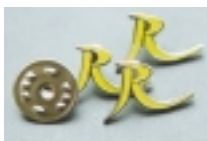




## Nya varor i butiken

Nu finns det nya artiklar att köpa, för att visa att du är med i Reumatikerförbundet. Små pins med ett grönt R kostar 10 kronor styck, och T-shirts kostar 50 kronor/st. Allt kan beställas via medlemsbutiken.



## Bok som hjälper till

Hjälpmedelsinstitutet har tagit fram en uppslagsbok där man kan ta reda på vart man vänder sig med frågor om hjälpmedel och olika typer av samhällsstöd.

Boken innehåller också hänvisningar till lagar och bestämmelser. Informationen kan vara värdefull för såväl enskilda brukare som olika personalgrupper.

Den alfabetiska strukturen gör att det är lätt att söka på enstaka ord eller begrepp. Skriften vänder sig i första hand till personer med funktionshinder och anhöriga. Den är även tänkt att kunna användas i olika vårdutbildningar och som introduktion för politiker och tjänstemän som kommer i kontakt med hjälpmedel och annat som rör personer med funktionshinder.

Det har länge funnits ett behov av att själv kunna ta reda på vart man



vänder sig när man behöver hjälpmedel. Den förra skriften med samma namn har nu uppdaterats och utökats med mycket information. Ett antal representanter från kommuner och landsting har deltagit i den arbetsgrupp som gemensamt bidragit med sin kunskap.

Vägar till hjälpmedel och samhällsstöd beskriver översiktligt hur hjälpmedelsförsörjningen i Sverige fungerar. Olika stödformer, t.ex. bostadsanpassning och bilstöd finns också beskrivna i boken. Kort sagt - en enkel och konkret information om det svenska hjälpmedelssystemet.

Telefon till hjälpmedelsinstitutet är  
08 - 620 17 88



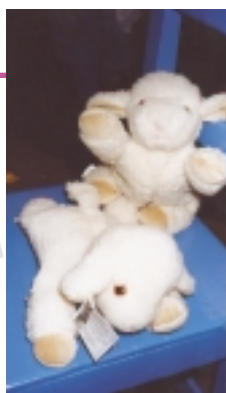
## Varma får

Ett ljuvligt litet får med en innerpåse fylld med svenskt vete. Vad är det för nåt?

Jo, påsen tar man ut och lägger i en microugn i ca 1 minut. Påsen läggs sedan tillbaka i fåret, och fåret lägger du på dina axlar, din nacke eller din arm, där du vill ha värme en längre stund.

Detsamma gäller naturvärmaren, som dessutom sprider en doft av lavendel när den värms upp. Kuddarna säljs bland annat av [www.lefva.com](http://www.lefva.com), och finns i välsorterade hälsobutiker.

I ett brev vi fått berättar Eva att vetepåsen fungerar kanon. Det enda är att den svalnar för fort så kanske en värmedyna är bättre. Hon brukar använda vetekudden när hon skall sova, för att lindra värken i överarmarna.



## Massagemaskiner

Det blir allt vanligare att vi ser asiatiska massagemaskiner i våra svenska affärer. På Euro-Park i Stockholm ([www.europark.nu](http://www.europark.nu)) hittade vi allt från dyra massagefåtöljer till små magnetband. Bland annat denna massagemadrass som kostar 3 495 kronor, och kan bjuda på vibrationer, knådning och rullning. Allt styrt med fjärrkontroll.

Madrassen kan placeras i sängen eller i en vilfåtölj. Den lilla vita apparaten är en fotmasserare som kostar runt tusenlappen. Den vibrerar och behandlar fötterna. Den innehåller dessutom magneter, som asiater ofta tillmäter stor betydelse.

Men då ska man veta att japaner också maler renhorn, för att öka potensen...