

ÖSTGÖTAKANALEN

Medlemstidning nr 2 2010

Östergötlands länsförening av RMT



Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka

Återskapar livskvalité

Ordföranden har ordet

Toaletter en nödvändighet

I Skåne, närmare bestämt i Kristianstad har man tagit ett nytt och bra grepp när det gäller tillgången till offentliga toaletter. Där har handelsföreningen, fastighetsägarföreningen och kommunen lovat att betala en ersättning för toalettbesök till näringsidkare som upplåter sin toalett för allmänheten. Så från februari i år så kan man gå gratis på toaletten hos utvalda handlare och till dessa har man tagit fram en speciell "Toalett för alla"-skylt och man hoppas på att fler och fler handlare ansluter sig.

Man har också gjort liknande i överenskommelse Jönköping där kommunen betalar 10.000:- till de caféer som öppnar sina toaletter för allmänheten.

Titta gärna på vår länk på hemsidan för mer information.

Detta tror jag är en framgångsmodell som även kan införas här i Östergötland, så detta skall vi ha med oss i vår dialog med kommunerna.

Hur är det med tillgången av offentliga toaletter där du bor?

Hör gärna av dig till oss och berätta, dels om det finns och vilket skick dessa är i.

Vi har haft ett par artiklar i massmedia, vi har varit med i både Corren och Linköpingstidningen där vi har gett vår syn på offentliga toaletter. Vi har även fått respons på detta från andra föreningar, som också vill ha mer och bättre tillgång till offentliga toaletter, många äter ju mediciner som är vattendrivande och därmed gör att man behöver uppsöka toaletten oftare än normalt.

Vi har ju också sett att man har börjat uppmärksamma problemen med smutsiga toaletter i skolan, där eleverna hellre håller sig än går på toaletten, vilket givetvis inte är bra.

Så det är också ett område som vi kommer att bevaka och där vill vi också ha dina åsikter, kanske du har barn eller barnbarn du kan fråga, så att vi kan få reda på statusen på toaletterna i skolan.

Med tillönskan om en trevlig sommar!

Soliga hälsningar



Studieorganisatören har ordet

Hej alla glada fikasugna.

Jag måste få tacka er alla som kommit till drop-in träffarna på Cafe Gyllen i Linköping.

Det var jättekul att ni kom. Vi diskuterade vad som händer och ska hända i föreningen, men även det som är viktigt vad ni medlemmar vill. Det är alltid lika trevligt att få höra era åsikter, att ta till sig dessa och framföra det till resten av styrelsen.

Tro inte att är för litet eller ointressant, alla åsikter är värdefulla.

Det trevliga med Drop-in träffarna är att vi kan göra det som känns rätt för dagen och utan att ha en färdigskriven agenda

Vill någon läsa en dikt för oss eller berätta om en resa så är det välkommet, Själv tycker jag om att höra historia och prata släktforskningens alla prövningar. Men du som vill ta med och visa handarbete som t ex stickning eller kanske visa din konstnärliga ådra för akvarellmålning, det går lika bra.

Jag har nu en liten undran:

Finns du som vill vara värd eller värdinna på ett Drop-in fika på din ort?

Kan du tänka dig att ställa upp för övriga medlemmar en gång i månaden och förgylla inte bara deras dag utan även din.

Kontakta mig så kan jag berätta för dig vad det innebär, och hur det går till. Som ni förstår är det inte en jättestor arbetsinsats som krävs. En lista på medlemmar som kommer och sedan ett positivt humör.

Inte så svårt eller hur?

Själv valde jag att lägga Drop-in fikat på eftermiddagen, men inget säger att det måste vara just den tiden. Inte heller att det är 1 gång i månaden, ni kanske vill träffas oftare?

Hjälp föreningen att sprida lite glädje hör av dig till mig

P.S bjud gärna in mig någon gång, jag kommer mer än gärna D.S

Mvh Carola
Studieorganisatör

Drop-in i Motala

Föreningen i ett samarbete med Helli Martinsson på ABF i Motala anordnade en mysigt och trevligt drop-in-träff onsdagen den 19 maj.

Vi befann oss i ABFs lokaler på Kyrkogatan 6 dit var även ILCOs representant Eddie Carlsson inbjuden för att diskutera och planera för gemensamma aktiviteter framöver i form av både teaterbesök, må bra resor och andra aktiviteter.

Vice ordförande Peter, som även är föreningens webbansvarig visade oss föreningens jättefina hemsida, en stor eloge till Peter för detta. Vi fick se möjligheterna vad nätet kan erbjuda oss och vad andra föreningar gör i den stora frågan om tillgängligheten med toaletter.

Det är alltid lika roligt att träffa medlemmar i länet och få respons på vad vi gör i föreningen och vad vi kan göra för er medlemmar i länet.

Så med glädje kan vi nu meddela att Drop-in fika i Motala kommer att starta upp. Kan hända att vi smygstartar redan i sommar.

Mer information om plats och klockslag kommer på vår hemsida samt i nästa nummer av Östgötakanalen.

Nu har vi 27 nya medlemmar

Sedan september 2009 och fram till maj 2010, har vi fått 27 nya medlemmar. Tack vare Drop-In och andra aktiviteter har fler och fler uppmärksammat oss. Föreningen blir starkare och kan göra mer för de som drabbas av störningar i matsmältningskanalen. Dessutom kan vi påverka beslutsfattare och politiker.

Hejsan alla teaterintresserade medlemmar och anhöriga.

Trots det kommande sommaruppehållet, är det nu dags för planering inför hösten och vinterns föreställningar på ÖstgötaTeatern.

I föreningens strävan för ett samarbete med föreningen ILCO, går vi tillsammans på ett besök.

På det viset kan vi få en bra grupprabatt som gynnar alla oss medlemmar.

Det även att ordna visningar bakom scenen på teatrar.

För vidare info och om ni är intresserade att gå på teatern i Norrköping eller i Linköping kontakta mig.

Hör av er! - ni som vill uppleva atmosfären bakom ridån.

Mera information kommer i nästa Östgötakanalen om föreställningarna och visningarna.

Önskar er alla en skön och härlig sommar.

Var rädd om lilla maggen och sköt om er väl.

Med vänliga hälsningar
Carola / Teaterombud.

Valberedningen har ordet:

Länsföreningen har idag c:a 200 medlemmar och till allas glädje ökar medlemsantalet för varje månad

Kom och var med oss i utvecklingen av föreningen, låt oss tillsammans visa en positiv framåtanda och stötta den sittande styrelsen i deras fina arbete.

Vi i valberedningen söker efter dig medlem eller anhörig som kan tänka dig hjälpa oss med vårt arbete i länsföreningen.

En valberedning består vanligen av tre till sju personer, nuvarande valberedning består i dagsläget av två medlemmar.

Mål vi bland annat ska arbeta för är att:

- under hela året för att ta fram kandidater till föreningens olika uppdrag.
- hålla oss väl informerade om styrelsens arbete.
- ta emot nomineringar och lämna förslag om dessa.
- vi ska vara väl insatta i de olika förtroendeuppdragen.
- vi bör ha en god personkännedom.
- vara delaktiga på styrelsemöten som observatörer.
- vara delaktiga på föreningens aktiviteter.

Vi önskar att flera medlemmar ingår i valberedningen.

Är du intresserad? Eller känner du någon som kan tänkas vara intresserad, så mejla Kurt eller Sara eller skriv till oss på föreningens adress (e-post och adressuppgifter finns på annan plats i tidningen).

Kanalskoj

4 män sitter på anställningsintervju.

Intervjuaren frågar männen: - vad är det snabbaste du vet?

Den första svarar: en tanke, den poppar upp i huvudet utan förvarning, plötsligt finns den bara där.

Den andra svarar: en blinkning, den kommer och försvinner utan att man märker att den skett.

Den tredje svarar: ljuset, i samma ögonblick man slår på strömbrytaren finns bara ljuset där.

Intervjuaren tror sig ha funnit sin man då ljuset är det snabbaste han kan tänka sig, men han vänder sig till den fjärde mannen som svarar: - Diarré.

- Va! utbrast intervjuaren?

Jo härom dagen körde det till i magen och jag sprang mot toaletten, men jag hann varken tänka, blinka eller slå på ljuset innan jag sket ner mig.

Mikael Jacobsson ordförande
Familj: Fru Sussie samt sonen Joakim som är utflugen ur boet
Bor: Ute på landet en bit utanför Mantorp
Diagnos: Ulcerös Kolit, fick diagnosen hösten 2006
Fritidsintressen: golf
Kontakt: 0734-18 24 72 / m-j@live.se



Peter Almroth vice ordförande
Familj: Gift med Ingrid, har två vuxna söner
Bor: Smedby i Norrköping
Diagnos: Ingen, är anhängig
Fritidsintressen: teknik, foto och data, folkbildning
Kontakt: 070-509 35 55 / peter.almroth@sv.se



Carola Eriksson kassör, studieorganisatör, teaterombud
Familj: Gift med Kurt, har två vuxna döttrar
Bor: Ekholmen, Linköping
Diagnos: IBS sedan 2006
Fritidsintressen: föreningslivet, tittskåp/miniaturer, släktforskning,
vykortsamlingen
Kontakt: 073 - 57 59 421 / carola.eriksson59@tele2.se



Ingrid Almroth sekreterare
Familj: Gift med Peter, har två vuxna söner
Bor: Smedby i Norrköping
Diagnos: Crohn
Fritidsintressen: sport; matlagning, hus och hem
Kontakt: 070-274 14 14 / ingrid.almroth@norrkoping.se



Camilla Gustavsson ungdomsansvarig
Familj: sambo
Bor: Linköping
Diagnos: Ulcerös colit
Fritidsintressen: umgås med familj och vänner
Kontakt: 070-395 89 54 / camilla87gustavsson@gmail.com



Linda Gylesjö suppleant nyval 2010
Familj: Härlig släkt och vänner
Bor: Litet hus på landet utanför Linköping
Diagnos. Crohn och IBS sedan 2009
Fritidsintressen: träning och hälsa, musik, fotografering,
naturupplevelser och teckning.
Kontakt: 0733-64 30 83 / linda.gylesjo@hotmail.com



Lisbet Gustavsson suppleant nyval 2010
Familj: Gift med Jan, tre vuxna barn
Bor: Linköping
Diagnos. IBS sedan 1997
Fritidsintressen: Umgås med familjen, sommarstället och att gå
promenader och vistas i naturen
Kontakt: 070-254 30 44



Helene Forsén suppleant
Familj: ensamstående, skild sedan några år tillbaka.
Bor: Skäggetorp, Linköping, uppvuxen utanför Flen
Diagnos: Mb Crohn, diagnos -01, har även RA sedan tonåren.
Fritidsintresse: Sy kläder, skapa med händerna, måla och snickra
Kontakt: 0733-625 315 / helene.forsen@hotmail.com



Kurt Flink valberedning nyval 2010
Familj: Gift med Carola, har två vuxna döttrar
Bor: Ekholmen, Linköping
Diagnos: Ingen, är anhörig
Fritidsintressen: motorsport
Kontakt: / kurt.flink@tele2.se



Sara Flink valberedning nyval 2010
Familj: dotter till Carola och Kurt
Bor: Ekholmen, Linköping
Diagnos: Ingen, är anhörig
Fritidsintressen: konst, musik, böcker och datorn
Kontakt: 073-928 99 60 / flink.sara@gmail.com



Må bra helg

Våra medlemmar erbjuds nu möjlighet att delta i en "Må bra helg".

Syftet är att göra deltagarna rustade för ett bra liv, att byta erfarenheter med varandra och lära sig mer matens betydelse för livskvalitén.

Det ges ofta information från dietist, ibland ingår intressanta saker som stresshantering och avslappningsövningar.

Deltagarna får möjlighet att i en lugn och skön miljö, träffa andra människor i samma situation.

Nu kan du delta i en Må bra helg på Marieborg i Norrköping, fre 1-sön 3 okt. På programmet står denna gång information från dietist, tips om rörelser och fysiska aktiviteter, med möjlighet att prova på i gymmet. Naturligtvis deltar var och en efter sin egen förmåga.

Även information om föreningen samt vad vi kan göra för dig som medlem.

Priset för helgen inkl mat, logi och aktiviteter är endast 500 kr.

Vi kan endast ta emot 25 deltagare, anmäl dig senast 15/8.

På hemsidan under "Kontakta föreningen" finns ett formulär där du kan anmäla ditt intresse. Du även ringa om du är intresserad eller har frågor.

Det finns även mer info om helgen på hemsidan.

Under planering

Barn- och ungdomsaktivitet på landet.

Upplev en härlig dag med Islandshästar både med och på hästryggen.

Nybörjare som vana ryttare, alla kommer att var välkomna .

Vid skolstarten i augusti planerar vi i föreningen, att samlas för en aktivitet.

Vi tar med egen matsäck och umgås med hästar och varandra under dagen.

Tag chansen att prova på att rida och sköta om hästarna.

Förhoppningsvis kan vi bli en grupp, som sedan i fortsättningen kan återvända och tex stanna på ett längre dag- eller helgläger.

För dig som vill fortsätta med ridningen finns möjlighet att vara med och dansa med hästarna, men även givetvis att få ridlektioner.

Är du intresserad och vill göra en föransmälan eller få veta mera så ring mig.

Om intresse finns hos "oss äldre" går det även att ordna både ridlektioner dag- och helgläger för oss

Hör av dig, det finns redan några som längtar att få sitta på hästryggen.

Drop-In träffar på Cafe Gyllen, Gyllentorget i Linköping

Här får du:

- träffas för att fika och prata om ditt och datt.
- prata om föreningsaktiviteter.
- byta böcker och pussel med varandra.
- umgås helt enkelt med likasinnade i en avkopplande miljö.

Vi träffas onsdagar: vårens sista träff är 23/6
Under hösten träffas vi 4/8, 1/9, 29/9, 27/10, 24/11
Alltid kl 14.00

Värdinnan ger dig en kupong, som ger dig fri dryck när du köper en kaka.

Varmt välkommen till en mysig stund för oss daglediga.

Titta efter skylten med RMT-loggan



Datum för möten under 2010

Drop-In/Öppet Hus 24/8 17.30-20.00 Norrköping
Drop-In 3/11 17.30-20.00 Åtvidaberg

Information om plats i medlemsutskick samt
på hemsidan www.magotarm.se/ostergotland

Styrelsemöte 28/9 Linköping
Styrelsemöte 7/12 Norrköping

Inflammatoriska tarmsjukdomar hos tonåringar

Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka och ILCO Riksförbundet för stomi- och reservoaropererade har tillsammans startat projektet Inflammatoriska tarmsjukdomar (IBD) hos tonåringar. Projektet syftar bl a till att ge tonåringar med IBD möjlighet att träffas.

Anledningen till att vi vill genomföra projektet är signaler vi fått från föräldrar som frågat om vi inte kan göra något för de aktuella tonåringarna. Samma förfrågan har kommit från vården.

IBD tycks ha ökat markant bland tonåringar de senaste åren men trots detta känner sig de drabbade ofta väldigt ensamma i sin situation eftersom det sällan finns fler i kamratkretsen med samma diagnos.

Vi vill tillvarata den kraft som ligger i mötet med andra i samma situation, för att ungdomarna i den åldersgrupp det handlar om ska få möjlighet att stärkas av varandra och av ny kunskap samt även se de möjligheter som finns.

Med projektet vill vi även ge dem möjlighet att träffa andra i liknande situation och därmed knyta kontakter för framtiden. En av målsättningarna med de regionala konferenser som ingår, är att i så många län som möjligt skapa grupper som efter projektidens slut kan träffas i olika forum och nätverk.

En annan viktig del är framtagande av informationsmaterial. Skriftligt material och en informationsfilm kommer att produceras. Tanken är att materialet skall utarbetas under projektarbetets gång så att de deltagande ungdomarna själva påverkar och präglar informationsmaterialet.

Ett av målen är att tonåringar självständigt under trygga former skall kunna delta i föreslagna aktiviteter.



Projektet, som startade i oktober 2009, är 3-årigt och finansieras med stöd från Allmänna arvsfonden.

Vill du veta mera om projektet eller är intresserad att delta är du välkommen att kontakta RMTs kontaktperson i projektet Åse Eirelid eller projektledaren Christer Rolandsson: christer.rolandsson@ilco.nu

Du som vill vara delaktig och hjälpa till i föreningen

Länsföreningen har ambitioner att öka verksamheten och få till fler mötesplatser och möjligheter för våra medlemmar att träffas.

Även att ordna föreläsningar och fler öppet hus runt om i länet.

För de som precis fått sin diagnos betyder en kontaktperson mycket.

Vi söker nu dig som är medlem och som vill hjälpa oss i vårt arbete.

Det kan gälla allt från att ordna fika vid en medlemsträff till att vara en kontaktperson för en specifik diagnos.

Som kontaktperson gör du stor nytta för personer som vill prata om och få tips eller råd om sin diagnos.

Alla nydiagnostiserade har ofta mycket som man vill få svar på.

Du som varit drabbad länge har en erfarenhet som betyder mycket.

Vi har stort behov av medlemmar som kan sätta upp affischer eller lägga ut material på vårdcentraler och mottagningar t ex.

Att vara en lokal kontakt på sin ort, då länet är ganska stort.

Lite eller mycket – allt är av stort värde i vårt utåtriktade arbete.

Kanske kan du tänka dig att:

- Vara kontaktperson för en specifik diagnos
- Lokal kontakt i sin kommun
- Hjälpa till vid medlemsträffar/öppet hus
- Komma med reportagetips till vår medlemstidning Östgötakanalen

Så tveka inte utan hör av dig, just din insats betyder mycket.

Tillsammans kan vi diskutera vad just du kan bidra med.

Kontaktperson för spridning av material:

Att vara kontaktperson innebär att vi skickar informationsmaterial (broschyrer, flygblad om möten/föreläsningar, medlemstidningen) till dig, som du sedan lägger ut på ditt sjukhus, vårdcentral, skola och bibliotek.

Kontaktperson övrigt:

Här söker vi personer som vill hjälpa till med/hålla i studiecirkel, ungdomsträffar, anhörigträffar, mässor, medlemstidningen m.m.

Obs: Man behöver ej ingå i styrelsen för ovanstående, men medlemskap i föreningen är en förutsättning.

Maten är halva födan

Maten har en avgörande betydelse för alla människor.

Den ger näring som behövs för att leva och energi som går åt för att vara aktiv. Maten ger också njutning och är en ram för social samvaro. Den är en del av vår kultur och för många är den också en stimulerande hobby. När mage eller tarm inte fungerar normalt blir frågor gällande kost och näring aktuella på ett mer uttalat sätt än vad de är för människor i allmänhet. För vissa mag-tarmsjuka är maten, i form av särskild diet, en del av eller utgör behandlingen. För andra kan kosten utan att vara en direkt del av behandlingen ändå ha stor inverkan på livskvalitén.

Näring & Njutning - mat för ömtåliga magar

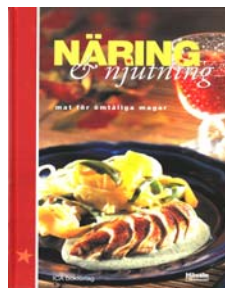
Ett projekt inom RMT om mat och näring på mag- och tarmsjukas villkor.

Resultatet är en kokbok, med recept av personer med erfarenhet från mag och tarmsjukdomar.

Mat för både vana och ovana matlagare

Fettsnåla recept med lågt fiberinnehåll, näringsberäknade och provlagade av Karin G Fransson, dietist hos RMT.

Medlemspris 160 kr



Mat med magkänsla

Mat ska vara rolig för alla.

Boken handlar om mat och måltider som ger

den rätta magkänslan för dig som har problem med magen, men ändå vill äta gott.

Fredagsmys, picknick, supé eller snabb vardagsmat? Recept för alla tillfällen.

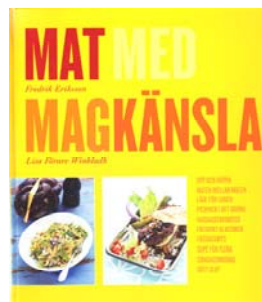
Anpassade för låg fett- och laktoshalt, livsmedel som irriterar har minskats eller uteslutits.

Fredrik Eriksson kock

Lisa Förare Winbladh matskribent

Pia Henfridsson leg. Dietist

Medlemspris 150kr



Ung i RMT

I RMT träffar du ungdomar med samma sjukdom som du själv har. Du kan utbyta erfarenheter, få information du behöver och umgås med jämnåriga. Förbundets ungdomsverksamhet är relativt nystartad och du har möjlighet att själv vara med och påverka inriktningen. Inom förbundet pågår särskilda projekt med inriktning på ungdomars villkor. Förbundet arbetar även för att påverka politiker och andra beslutsfattare så att de ska beakta unga mag- och tarmsjukas behov i sina beslut. Det är ett arbete där du kan vara med och påverka din egen situation.

Boktips **Att leva med en skugga** – Johan Bylin

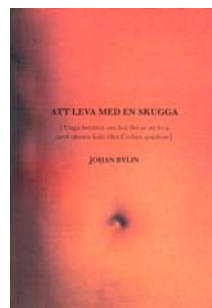
Det finns ännu inget svar på varför unga drabbas av ulcerös kolit eller Crohns sjukdom.

Mycket kan förändras snabbt och kanske får detta konsekvenser för skola, kärlek eller framtidsplaner.

I boken får du ta del av unga människors berättelser hur det kändes när de insjuknade, hur vardagen förändrades.

Boken belyser att du faktiskt inte är ensam att leva med en kronisk sjukdom.

Beställ boken på darkredprod@hotmail.com eller kontakta oss.



Snabba fruktpajen 6port

150g Smör

1dl Strösocker

3dl Vetemjöl

1tsk Bakpulver

Fyllning:

2 dl Gräddfil

½ dl Strösocker

1 Ägg

1 tsk Vaniljsocker

1 burk Ananas (krossad) (låt ananasen rinna av lite)

1. Sätt på ugnen på 200gr

2. Blanda ihop alla ingredienser till degen

3. Klä en låg pajform med degen, tryck ut den med handen i botten och på sidorna.

4. Rör ihop ingredienserna till fyllningen och bred den över degen.

5. Grädda 30-40 min

Servera gärna med vispgrädde och låt dig väl smaka

Obs: Laktosfria produkter kan användas!



Studiecirklar

Vi är alltid öppna för förslag till cirkelämnen. Ditt intresse kan bli en studiecirkel hos oss. Ämnet kan vara allt från cementgjutning, musik och dans till språk eller diskussionsgrupper om hur vi kan påverka vår livskvalité osv.



Cirkeln kan ge oss möjlighet att kommunicera och dela med oss av våra kunskaper och erfarenheter till varandra.

Genom studiecirklar ges vi möjlighet att träffa andra medlemmar och ge varandra råd, stöd och social gemenskap.

RMT har ett samarbete med ABF som hjälper till att få igång cirkeln. De tillhandahåller lokal och även cirkelledare om så behövs. Tid och plats anpassas efter önskemål och där efterfrågan uppstår.



Cirklar där man kan få möjlighet att träffa andra med samma diagnos att utbyta erfarenheter med är ett önskemål som funnits länge i RMT.

Det första materialet som togs fram var *Att leva med IBS*.

I projektet *Att leva med funktionsstörning i matsmältningskanalen* har ytterligare fem cirkelmateriale utifrån diagnos framställts.

Idag kan vi ordna egna *Att leva med*-cirklar utifrån de cirkelmateriale som framställts.



Tack vare utbildningsmaterialet för cirkelledare för *Att leva med*-cirklar kan vi ordna egna cirkelledarutbildningar på lokal nivå.

Hör av dig till oss så får du mer information om materialet och kan anmäla intresse av att delta i en cirkel.



Du har väl inte glömt att anmäla dig till
Att leva med cirkeln?
Anmälningar sker till studieorganisatören.
Cirkeln startar när minst 8 deltagare är anmälda.
Varmt välkommen med din anmälan.

Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka, RMT, organiserar människor som har funktionshinder till följd av sjukdomar, skador och andra störningar i matsmältningskanalen (i det följande synonymt begreppet mag- och tarmsjuka). Bland våra medlemmar finns ett 20-tal olika diagnoser och tillstånd representerade, däribland personer som tillhör s k små och mindre kända handikappgrupper. Det innebär att de har diagnoser eller tillstånd som återfinns hos 100 eller färre personer per miljon innevånare i Sverige.

Målet med vår verksamhet är att återskapa livskvalité, så att personer som har mag-tarmsjukdomar ska kunna leva ett liv som så lite som möjligt styrs och begränsas av sjukdomen. Man ska kunna leva som andra och vara delaktig i samhället. RMT arbetar för att samhället generellt, genom stöd och insatser för personer med funktionshinder, ska utformas på ett sätt som gör detta möjligt. Vi verkar också för ökad forskning så att mag- och tarmsjukdomar ska kunna förebyggas, lindras och botas.

Som grund för vårt arbete har vi medlemmarnas erfarenheter av hur livet påverkas av funktionsstörningar i matsmältningskanalen.

Vi har också en unik kunskap om hur samhällets stödssystem kan användas för att kompensera negativa effekter och om vilka åtgärder som behövs för att hinder ska undanröjas.

RMT erbjuder utbildningsmaterial som gör det möjligt för medlemmarna att tillägna sig kunskap och insikt som gör dem bättre rustade att leva med sitt funktionshinder och att medverka i det samhällspåverkande arbetet.

Vårdpolitiska programmet

Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka (RMT) antog vid sin kongress i oktober 2008 föreliggande vårdpolitiska program. Det behandlar frågor som har anknytning till det vårdpolitiska området, det vill säga hälso- och sjukvård, habilitering och rehabilitering samt forskning och utvecklingsarbete.

De fyra huvudrubrikerna är:

- **Mag- och Tarmsjukas rättigheter i samhället**
- **Hälso- och sjukvården**
- **Rehabilitering och habilitering**
- **Forsknings och utvecklingsarbete (FoU)**

Hela det vårdpolitiska programmet finns att läsa på vår hemsida
<http://www.magotarm.se/ostergotland>

Som medlem i RMT träffar du andra som lever med samma sjukdom. Du får löpande information om vård och behandling, socialförsäkringsfrågor, kost och andra aktuella frågor.

Du får möjlighet att delta i länsföreningens kurser, föreläsningar och andra aktiviteter.

Som medlem får du tidningen Kanalen 4 gånger/år.

Den innehåller aktuell information om behandling, forskning, samhällsfrågor samt förbundets verksamhet.

Genom RMT är du med och påverkar din egen situation.

Medlemsavgiften är 220 kronor (gäller även stödmedlem).

Familjemedlem betalar 50 kronor

Vid betalning efter 1 oktober gäller den även följande år.

Föreningens bg 344-1805

Styrelsen 2010

Mikael Jacobsson	ordförande	073-418 24 72
Peter Almroth	v. ordförande	070-509 35 55
Ingrid Almroth	sekreterare	070-274 14 14
Carola Eriksson	kassör	073-575 94 21
Camilla Gustavsson	ungdomsansvarig	070-395 89 54
Linda Gylesjö	suppleant	0733-64 30 83
Lisbet Gustavsson	suppleant	0702-54 30 44
Helene Forsén	suppleant	073-362 53 15
Kurt Flink	valberedning	kurt.flink@tele2.se
Sara Flink	valberedning	0739-28 99 60

Östergötlands länsförening av



Riksförbundet för Mag- och Tarmsjuka

Fontänen, Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Telefon 013-12 78 40

rmt.ostergotland@fontanen.org

www.magotarm.se/ostergotland