

Medlemstidning  
våren 2026

# *Snäckan*



Hörselskadades förening  
i Kristianstad

## **Föreningens styrelse och kontaktuppgifter**

|                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| Ordförande Mikael Larsson    | tel. 0708-12 36 06 |
| Sekreterare Gunnel Niklasson | tel. 0708-61 43 01 |
| Kassör Sven-Erik Andersson   | tel. 0708-22 32 75 |
| Kursledare Christer Lowsky   | tel. 0722-34 44 02 |
| Arne Petersson               | tel. 0705-93 55 39 |
| Lisbeth Petersson            | tel. 0706-27 70 79 |
| Bengt-Göran Andersson        | tel. 0708-34 99 09 |
| Monica Holmström             | tel. 0768-75 25 40 |
| Pål Nilsson                  | tel. 0701-90 08 05 |

Ansvarig utgivare: Mikael Larsson

Redaktörer: Sven-Erik Andersson

Tirahas Tekie "Titti"

## **Expeditionenens öppettider och kontaktuppgifter**

Expeditionen finns på Kulltorpet, Ällingavägen 24,  
295 43 Kristianstad, där vår kanslist "Titti" tar emot.

Öppettider är onsdagar kl. 10-15

Telefontid är tisd-onsd kl. 10-15 tel. 0760-05 19 16

övrig tid vid ej svar –tala in ett meddelande

e-post: kristianstad@hrf.se

Vid köp av batterier på plats går det att betala  
med kontanter eller Swish 123 520 04 07

Skickade batterier + porto betalas till

Bankgiro: 917-1653

**HRF:s Förening i Kristianstad**  
**Arvs- och Gåvofond**

Fondens huvudsakliga ändamål

Att främja hörselhandikappades vård, fostran  
eller utbildning

Att främja vetenskaplig undervisning eller  
forskning inom hörselhandikappområdet

Bidrag till HRF:s –förening

Bidrag till fonden kan bestå av gåvor till avlidnas  
minne, testamentsgåvor, donationer eller  
kontanta bidrag

Välkommen med Ditt bidrag!

Bankgiro 5805 - 0949

Vill du skicka brev till fonden så är adressen:  
Hörselskadades Förening i Kristianstad Arvs- och  
Gåvofond

Ällingavägen 24, 295 43 Kristianstad

## Audionommottagningar inom vårdval



Funderar du på att skaffa hörapparat finns det tre audionommottagningar i Kristianstad du kan vända dig till. Det behövs ingen remiss.

**Audio Skåne**, Fundationsvägen 17, C4

tel: 0435-105 55

**Audionomservice**, Nya boulevarden 10, 2 tr

tel: 010-182 71 10

**AudioNova**, Kanalgatan 20 tel: 044-790 59 59

Ett bedömningsbesök kostar 200 kronor. Om du bedöms behöva en hörapparat och gör en utprovning så betalar du 1000 kr i utprovningsavgift. Ingen kostnad tillkommer för själva hörapparaten om du väljer ur Region Skånes sortiment, som är ett bra sortiment.

Du får ingen ny hörapparat om den blir stulen, kommer bort eller skadas. Därför är det bra om du ser över ditt försäkringsskydd.

## Följ med på den populära utfärden "Tåg o Tura" fredagen den 15 maj



Vi åker tåg från Kristianstads centralstation.  
I Helsingborg går vi ombord på Danmarksbåten  
där vi bokat bord för att avnjuta en läcker buffé  
eller annat på menyn. Någon liten aktivitet  
hinner vi nog också med.

Man tar sig på egen hand till centralstationen  
där vi gemensamt stiger på tåget.  
Föreningen hjälper till med att lösa tåg och  
färjebiljett.

Denna aktivitet är en medlemsförmån och  
kommer att subventioneras av föreningen.

Anmälan om deltagande görs senast 29/4 till  
expeditionen tel. 076-005 19 16  
e-post: [kristianstad@hrf.se](mailto:kristianstad@hrf.se)  
eller till Gunnel Niklasson tel. 0708-61 43 01

## Matlagningsträffar



**Vi träffas, umgås, lagar mat och äter på  
Kulltorpet.**

Vi träffas vid fem tillfällen. Efter första träffen  
bestämmer vi nästa meny. Deltagarna handlar in  
varorna och vi delar på kostnaden.

Vi träffas följande onsdagar kl. 18.00  
7/1, 4/2, 4/3, 1/4, 6/5

Pris: 30 kr per tillfälle, till lokalhyran

Anmälan till expeditionen senast måndagen före  
varje tillfälle.

tel. 0760-05 19 16

e-post: kristianstad@hrf.se

## TSS –kurs under lättare former



**Kursen riktar sig till alla som vill lära sig använda tecken som stöd till talet.**

Kursen leds av Christer Lowsky som undervisar oss på ett lättsamt sätt.

Vi träffas följande torsdagar kl. 18.00-20.00  
29/1, 26/2, 26/3, 23/4

Fralla och kaffe kostar 25 kr.

Anmälan till expeditionen senast måndagen före.

tel. 0760-05 19 16

e-post: kristianstad@hrf.se

## **Tolkbeställning vid medlemsmöten**

### **Information från Tolkcentralen**

Varje medlem anmäler antingen direkt till oss på tolkcentralen eller till föreningen som lämnar in en samlad lista inför varje bokning.

Föreningen kommer få ett bokningsnummer som ni anger om ni bokar direkt hos oss, detta så vi säkerställer att vi bokar in er på rätt möte.

Vi behöver ert personnummer eller er kundid. För att få kundid kontaktar varje medlem oss på tolkcentralen på telefon Tel: 044-19 47 30 eller via 1177.

Kundid kan användas när ni inte vill ge ert personnummer till föreningen.

Meddela oss även om ni önskar egen läsplatta eller läser på storbildsskärm så vi har med rätt utrustning.

Om ni önskar bekräftelse på de bokningar ni har hos oss lämnar ni er mailadress till oss så skickar vi bekräftelse 48 timmar innan mötet.

Vid de tillfällen vi inte kan tillsätta tolk till ett av era möten meddelar vi föreningen.

## Batterier till din hörapparat



### Priser

(inom parentes är priset för icke medlem)

1 karta 35 kr ( 40 )

5 kartor 125 kr ( 175 )

10 kartor 230 kr ( 330 )

Expeditionen är öppen för batteriförsäljning  
onsdagar 10.00-15.00 och vid aktiviteter.

Övrig tid, ring före besök tel. 0760-05 19 16

Har du svårt att komma kan vi skicka med  
posten. Portokostnad tillkommer f.n. 22 kr för  
10 kartor.

Ring och beställ tel. 0760-05 19 16

eller mejla: [kristianstad@hrf.se](mailto:kristianstad@hrf.se)

## Årsmöte söndagen 22 mars kl. 13.00



Plats: Kulltorpet, Ällingavägen 24

På dagordningen har vi val av styrelse och funktionärer.

Det bjuds på värmande soppa med tillbehör och kaffe.

Kyrkoherde, Beatrice Vall, berättar om sin tid som fjällpräst.

Lotterier med fina vinster

Anmälan till expeditionen senast 4 mars

tel. 0760-05 19 16

e:post: kristianstad@hrf.se

## Vattengymnastik



Föreningens medlemmar har möjlighet att gå på vattengymnastik i varmvattenbassäng på CSK.

Information om plats, tider och pris lämnas av Gunnel Niklasson tel. 0708-61 43 01

**OBS!** begränsat antal platser

---

## Bridge



Vi tänker spela Bridge även i vår med början tisdagen 20 januari kl. 13.00.

Platsen är föreningslokalen på Kulltorpet, Ällingavägen 24

Är du intresserad och vill veta mer vänder du dig till Ingrid Malm tel. eller sms 0730-47 99 94

En kopp kaffe kostar 5 kr

## **Kortbingo, ny aktivitet**

Välkommen att spela kortbingo.

Vi spelar vid fem tillfällen kl. 14.00.

21/1, 17/2, 31/3, 14/4, 12/5

Platsen är föreningslokalen på Kulltorpet,  
Ällingavägen 24

Kontakta expeditionen tel. 0760-05 19 16  
eller Monica Holmström tel. 0768-75 25 40  
för mer information.

Fika kostar 20 kr

---

## **Föreningen informerar**

Vi kommer att synas ute i samhället under våren  
där vi ger info om HRF, hörsel och om vår  
förening. Vi delar ut broschyrer och gör  
hörseltester.

Hörseltesterna brukar vara populära och locka  
till sig gammal som ung.

I flera fall är det frun som ”knuffar” fram  
mannen att testa sig.

Man har kanske svårigheter att föra det  
vardagliga samtalet runt köksbordet.

## **Stöd vår förening och bli en vinnare! Spela BingoLotto på söndagar i TV4**



Då kan det bli du som spelar hem pengar, bilar, drömmesor, hemmaprylar och mycket mer, samtidigt som du gör en mycket uppskattad och viktig insats för vår förening.

Just nu får vår förening 500 kronor när du blir prenumerant! Därtill stödjer du oss med 70 kronor per månad så länge du prenumererar.

**Vid prenumeration, ange Hörselskadades förening i Kristianstad som förening.**

**Kundnummer: 29072044**

Kontakta Titti på expeditionen så hjälper hon dig med prenumerationen.

tel. 0760-05 19 16

e-post: [kristianstad@hrf.se](mailto:kristianstad@hrf.se)

## **Är du en "föreningsmänniska"**

Vi söker dig som vill bidra till föreningens bästa.

Det kan handla om att dela ut vår medlemstidning "Snäckan" på lämpliga platser där du bor och till intresserade.

Du kan berätta om föreningen och våra aktiviteter för vänner och bekanta.

Du kan tillverka/förmedla lotterivinster som du skänker till oss.

Du kanske är intresserad av styrelsearbete.

Kontakta expeditionen om intresse finns.

Tel. 0760-05 19 16

e-post: kristianstad@hrf.se

---

## **Sparbanksstiftelsen 1826**

Föreningen har ansökt och beviljats ett projektbidrag om 6 000 kr från Sparbanksstiftelsen 1826.

## **Bli medlem i HRF**

Har du nedsatt hörsel, tinnitus, Menières sjukdom eller ljudöverkänslighet?

Kanske är du förälder till ett hörselskadat barn?

Då ska du bli medlem i HRF.

Ju fler medlemmar vi blir, desto starkare röst får landets 1,8 miljoner hörselskadade.

Medlemsavgiften är 30 kr/månad.

Som medlem i HRF får följande rabatter och förmåner under 2026:

*Hörapparat batterier till medlemspris*

*Tidskriften Auris, reportage och hörselaktuellt*

*Medlemsförsäkring*

*Rabatt på hotell (hotellkedjan Scandic)*

*Medlemskap i UH (0-30 år)*

*Hörselrådgivning från Hörsellinjen*

*Rabatt på juridisk hjälp om familjerätt*

Kontakta Titti på expeditionen så hjälper hon dig med medlemsansökan.

Tel: 0760-05 19 16

e-post [kristianstad@hrf.se](mailto:kristianstad@hrf.se)

## Föreningens påverkansarbete

Föreningen deltar i kommunala råden (KRF) för funktionsnedsättning och funktionshinder-frågor i Kristianstads och Bromölla kommun.

Som ni vet byggs en ny Högskola i Kristianstad. Vi fick en presentation av gestaltningen från kommunrepresentanter på senaste KRF-mötet. Rådet framförde där kravet på medverkan, att Högskolan byggs tillgänglighetsanpassat för studenter med olika funktionsnedsättningar.

Föreningen har deltagit som referensgrupp i en förstudie ”**Social hälsa och hörselnedsättning**”. Förstudien undersökte hur hörsel påverkar äldres möjlighet att delta i förebyggande och hälsofrämjande aktiviteter.

Förstudiens slutrapport konstaterar att genom politiska beslut har två tjänster (syn- hörselinstruktörer) avvecklats. Även funktionen som syn- och hörselombud på vård- och omsorgsboenden är borttagen.

För närvarande finns ingen politisk vilja eller krav från ledningen att återinföra ”Social hälsa och hörselnedsättning”: Mot lösningar för minskad isolation och ensamhet.

## **Informationsträff för allmänheten**

Tisdagen 13 januari kl. 13.00 är Du välkommen till en informationsträff på Kulltorpet, Ällingavägen 24, Kristianstad.

I samarbete med audionommottagningen på CSK bjuder föreningen in till en informationsträff för nya hörapparatbärare och andra intresserade.

Sprid gärna detta vidare till någon du känner.

Föreningen bjuder på kaffe.

**Alla Hjärtligt Välkomna !**

---

### **Problem att ta dig till våra föreningsaktiviteter**

Tveka inte att kontakta Titti på expeditionen eller någon i styrelsen, så ordnar vi skjuts.

tel. 0760-05 19 16

e-post: [kristianstad@hrf.se](mailto:kristianstad@hrf.se)



## Därför bör du skaffa hörapparat

Obehandlad hörselnedsättning är vetenskapligt bevisat den största enskilda orsaken för demenssjukdomar (WHO -rapport).  
Vår hjärna mår bra av stimulansen den får via öronen.



**Med telespole** i hörapparaten har du möjlighet att få ljudet direkt i hörapparaten i lokaler som har Teleslinga



Bluetooth

**Med Bluetooth** i hörapparaten, när du lyssnar på radioprogram, musik, ljudböcker, poddar och ringer eller svarar på telefonsamtal (*tillsammans med en kopplad smartphone, läsplatta eller dator*)

**Med Bluetooth** i hörapparaten och **TV connector** (*trådlös ljudsändare*), när du ser på TV

## **Ordförande har ordet**

En ny undersökning visar att det finns 1.8 miljoner svenskar med nedsatt hörsel och hälften är under 65 år. Var inte rädd för att gå till en audionommottagning och testa hörseln. Det kan förändra ert sätt att få delaktighet i olika sammanhang som man annars missar när man inte hör vad som sägs.

I höstas stod vi på Maxi under hörselveckan och informerade om HRF och gjorde hörseltester. Det kommer vi att fortsätta med under 2026.

Föreläsningen med Sebastian Waechter som vi hade ihop med Hörselskadades Distrikt drog många deltagare och vi fick 4 nya medlemmar.

13 januari kommer audionommottagningen från CSK och HRF lokalförening informera för nya hörapparatbärare. Vi hoppas få nya medlemmar.

Vi fortsätter med matlagning och TSS-träffarna och uppmanar fler att anmäla sig. Nytt för året är kortbingo. Kom gärna med förslag på föreläsare som vi kan bjuda in.

*Ordförande Mikael Larsson*

| <b>Aktivitetskalender</b> |              |            |            |                                              |
|---------------------------|--------------|------------|------------|----------------------------------------------|
| <b>Månad</b>              | <b>Datum</b> | <b>Dag</b> | <b>Tid</b> | <b>Aktivitet</b>                             |
| januari                   | 7            | onsdag     | 18.00      | Matlagning                                   |
|                           | 13           | tisdag     | 13.00      | Informationsträff, nya hörapparat -användare |
|                           | 20           | tisdag     | 13.00      | Bridge börjar -flera tillfällen              |
|                           | 21           | onsdag     | 14.00      | Kortbingo                                    |
|                           | 26           | måndag     |            | Vattengympa börjar - flera tillfällen        |
|                           | 29           | torsdag    | 18.00      | TSS -kurs                                    |
| februari                  | 4            | onsdag     | 18.00      | Matlagning                                   |
|                           | 17           | tisdag     | 14.00      | Kortbingo                                    |
|                           | 26           | torsdag    | 18.00      | TSS -kurs                                    |
| mars                      | 4            | onsdag     | 18.00      | Matlagning                                   |
|                           | 22           | söndag     | 13.00      | Årsmöte                                      |
|                           | 26           | torsdag    | 18.00      | TSS -kurs                                    |
|                           | 31           | tisdag     | 14.00      | Kortbingo                                    |
| april                     | 1            | onsdag     | 18.00      | Matlagning                                   |
|                           | 14           | tisdag     | 14.00      | Kortbingo                                    |
|                           | 23           | torsdag    | 18.00      | TSS -kurs                                    |
| maj                       | 6            | onsdag     | 18.00      | Matlagning                                   |
|                           | 12           | tisdag     | 14.00      | Kortbingo                                    |
|                           | 15           | fredag     |            | Tåg oTura utfärd                             |

Lämna ditt tel.nr. vid anmälan om du vill få en påminnelse