade. Ange ev. livsmedelsallergier vid anmälan.



Tid: lördagen den 21/11 kl 15.00

Plats: Backagården Höör, Stenskogen 735

Pris: 300 kr för vuxna, barn från 0-4 år gratis
5 - 12 år betalar 15 kr/år

Betalning: ska vara RTP Sydöstra Skåne
tillhanda senast den 20/10

Grillning i Surbrunnsparken



Bilder från vårens grillning i Surbrunnsparken med aktiviteter för stora och små. En riktigt bra eftermiddag/kväll med många glada medlemmar, god korv och bra väder.



Gemensamt JULBORD för alla lokalföreningar i Skånes distrikt



Vi hälsar er alla i välkomna till Backagården i Höör
Lördagen den 21 november kl. 15.00 startar vi med mingel och glögg
Kl. 16.00 sätter vi oss till bords för att avnjuta ett gediget julbord.
Det kommer att stå vars en julmust, lättöl eller vatten på bordet.
Övrig dryck betalar var och en själv.

Det blir många olika sorters sillinläggningar & sillpotatis

Gravad & Kallrökt lax med olika såser
Inkokt lax med dillmajonnäs - Ägg halvborst



Julskinka - Rostbiff - Rökt kött
Janssons frestelse - Köttbullar & prinskorv
Fläskside & äppelmos
Rödkål & brunkål - Rödbetor & Gurka

Olika sallader
Kavring, vörtbröd & knäckebröd
Olika sorters ostar & kex



Julgodis & Frukt
Ris à la Malta med saftsås/bärsås
Ostkaka med sylt & grädde

Glöm inte att uppge om ni har specialkost eller mat allergier när ni anmäler er.
Mer information om anmälan och betalning hittar ni på era lokalförenings sidor.

Välkomna!

