

## En god fortsättning tillönskas alla våra medlemmar!

Så har återigen ett nytt år tagit sin början. Det är alltid lite spännande att fundera kring vad det nya kommer att föra med sig. Det är ju nu snart två år sedan pandemin drabbade oss och när detta skrivs är den ännu inte över.

Kanske får vi räkna med restriktioner även detta år och flera aktiviteter får planeras därefter. Men vi får lov att se positivt på framtiden och hoppas på det bästa!

HRF jobbar oförtrutet på med många viktiga frågor. Vi har ju under året haft en digital kongress som lagt fast vilka områden vi ska fokusera på under kommande år. Under 2022 är det framförallt detta man vill lägga särskilt fokus på:

- Svensk politik hörs för dåligt – En hörselsmart valrörelse
- En hörselvård att lita på i hela landet
- Kunskapslyftet ”Bli hörselsmart” – för att stärka vår kompetens och medvetenhet
- Rädda rätten till arbetshjälpmedel
- Textat, hörbart – demokratiskt

I vårt distrikt och i våra föreningar gör vi så mycket vi kan för att detta också ska få genomslag på lokal nivå.

Men vi arbetar ju inte bara med intressepolitiska frågor. Vi har också trevligt tillsammans på våra olika träffar. I detta programblad har vi samlat alla aktiviteter, både de som arrangeras av de lokala föreningarna och de distriktsgemensamma och alla medlemmar är välkomna oavsett föreningstillhörighet. Vi hoppas att det i vårens program ska finnas något för alla.

För örebrodistriktet/distriktstyrelsen genom ordförande

*Ewa Larsson*

## Varmt välkommen!

## Kalendarium – alla medlemmar välkomnas

Dag	Aktivitet	Tid	Plats	Förening
<b>Februari</b>				
Må 7	Caféträff dag	15.00	Wasakonditoriet	Örebro
To 10	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 12	Batteriförsäljning	11.00	Kyrkans hus, Fjugesta	Sydnärke
Sö 13	Promenad, Karlslund	13.00	Karlslund	Örebro
To 17	Caféträff kväll	17.30	Café java	Örebro
To 17	Hörselcafé	14.00	Skrantahöjdstorget	Karlskoga-Degerfors
Fr 18	Visning Kulturkvarteret	15.00	Kulturkvarteret	Örebro
Ti 22	Bowling YV-gruppen	18.00	Strike & CO	Örebro
ELLER				
On 23	Bowling YV-gruppen	18.00	Strike & CO	Örebro
Må 28	”Sista anmälan”	08.00	Anmäla ev intresse	till kansliet
<b>Mars</b>				
On 3	Restaurang YV-grupp	18.30	Grekiska kolgrillbaren	Örebro
Lö 5	Textad revy	19.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Sö 6	Textad revy	13.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Må 7	Caféträff dag	15.00	Wasakonditoriet	Örebro
Ti 8	Träff nya medlemmar	18.00	Föreningarnas hus	Örebro
To 10	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 12	Textad revy	19.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Sö 13	Textad revy	13.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
To 17	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 19	Textad revy	19.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Sö 20	Textad revy	13.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Lö 19	Årsmöte Örebro	14.00	Föreningarnas hus	Örebro
Ti 22	Bowling YV-gruppen	18.00	Strike & CO	Örebro
ELLER				
On 23	Bowling YV-gruppen	18.00	Strike & CO	Örebro
Lö 26	Årsmöte Sydnärke	14.00	Kyrkans hus Fjugesta	Sydnärke
Lö 26	Textad revy	19.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Sö 27	Textad revy	13.00	Lekebergsrevyn	Fjugesta/Sydnärke
Sö 27	Årsmöte Kga-Deg	15.00	Skrantahöjdstorget	Karlskoga-Degerfors
<b>April</b>				
Lö 2	Batteriförsäljning	11.00	Kyrkans hus, Fjugesta	Sydnärke
Må 4	Caféträff dag	15.00	Wasakonditoriet	Örebro
To 7	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
To 7	Föreläsning Ijudöverkänslighet	18.00	ABF Fredsgatan 18	Örebro
Lö 9	Må Bra Dag	09.00	ABF Fredsgatan 18	Örebro

To 14	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
On 20	Restaurang YV-grupp	18.30	Stallyktan	Örebro
To 21	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 23	Bowling	15.00	Lindesberg arena	Lindesberg

## Maj

Må 2	Caféträff dag	15.00	Wasakonditoriet	Örebro
Ti 10	Bowling	18.00	JPM Bowling Karlskoga	Karlskoga Degerfors
To 12	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 14	Visning Karlslund	14.00	Karlslund	Örebro
Sö 15	Promenad Oset	13.00	Oset	Örebro
To 19	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 21	Utflykt Södra Råda	09.15	Karlskoga	Karlskoga-Degerfors
Sö 24	Restaurang YV-grupp	18.30	Stadsträdgården	Örebro

## Juni

Lö 4	Vandring	11.00	Garphyttans np	Örebro
To 9	Caféträff kväll	17.30	Café Java	Örebro
Lö 11	Batteriförsäljning	11.00	Kyrkans hus, Fjugesta	Sydnärke
To 16	Caféträff kväll	17.30	Stadsträdgården	Örebro

## Augusti

Lö 13	Batteriförsäljning	11.00	Kyrkans hus, Fjugesta	Sydnärke
Lö 20	Konst i det fria	11.00	Stadsparkens entré	Örebro

## September

Lö 3	Höstupptakt	11.00	Sannahed Kumla	Kumla/Sydnärke
------	-------------	-------	----------------	----------------



Kontaktperson: Monica Gustafsson, ordförande  
Telefon: 0727 37 60 30  
E-post: ainamonica@hotmail.com  
Hemsida: www.hrf.se/karlskoga-degerfors

Hörselskadades förening  
i Karlskoga-Degerfors

## Välkommen till HRF Karlskoga-Degerfors

Hälsningar

*Monica Gustafsson* ordförande

### Januari

Vi hade planerat att ha en träff för nya medlemmar i slutet av januari. Men måste nu tyvärr flytta fram den på grund av pandemin, troligen till april.

### Februari

**Torsdagen den 17 februari kl 14.00** blir det hörselcafé i lokalen på Skrantahöjdstorget 2. Ta gärna med en vän och kom till oss. Vi tar en fika och pratar om hörselproblem och annat av intresse. Här kan du även köpa batterier till din hörapparat

### Mars

Föreningens **årsmöte är söndagen den 27 mars kl 15.00** i vår lokal på Skrantahöjdstorget. 2. Se separat kallelse i detta blad. Annonser kommer i ortstidningen. Vi bjuder på kaffe. Lotteri med fina vinster. **Anmälan senast 21/3** till Monica 072 737 60 30 eller till Ulla-Britt 073 229 82 73

**Varmt välkomna!**

### April

Träff för nya medlemmar i lokalen på Skrantahöjdstorget. Vi kontaktar dig.

Där får du träffa styrelsen och vi berättar om vår förening och du kan komma med dina frågor. Vi bjuder på kaffe.

### Maj

**Lördagen den 21 maj** gör vi ett nytt försök att besöka Södra Råda Kyrkoplats. Där blir vi guide och får veta mycket om den kyrka som blev nerbränd av en pyroman den 12/11 2001. En ny kyrka är nu uppbyggd. Vår guidning börjar 10.30 (25 personer). Vi åker från Karlskoga ca 09.15. Efter guidningen och att vi sett oss omkring åker vi till Sjötorp för lunch.

**Anmälan till Monica 072 737 60 30 senast 12 maj.**

**I mån av plats kan övriga medlemmar från distriktet delta.**

**Nyhet! Bowling:** 10 maj kl. 18-19 i Karlskoga JPM bowling. Ledare är Marianne Persson och Anna-Carin Lomm. Anmälan till kansliet senast 2 maj. 20 kronor/medlem betalas på plats. (kansliet: orebrolan@hrf.se /073-0629367)

### Kontaktuppgifter

Monica Gustafsson 072-737 60 30 ainamonica@hotmail.com

Ulla-Britt Svensson 073-229 82 73 ullabritt1954@hotmail.com

**OBS!** Har du slut på batterier så ring till Monica 072-737 60 30 så ordnar vi det på bästa sätt.



Hörselskadades förening  
i Sydnärke

Kontaktperson: Ewa Larsson, ordförande  
Telefon: 0703 79 48 33  
E-post: ewa\_vidi@hotmail.com  
Hemsida: www.hrf.se/sydnarke

## Välkommen till HRF Sydnärke

### **Kallelse till HRF Sydnärkes årsmöte**

**Tid: lördag den 26 mars kl. 14-16**

Plats: Kyrkans Hus i Fjugesta. Vi bjuder på kaffe och landgång.

**Anmälan senast onsdag den 23 mars** till Ulla Kristina Fintling tel: 070-6488430

När det här skrivs så får vi vara max 20 i lokalen. Är det någon som vill följa mötet via zoom kan vi ordna det. Mejla till ewa\_vidi@hotmail.com så skickar jag en länk till mötet.

### **Batteriförsäljning**

#### **Lekeberg**

**Doris Eriksson tel: 070-691 33 20**

Vi finns även i Kyrkans Hus Fjugesta några lördagar i vår.

Datum: **12 februari, 2 april, 11 juni samt 13 augusti. Tid: kl 11.00-12.30**

#### **Kumla**

**Pär Oscarsson tel:070-5796120**

**Åsa Berg Oscarsson tel:073-1820352**

#### **Åsbro**

Den som vill köpa batterier i Åsbro kan höra av sig till Sonja Cederlöf genom sms 070-573 24 97, mail cederlof.sonja@telia.com eller ringa/sms till Eva Gunnarsson i Askersund.

#### **Askersund**

**Eva och Leif Gunnarsson tel:070-5188074**

Finns i väntjänstens lokal, Linden, Askersund på onsdagar mellan kl: 10-12

#### **Cafémöten i vår**

Vi kommer först att besöka de medlemmar vi har i Hallsbergs kommun, brev kommer att skickas ut om tid och plats senare. Senare i vår planerar vi besök även Kumla Askersund Åsbro och Lekeberg om pandemin tillåter det.

## **Höstupptakt för distriktet**

**Den 3 september kl. 11.00.**

I år besöker vi 1900-talsmuseet i Sannahed utanför Kumla. Vi planerar att äta lunch på restaurang Goda rum i Kumla sjöpark.



**Hörselskadades förening  
i Örebro**

Kontaktperson:	Birgitta Svensson, ordförande
Telefon:	0735 89 01 64 (endast sms)
E-post:	birgitta_svensson50@hotmail.com
Hemsida:	www.hrf.se/orebro

### **Caféträffar - dagtid**

Vi träffas och fikar tillsammans första måndagen i varje månad.

**Tid:** kl. 15.00. **Plats:** Konditori Vasa (hörnet av Drottninggatan/Vasagatan)

**Datum:** 7 februari, 7 mars, 4 april, 2 maj samt 13 juni

### **Guidad visning av Kulturkvarteret i Örebro**

Vi får en rundvandring i det nya fina Kulturhuset och information om olika verksamheter som finns där.

**Tid:** fredag den 18 februari kl.15 **Plats:** Samling i stora entrén med ingång från lilla "torget" bakom Konserthuset

Anmälan: senast den 16 februari till Sif på kansliet tel. 073-0629367 eller orebrolan@hrf.se

### **Träff för nya medlemmar**

Vi har under de senaste åren fått ett antal nya medlemmar vilket är glädjande. Det är roligt att få ett ansikte bakom alla namn och vill därför bjuda in alla som är nya i vår förening. Vi berättar lite om HRF och om vår verksamhet.

Verksamhetschef Anneli Johansson och ytterligare någon medarbetare besöker oss och kommer att presentera verksamheten vid Audiologiska kliniken och vilka insatser som erbjuds patienter och anhöriga. Det finns också möjlighet att ställa frågor till dem.

Nya medlemmar (2019–2021) kommer att få en separat inbjudan men vi vill även ge möjlighet för medlemmar som varit med längre att komma till träffen.

**Tid:** Tisdagen den 8 mars kl. 18-20

**Plats:** Föreningarnas hus, Slottsgatan 13 Örebro

**Lokal:** Ateljén

Anmälan: senast torsdag den 3 mars till Sif på kansliet.

### **OBS! OBS! Kallelse till Örebroföreningens årsmöte**

Vi hoppas på stor uppslutning vid vårt årsmöte. Det är ju ett tillfälle för medlemmarna att påverka föreningens arbete. Vi presenterar förslag till verksamhetsplan och budget och här har du som medlem möjlighet att göra din röst hörd.

**Tid:** Lördag den 19 mars kl. 14-17

**Plats:** Föreningarnas hus, Slottsgatan 13

**Lokal:** Ateljén Vi bjuder på underhållning och fika. Lotteri.

Anmälan senast onsdag den 16 mars till Sif på kansliet.

### **Historisk visning av Karlslund**

Karlslunds herrgård och dess trädgård är en oas strax utanför Örebro. Men området har också en spännande historia och var förr ett eget litet samhälle med många olika verksamheter. Kom med på en guidad visning på ca 1 timme i maj då naturen är som vackrast.

**Tid: Lördag den 14 maj kl.14**

Plats: Samling vid Herrgårdens stora entré.

Ta med eget fika. Anmälan senast den 12 maj till Sif på kansliet.

**Konst i det fria**

Hösten 2021 fick vi en uppskattad visning av konstverken i Örebro Stadspark. Dessvärre hann vi bara se delar av alla de konstverk som finns i parken. Flera har efterfrågat ytterligare en visning där vi får se och höra om de resterande verken. Vår guide, Fredric Skargren, har tackat ja till ytterligare en visning och det gläder oss. Efter guidningen finns möjlighet att äta el. fika tillsammans på Stadsträdgården eller i Wadköping.

**Tid: Lördag den 20 augusti kl. 11**

Plats: Samling vid Stadsparkens entré vid Floragatan.

**Stipendium att söka**

Medlemmar i Hörselskadades förening i Örebro har möjlighet att söka stipendium för kurser, studieresor, konferenser, forskning och annat som främjar den/de hörselskadade.

Maximalt belopp är 5 000 kr.

Ansökan ska vara skriftlig. I ansökan ska anges för vilken aktivitet/verksamhet som stipendiet söks, önskat belopp och tidsplan. Stipendiat förväntas inkomma med rapport över hur stipendiet disponerats.

**Ansökan senast den 31 mars skickas till:**

Hörselskadades förening, Mellringevägen 120 B, 703 53 Örebro

**Aktiviteter för alla medlemmar**

**Curling** Om intresse finns för att vi ska ordna Curling, så anmäl detta till kansliet senast 28 februari, så tittar vi på detta och meddelar de som anmält intresse vilket datum vi anordnar detta.

Kansliet: orebrolan@hrf.se Tfn nr: 073-062 93 67

**Data/IT** grundläggande kunskaper för att kunna hantera en dator.

Om intresse finns för att vi ska ordna ännu en Data/IT-kurs så anmäl detta till kansliet senast 28 februari, så tittar vi på detta och meddelar de som anmält intresse vilket datum vi anordnar detta.

Kansliet: orebrolan@hrf.se Tfn nr: 073-062 93 67

**TS kurs** Teckenspråk som följer svenska grammatiken, fler tecken än Tecken som stöd (TSS), men som inte har teckenspråkets grammatik. Om intresse finns för att vi ska ordna en TS kurs, så anmäl detta till kansliet senast 28 februari, så tittar vi på detta och meddelar de som anmält intresse vilket datum vi anordnar detta.

Kansliet: orebrolan@hrf.se Tfn: 073-062 93 67

**Caféträffar kvällstid**

Andra o tredje torsdagen från och med februari. **Kl. 17.30 på JAVA, Kungsgatan 9 Örebro.**

Ingen föranmälan.

För datumet 10 februari, håll koll på vår hemsida //hrf.se/orebro/ och vår Facebook grupp Hörselskadades förening i Örebro

Övriga datum: **17 februari, 10 mars, 17 mars, 14 april, 21 april, 12 maj, 19 maj, 9 juni samt den 16 juni** då vi istället träffas på Stadsträdgården i Örebro kl. 17.30.

## Promenad

**13 februari Kl. 13.00 Karlslund.** Mötesplats vid första parkeringen före stallet. Det blir ca 1 timmes promenad. Medtag fika. **Anmälan** senast 8 februari till kansliet.

Kansliet: orebrolan@hrf.se Tfn nr: 073-062 93 67

Ledare Mika Vidinghoff. Sena avhopp anmäls till Mika på sms 0733-644 188.

**15 maj, Oset kl. 13.00** Mötesplats vid reningsverket. Det blir ca 1 timmes promenad. Medtag fika.

**Anmälan** senast 10 maj till kansliet.

Kansliet: orebrolan@hrf.se Tfn nr: 073-062 93 67

Sena avhopp anmäls till Mika på sms 0733-644 188.

## Guidad promenad i Garphyttans nationalpark

**4 juni kl. 11.00** med guide Tomas Gustafsson från Länsstyrelsen i Örebro

Anmälan till HRFs kansli senast 30 maj för eventuell samåkning

Mejl: orebrolan@hrf.se Tfn: 073-062 93 67

Medtag fika!

## Restaurangträffar

Ledare Mika Vidinghoff

**3 mars Grekiska kolgrillsbaren,** Klostergatan kl. 18.30.

**Anmälan** till kansliet senast 23 februari

Mejl: orebrolan@hrf.se Tfn: 073-062 93 67

**20 april Stallyktan Kl.18 30.** **Anmälan** till kansliet senast 12 april.

Kansliet: orebrolan@hrf.se Tfn nr: 073-062 93 67

**24 maj Stadsträdgårdens restaurang Kl.18 30.** **Anmälan** till kansliet senast 16 maj. Kansliet:

orebrolan@hrf.se Tfn: 073-062 93 67

## Textad teater med Lekebergs revysällskap

Musikalisk fars: **Stjärnorna på fortet**

**5 och 6 mars, 12 och 13 mars, 19 och 20 mars, 26 och 27 mars**

**Alla föreställningarna är textade.**

Kostnad 350 kr förrätt, middag och kaffe ingår.

Se även [www.lekebergsrevyn.se](http://www.lekebergsrevyn.se)



## Föreläsning om ljudöverkänslighet och KBT samt Må Bra Dag

**Torsdagen den 7/4 kl. 18-20** föreläsning med Linda Jûris om ljudöverkänslighet och kognitiv beteendeterapi. Linda Jûris är medicine doktor i psykiatri och specialist i klinisk psykologi och har forskat om ljudöverkänslighet och KBT.

**Plats ABF huset Fredsgatan 18, Örebro**, samt digitalt för den som vill sitta hemma och se och lyssna på föreläsningen. Föreläsningen kommer att ske digitalt och visas på ABFs stora skärm. T-slinga, skrivtolk och teckenspråkstolk finns på plats.

Anmälan för digital föreläsning senast 4 april. Mejl med länk skickas dagen innan.

Kansliet: orebrolan@hrf.se 073-062 93 67 **OBS! Föreläsning på plats, ingen föransmälan.**

**Lördag 9/4 kl. 9-15** Föreläsningar, diskussioner och övningar kring ljudöverkänslighet och KBT. Föreläsare Åsa Skagerstrand, Leg. Audionom/Med Dr och affilierad forskare, Claes Möller, professor och Malin Andersson, kurator audiologiska kliniken.

**Plats: ABF huset Fredsgatan 18, Örebro.**

T-slinga, skrivtolk och teckenspråkstolk finns på plats.

Lättare lunch serveras. Meddela eventuella allergier.

**Anmälan senast 25 mars 2022** till Kansliet: orebrolan@hrf.se 073-062 93 67

Kostnad: 40 kr /medlem 80 kr /icke medlem

### Bowling

**22 eller 23 februari** Strike & Co Örebro beroende på om bowlinghallen har öppnat?

Mer information kommer finnas på [www.hrf.se/orebro/](http://www.hrf.se/orebro/) och på vår Facebook sida Hörselskadades förening i Örebro. Anmälan till HRF kansliet senast 14 februari. 20 kr/medlem betalas på plats. Avbokning samma dag, får man erlægga 20 kr i avgift. Kansliet: orebrolan@hrf.se/ 073-062 93 67

**22 eller 23 mars** Strike & Co Örebro beroende på om bowlinghallen har öppnat?

Mer information kommer finnas på [www.hrf.se/orebro/](http://www.hrf.se/orebro/) och på vår Facebook sida Hörselskadades förening i Örebro. Anmälan till HRF kansliet senast 14 mars. 20 kr/medlem betalas på plats. Avbokning samma dag, får man erlægga 20 kr i avgift. Kansliet: orebrolan@hrf.se 073-062 93 67

**23 april kl. 15.00-16.00** Lindesberg arena Bowlinghall. Nyborgsgatan 1.

Ledare Anders Moberg. Anmälan till HRF kansliet senast 19 april. 20 kr/medlem betalas på plats. Avbokning samma dag, får man erlægga 20 kr i avgift. Kansliet: orebrolan@hrf.se /073-062 93 67

**10 maj kl. 18.00-19.00** Karlskoga JPM Bowling. Ledare Marianne Persson och

Anna-Carin Lomm. Anmälan till HRF kansliet senast 2 maj.

20 kr/medlem betalas på plats. Avbokning samma dag, får man erlægga 20 kr i avgift. Kansliet: orebrolan@hrf.se /073-062 93 67

#### **Kontaktuppgifter till kansliet**

HRF i Örebro län  
Mellringevägen 120 B  
703 53 Örebro

E-post: orebrolan@hrf.se

Telefon: 073-0629367

#### **Har du bytt e-postadress eller nyss skaffat en?**

Glöm inte mejla den till både till orebrolan@hrf.se och medlemsregistret@hrf.se