



Hoppas att ni haft en skön sommar!

Som bekant hann pandemin ikapp oss i mitten av mars vilket medförde att en del pågående aktiviteter fick planeras om eller avslutas i förtid. Totalstopp har det dock inte varit då vi under sommaren har kunnat arrangera fantastiska utomhusaktiviteter såsom kajakpaddling hos Björn Martén på Flatön och runt Bohus Fästning i Kungälv, guidad tur på Jonsereds Trädgårdar och segling ute på Grötö.



Inför höstens aktiviteter råder det fortfarande lite osäkerhet kring datum och tider för genomförandet. Osäkerheten beror till största del av att vi ännu inte vet om vi har tillgång till lokaler för våra planerade inomhusaktiviteter. Detta gäller framförallt Dalheimers hus och bassängträningen på Högsbo Rehab. En del av föreningens aktiviteter kan därför behövas planeras om till andra datum och tider.

I programmet har vi tre trevliga utomhusaktiviteter som vi hoppas kan locka många deltagare, guidade stadsvandringar i Slottsskogen, Botaniska Trädgården och Lindholmen.

Alla aktiviteter under hösten följer de riktlinjer kring Coronapandemin som Folkhälsomyndigheten informerar om.



Vårt kansli

Anna Stiig på vårt kansli arbetar på som vanligt med våra dagliga rutiner och deltar i planeringen av alla våra verksamheter.

Telefon: 072-526 66 00 (måndag, onsdag och fredag 09:30 till 12:00)

E-post: goteborg@rtp.se.



Medlemsvärningstävling

Värva en ny medlem och var med i utlottningen av en Hövding cykelhjälm. Dessutom får du en Sverigelott för varje ny medlem du värvar. Och lyckas du värva tre nya medlemmar får du gratis medlemskap 2021. Så våga fråga – vill du bli medlem?

Hur gör jag?

Du som värvar skickar ett mejl till: medlem@rtp.se med namnet på den du värvat, ditt eget namn och medlemsnummer eller adress.

Via hemsidan, rtp.se: Under **"Bli medlem"** kan nya medlemmar skriva in sig direkt. Kampanjen pågår till och med den 15 december 2020



Detta gjorde vi i augusti

Vilken härlig revansch på förra årets inställda (regn och blåst) **paddling runt Bohus fästning** i Kungälv! Årets upplaga som gick av stapeln, lördagen 8 augusti, avnjöts i strålände solsken och vänliga lätta vindar. Det skulle bli en av sommarens varmaste dagar.



Vi var 10 deltagare som paddlade ut i Nordre älv i någorlunda samlad tropp och fick uppleva en bröllopsfest, betande kor och ett stort bäverbo på vår väg runt fästningen. Vi fick en utmaning när vi skulle paddla genom det strömmande vattnet under en bro. Med glada tillrop, teknik och styrka tog vi oss igenom och avslutade vår paddling med en gemensam fika på en skuggig gräsmatta. ■



I strålände solsken möttes vi på Grötö lördagen 1 augusti för en ”**prova på segling**”.

GGSS (Göteborg Grötö segelsällskap) mötte oss med båt (sonar) och manskap, Björn och Esmeralda.

Väl i båten fick vi våra uppdrag och en snabbkurs i bl.a hur man läser av vinden, vad som var durken och värdet

av att styra rodret med lätta fingrar. Vi fick också klart för oss det kloka i rådet ”att inte kissa i lovert”. Vi seglade ut i den lätta vinden, kryssade och njöt. När vi hissade den vackert blåa spinnackern, fylldes den av vind och blev till en andra himmel.

Farten höjdes och av deltagarnas leenden fick man en känsla av att vi var i ”sjunde himlen”.

Vi avslutade dagen på Haralds på Grötö och avnjöt deras läckra pizzor. Vid bordet sa Björn ”skulle vi inte kunna ordna en hel seglarkurs för RTP nästa sommar”? Han sådde ett frö. Det skulle vara roligt att kunna erbjuda det till våra medlemmar! ■



Aktiviteter och träffar



Planerade verksamheter

Anmälan till goteborg@rtp.se eller tel 072-526 66 00 (måndag, onsdag och fredag 09:30 till 12:00).

Alla anmälningar är bindande efter sista anmälningsdatum! Du är anmäld först när du fått en bekräftelse.

Vid betalning till föreningen, så fungerar det fint med
Swish **123 655 26 65** eller BG **5041-0943**

Torsdag 3 september kl 15.30 Guidad stadsvandring i Slottsskogen med en stadsguide, där avståndet kan hållas och inga trappor eller ojämn terräng hindrar oss i vår vandring.

Vi får höra hur Slottsskogens historia knyts samman med Älvsborgs slott och de många turerna kring Slottsskogens användning fram till att parken blev öppen för allmänheten. Det finns mycket historia i Slottsskogen som tål att berättas.

Kostnad 50 kr för medlemmar/150 kr för övriga. Vandringen tar ca 1,5 timme. Om man vill kan man avsluta med fika på Villa Belparc.

Anmälan senast 27 augusti till kansliet. Samlingsplats meddelas vid anmälan. Begränsat antal platser.

Tisdag 8 september kl 15.30 Guidad stadsvandring i Botaniska trädgården med en stadsguide, där avståndet kan hållas och inga trappor eller ojämn terräng hindrar oss i vår vandring.

Vi får se hur Botaniska trädgården arbetar i de olika delarna av trädgården, dess historia och bakgrund, liksom nutida utmaningar med klimatförändringar m.m.

Kostnad 50 kr för medlemmar/150 kr för övriga. Vandringen tar ca 1,5 timme. Om man vill kan man avsluta med fika på Botaniska Paviljongen.

Anmälan senast 1 september till kansliet. Samlingsplats meddelas vid anmälan. Begränsat antal platser.

Torsdag den 17 september kl. 15.30 Guidad stadsvandring på Lindholmen med en stadsguide, där avståndet kan hållas och inga trappor eller ojämn terräng hindrar oss i vår vandring.

Lindholmen har en spännande historia med sin gamla borg från 1200-talet (på Slottsberget), varven och dess nedläggning, självbyggeri, Aftonstjärnans historia, utveckling av Chalmers/GU på plats och idag en kunskapsnod i Göteborgs utveckling/hela Västsverige med Lindholmen Science park och nybyggnation av stora ytor.

Kostnad 50 kr för medlemmar/150 kr för övriga. Vandringen tar ca 1,5 timme. Om man vill kan man avsluta med fika på Port Arthur.

Anmälan senast 9 september till kansliet. Samlingsplats meddelas vid anmälan. Begränsat antal platser.

Torsdag 24 september Personskadedagen. RTP uppmärksammar i år cykelsäkerheten och Göteborgs lokalförening kommer att vara på en cykelfrekvent plats inne i Göteborg. Där visar medlemmar i RTP att man kan fortsätta med ett aktivt liv trots olika skador samt marknadsför föreningen och förhoppningsvis får vi nya medlemmar.

Vill du delta? Kontakt kansliet!

Varmt välkomna!

Bassängträning i Högsbo

Pga Covid-19 och Högsbo Sjukhus restriktioner kommer förmodligen inte bassängträningen att starta under hösten. Mer info kommer.

Styrelsemöten

Planerade styrelsemöten är 9/9, 7/10 och 18/11. Hör av dig till ordförande Tord Hansson tel, 076-814 05 10 eller tord.hansson@telia.com om du vill att något ska tas upp på dessa möten.

🦋 PoliogruppenP

Poliogruppen kommer inte att ta upp sin träffpunkt sista måndagen i månaden förrän pandemisituationen tillåter att man kan umgås riskfritt inomhus igen.

Under tiden kommer gruppen att försöka hitta ny tillgänglig och lämplig plats att träffas på, då det blivit problem med parkering på Dalheimers hus. Vi återkommer med mer information.

🦋 Kören Vassego Å Sitt

Kören där alla får plats och ska känna sig bekväma.

Gående, sittande, springande? Oavsett, så är det "Vassego Å Sitt".

På grund av osäkerheten kring pandemin gör vi ett försök att starta vi upp lite senare i höst. Preliminärt onsdag 14/10 kl. 17:00. För att vi ska kunna hålla lite längre distans till varandra kommer vi vara i någon av de större salarna. Dock har vi ännu inte fått besked från Dalheimers Hus i skrivande stund.

För dig som betalade för vårterminen är höstterminen gratis.

Nya körmedlemmar betalar 500 kr. Anmäl dig till kansliet.

Körledare är Simon Ljungman och Josefine Lidén.





Föreningens påverkansarbete

Dialogträff

Onsdag den 4 november kl 18:00 – 20:30 träffas vi i Dalheimersalen. På dialogträffen kommer vi diskutera vilka påverkansfrågor vi ska arbeta med och fokusera på. Vidare kommer styrelsen informera om föreningens verksamhetsplan för 2021.

Föreningen bjuder på en lättare förtäring. För vår planerings skull vill vi att du anmäler dig senast måndag 2 november till goteborg@rtp.se eller 072-526 66 00. Kansliet är bemannat måndag, onsdag och fredag 09:30 till 12:00. **Obs! Meddela gärna allergi eller annan avvikelse vid anmälan!**

Bli en förebildscoach

Övergången från att vara ineliggande patient till att komma hem och återgå till sitt vanliga liv efter en ryggmärgsskada kan vara tuff.

Har du erfarenhet av den övergången, landat i din livssituation och vill stötta personer som är i den situationen nu? Då kan du söka till vårt pilotprojekt med förebildscoacher i Västra Götaland!

Nu söker vi dig som är intresserad av att gå utbildningen i höst.

Läs här och gör en intresseanmälan redan nu:

<https://ryggmargsskadecentrum.se/forebildscoach-ryggmargsskada/>

Pilotprojektet i Västra Götaland är ett samarbete mellan

Personskadeförbundet RTP,

Personskadeförbundet RTP Göteborgs lokalförening

RG Aktiv Rehabilitering och

Ryggmärgsskadecentrum Göteborg

Tips!

Parkeringsappen Handiplats.

Nu kan man få Sveriges kommuners handikapplatser i mobilen. Hittills finns 100 svenska kommuner med i appen som Kristoffer Jälén skapat då han tröttnat på att irra runt med bilen och leta efter anpassad p-plats. Över 7000 handikapplatser finns idag med i appen, med färdbeskrivning och allt. Går att ladda ner till en kostnad av 25 kronor.

🦋 Planeras för våren 2021

Skicka din intresseanmälan till goteborg@rtp.se . Intresseanmälan är inte bindande utan bara en fingervisning till oss om intresse finns för dessa aktiviteter. Kom gärna med egna förslag!

- 🦋 Prova på ridning
- 🦋 Akvarellmålningkurs
- 🦋 Guidad rundvandring på Operan.
- 🦋 Guidad stadsvandring Arkitektur
- 🦋 Bussresa till Sandgrund, Lars Lerin museet i Karlstad
- 🦋 Kamratträddning, kajak
- 🦋 Elvismuséet i Floda

Nästa utskick kommer senare i höst med vinterns aktiviteter



Inom kort kommer RTP Göteborgs lokalförening att finnas på Facebook. Sök på **RTP Göteborg**.

🦋 Rossöstugorna

Det är härligt på Rossö på hösten! Ta chansen att hyra distriktets fullt handikappanpassade stugor på Rossö, en eller flera dagar, nu efter högsäsong.

Stugorna ligger i en fantastisk naturmiljö och i direkt närhet till Kosterhavets Nationalpark.



För bokning och mer information kontakta Anne Albinsson på 072-742 45 33 eller goteborgobohusdistrikt@rtp.se



Göteborgs lokalförening i Personskadeförbundet RTP
Besöksadress: Slottsskogsgatan 18 (huset bredvid Dalheimers Hus)
Postadress: Slottsskogsgatan 12, 414 53 Göteborg
Telefon: 072-526 66 00.
Mail: goteborg@rtp.se

