

Kära medlemmar!

I maj var det HRF kongress i Uppsala. Där togs många beslut om vad vi nu ska jobba med fyra år framåt. Nu börjar vårt arbete med att revidera vår verksamhetsplan, som sedan ska gås igenom på våra respektive höstmöten.

Vår duktiga aktivitetsgrupp har jobbat ihop en massa aktiviteter som vi kan vara med på under hösten. Alla medlemmar är välkomna på alla aktiviteter oavsett vilken lokalförening man tillhör. Titta i aktivitetskalendern som finns med i Infobladet så ni inte missar något!

Vi fortsätter även i höst med ”Att bli vän med dina hörapparater”. Nu är det Askersund som får besök av oss och första träffen är den 8 september. Kumla står på tur sedan. Vi träffas fem gånger och lär oss av varandra. Samtalsträffarna är väldigt givande. Ett stående problem är att parkoppla mobilen med hörapparaten. Lite tankar och funderingar finns om man kan ha en kontaktperson på varje ort som kan hjälpa till med det? Kom gärna med förslag och idéer.

En del kommuner har personer som hjälper till med datorer och Ipad; kanske kan dessa personer hjälpa till? Hör efter med din kommuns kontaktcenter eller Servicecenter!

I Askersund får hörselombudet fortsätta med hörselcaféträffar en gång i månaden på Smedsgården, för allmänheten även under hösten. De hjälper till med byte av slangar, domer och filter. Glöm bara inte att ta med reservdelarna till din egen hörapparat. Vilka datumträffarna är finns i aktivitetskalendern.

I höst kommer vi att anordna en träff i Nora för medlemmar i norra länsdelen. Vi har även bjudit in lokalföreningarna inom SPF och PRO i Nora med omnejd. Vi kommer bland annat diskutera vilka frågor som kan lyftas i det kommunala brukarrådet men också informera om HRFs verksamhet.

Sedan har vi teater i Fjugesta den 18 oktober samt julbord i Örebro den 12 december, -missa inte det. Mer information finns längre fram i bladet.

Infobladet skickas ut via mejl numera men vi saknar fortfarande många mailadresser. Hör gärna av dig om du har mejl. Vill du ändå ha Infobladet i pappersform så hör av dig till kansliet.

För Örebrodistriktet/distriktsstyrelsen genom ordförande

Ewa Larsson

Varmt välkommen!





**Hörselskadades förening
i Karlskoga-Degerfors**

Kontaktperson:	Siv Björk Kjellgren
E-post:	siv.bjorckkjellgren@bahnhof.se
Telefon:	070-422 21 69
Hemsida:	www.hrf.se/karlskoga-degerfors

Hej och välkomna till HRF Karlskoga – Degerfors!

Tillsammans med DS Aktivitetsgruppen har vi en spännande tid framför oss.

Vad säger du om Caféträff för daglediga, eller Restaurangträff på kvällstid?

Läs gärna aktiviteterna under rubriken Aktiviteter för alla, där finns många roliga saker.

HÖSTENS PROGRAM

2 oktober klockan 13.00 – 16.30 Anhörig- och äldredagen i Karlskogas Folkets Hus (ingång Källaren).

Där finns många utställare både kommunala och föreningar som vill marknadsföra sig. Samt föreläsning.



10 oktober klockan 14.00, Caféträff på Manal's i Degerfors.
Medborgargatan 12 i Degerfors. Vi sitter och pratar tar en kaffe/te och
tillbehör efter egen smak som man betalar för själv.

15 oktober klockan 14.00 ses vi på Nickkällan, Hantverksgatan 5 i Karlskoga
där vi ska försöka hjälpa boende, anhöriga, personal och övriga besökare med hörapparater.
Slår det väl ut återkommer vi med ny dag och tid på hemsidan.



16 november klockan 15.00 har vi Höstmöte i lokalen vid Skranta torg eller
Skogrudan 2 A där man hittar ingångarna. Det är budget och verksamhetsplan för 2026.

Vi får besök av Kultur- och fritidsförvaltningens chef Magnus Ahlberg som har något trevligt i bakfickan.

Till detta möte vill vi ha in anmälan **senast 10 november**. Anmäl dig till Siv Björck Kjellgren, se ovan.

Varmt välkomna!



21 november klockan 18.30 Restaurangträff på Joan's Cafè och Bistro som ligger vid torget i Karlskoga.
Anmälan senast **15 oktober**. Läs mer information i slutet av infobladet: *Aktiviteter för alla*.

24 februari klockan 14.00 Caféträff Bagarn's brödbod Bergsmansgatan 19 E, Karlskoga

Kolla hemsidan för vi kanske byter till ett nytt café som kommer öppna på Skrantatorget. Vi återkommer
med information om det inte blir på Bergsmansgatan.

Vi hälsar gamla som nya medlemmar välkomna till våra aktiviteter!



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

Hörselskadades förening i Sydnärke

Hej alla medlemmar!

Nu har snart sommaren återigen passerat och höstens färgprakt står för dörren. Det innebär att vi nu startar upp höstens aktiviteter. Det känns dock som att vi kommer att få njuta av värme ett tag till vilket vi gärna gör 😊

Vi kommer som vanligt ha en del aktiviteter i höst. Seniorveckan kommer att erbjuda aktiviteter som hörselcafé, hörselbrustest och samkväm. Se kalendariet för exakta dagar och tider i vårt område.

Hörselveckan kommer att innehålla caféverksamhet i Kumla och teater i Lekeberg.

I februari kommer det återigen arrangeras en restaurangträff i Kumla.

Vi hoppas att ni ska hitta något som passar er och att vi ses under höstens aktiviteter.

Vi vill passa på att påminna om att det finns möjlighet på alla vårdcentraler att skicka trasiga hörapparater till audiologiska kliniken om man inte har möjlighet att åka dit själv. Personalen på Vårdcentralen skickar och sedan skickas apparaterna direkt hem till dig när reparationen är klar.

Vi kommer att fortsätta sälja batterier ett tag till, men då fler och fler nu får uppladdningsbara hörapparater överväger vi att till en början minska på batterilagret och i förlängningen avsluta försäljningen av batterier.

HRF Sydnärke

Vice ordförande *Åsa Berg Oscarsson*

Hörapparatsbatterier



Kontakt för köp av batterier tid utöver våra caféträffar:

Pär Oscarsson: 070-579 61 20

Doris Eriksson: 070-691 33 20

FIKATRÄFF I KUMLA

Vill du vara med och ta en fika tillsammans i Kumla under hörselveckan.

Vi träffas, tar en fika och utbyter erfarenheter och umgås.

När: 15 oktober

Var: Vasa konditori Kumla (gamla Sveas)

Adress: Hagendalsvägen 7, Kumla

Kl: 16.00-18.00

Välkommen 😊

Du hittar oss med våra svarta eller röda tröjor.



HÖRSELCAFÉ I FJUGESTA

På Träffen, Storgatan 10, Fjugesta

Våra caféträffar blir tre tisdagar i höst.

När: **19 augusti, 7 oktober och 2 december 2025.**

Kl: **14.00-15.30**



Kom och prata hörsel med oss! Några av kommunens hörselombud kommer också att vara med.

Vi hjälper till med slangbyte med mera. Du kan även få hjälp med din app i telefonen så den blir kopplad till din hörapparat.

Vi bjuder våra medlemmar på fika. Batteriförsäljning.

AKTIVITETER UNDER SENIORVECKAN

30 september kl. 10.30-12.30: HRF Sydnärke är med på minimässa på Sjöängen i Askersund

1 oktober kl. 13.00 till 16.00: HRF Sydnärke är med på pepparpeppar dagen i Lekebergskyrkan i Fjugesta.

HÖRSELTEST

Catharina Jacobsson och Lars Ove Wren har hörseltest:

29 september kl. 10.00–12.00 på Västergården, Trafvenfelts väg 20 i Askersund

1 oktober mellan 10.00–12.00 Tallbackskyrkan, Movägen 2 i Åsbro



Träff med HRF på Kvarngården, Skolgatan 6 i Kumla

Välkomna att träffa oss på Kvarngården, sista onsdagen september,

Oktober och november. Vi hjälper till med lättare problem med hörapparaterna,

Säljer batterier och pratar hörselfunderingar, har med information om hörsel

Datum 24/9, 29/10 och 26/11

Kl. 10.00 – 11.30

Plats: Kvarngården Kumla. Skolvägen 6 i Kumla

Från i höst kommer man kunna ge ett valfritt bidrag i samband med att hjälp ges med hörapparaterna.

Kontaktpersoner:

Pär Oscarsson tfn: 070-579 61 20

Åsa Berg Oscarsson tfn: 073-182 03 52

VÄLKOMMEN!!



**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

Plats: Vasa konditori, Stortorget Örebro

Datum: 1 september, 6 oktober, 3 november, 1 december, 12 januari och 2 februari



Örebroföreningens Höstmöte

Lördag den 29 november kl. 14-17

Plats: Föreningarnas hus (Ateljén), Slottsgatan 13

På Höstmötet brukar vi summera verksamhetsåret och även presentera styrelsens förslag till Verksamhetsplan för kommande år. Ge tips och förslag på olika aktiviteter som du skulle vilja att vi ordnar.

Vi brukar ha en kort föreläsning innan mötet. I år kommer vår medlem, Bengt Isacson, att berätta om sitt engagemang som nämndeman i Göta hovrätt.

Vi bjuder på fika i Husets café.

Anmälan senast **tisdag den 25 november** till Sif på kansliet. Tel. 073-0629367 eller via e-post: orebrolan@hrf.se

HÖRSELTRÄFF I NORA

Måndag den 6 oktober kl. 18-20

Plats: Församlingshemmet, Kungsgatan 12

I Nora kommun finns ett brukarråd (Kommunala rådet för funktionsnedsatta) där kommunen kan ha en dialog med företrädare för olika organisationer. HRF har nu fått en representant i rådet. Det är vår medlem bjarne sundström som är bosatt i Nora.

Eftersom vi inte har någon lokalförening för HRF i Nora så är medlemmar automatiskt anslutna till Hörselskadades förening i Örebro. Vi vill nu bjuda in de medlemmar som är bosatta i Nora med omnejd till en dialog kring hörselfrågor. Vilka frågor vill ni skicka med bjarne till rådet? I vilka situationer kan det vara problematiskt att delta för oss som hör dåligt? Finns det teleslingor i kommunens offentliga lokaler? Kan vi ta del av samhällsviktig information? Vår representation i rådet ger oss möjlighet att påverka.

Vi berättar även om HRF och verksamheten vi bedriver, både nationellt och lokalt.

SPF och PRO i Nora har också bjudits in till träffen. Vi bjuder på fika.

Anmälan senast onsdag den 1 oktober till HRF:s distriktskansli.

Tel. 073-0629367 eller via E-post: orebrolan@hrf.se

VARMT VÄLKOMMEN!

HÖRSELVECKAN 2025, 13–19 oktober

Örebro kommuns Syn- och hörselkonsulenter är ett stöd för dig som har en syn- eller hörselnedsättning.

De kan erbjuda till exempel:

- Information och tips om olika hjälpmedel
- Hjälp vid träning med syn- och hörselhjälpmedel
- Service på hörapparater
- Information om samhällsservice, föreningar och aktiviteter

Ingela Öhrling Loiske och Shima Jafari berättar mer om sitt arbete och vad de kan hjälpa till med.

Fredag den 17 oktober kl. 10-12

Plats: Föreningarnas hus, lokal Ateljén, Slottsgatan 13 Örebro

Det finns möjlighet att köpa fika i Husets Café.

Varmt välkommen önskar **Hörselskadades förening i Örebro**

Aktiviteter för alla medlemmar i Örebro län

DS Aktivitetsgruppen har ordet

Hösten kom med stormsteg. Nu har vi kört i gång!

Alla aktiviteter hittar du här i infobladet och på våra hemsidor. Vill du bli påmind vad som är på gång?

På Facebook har vi 2 grupper.

Hörselskadades förening i Örebro hittar du alla aktiviteter i hela länet.

Hörselskadades förening i Karlskoga-Degerfors hittar du alla aktiviteter i närområdet

HRF Sydärke visar alla aktiviteter i närområdet.

Vi har precis inlett samarbete med UH = Unga Hörselskadade. Läs mer i deras text nedan.

Alla är VÄLKOMNA oavsett ålder, skostorlek och vilken förening i HRF man tillhör.

I Örebro Län har vi aktiva medlemmar från 32 år och uppåt. Och DU är VÄLKOMMEN!!

Våra ledare har svarta eller röda tröjor med HRF tryck på, så du enkelt ska hitta oss.

Vill du ha kontakt? Mejla kansliet: orebrolan@hrf.se

Varmt välkommen önskar DS Aktivitetsgruppen genom Susanne Nyberg.



unga

hörselskadade

Unga Hörselskadades Mitt (UH Mitt)

Lokalföreningen för alla som är 0–30 år, i mellersta Sverige, med hörselskada. Vi ordnar olika aktiviteter för att träffas och gemenskap. Vi vill att alla ska känna sig välkomna, oavsett graden av hörsel.

Just nu planerar vi för nya spännande aktiviteter! (biobesök, JumpYard, höghöjdsbanan vid Sörbybacken, gokart. Besök på Gustavsvik/Lost City och Kokpunkten för bad och vattenlek samt Leos Lekland, för att nämna några) Håll utkik på vår hemsida, där vi uppdaterar med exakta datum och mer information

Läs på Unga Hörselskadades centrala hemsida www.uh.se/kalender (där ser du hela Sveriges aktiviteter)

Du kan även följa UH Mitt på Instagram: @uh_mitt / kika gärna in på Tiktok @unga_horselskadade

Vi ser fram emot att träffa dig på våra kommande aktiviteter i Unga Hörselskadade UH Mitt!

HÄLSOBRO GYM Stark hela livet Vi fortsätter vår träning även i höst.

Torsdag kl. 11 med start den 25 september på Hälsobro, Manillagatan 10

I höst blir det 10 tillfällen. Gruppträning med ledare med fokus på styrka och balans.

Du köper ett klippkort som kostar 820 kr. HRF sponsrar med 220 kr så du betalar 600 kr. Man behöver också ett medlemskort som kostar 100 kr och som gäller ett år. Där ingår en försäkring. Du som köpte medlemskort under våren kan använda det även i höst.

Anmälan om deltagande till kansliet senast den 19 september. Mejl: orebrolan@hrf.se

Vill du veta mera om Hälsobro och verksamheten där kan du gå in på hemsidan www.halsobro.se
Det är aldrig för sent att börja träna! Hoppas vi ses där i höst!

Passar starten i oktober bättre? Kika längre ner cirkelträning kvällstid på Friskis o Sveltis!



GEOCACHING

Lördag 4 oktober. Kl 10.00 vid hundrastgården vid Lundby IP Örebro.

Vi tar en tur i Lundbyskogen och testar både en multi och flera traditionella.

Anmälan till Veronika på 073-516 16 36 senast den 2 oktober.

”Geocaching är som en riktig skattjakt med GPS!

Det finns små gömda skatter nästan överallt – i skogen, i stan och ibland precis där man minst anar det. Med en mobil eller GPS får du ledtrådar till var de finns, och när du hittar en får du skriva ditt namn i en loggbok. Det är som att vara en modern pirat eller detektiv på äventyr!”

Söndagen 19 oktober kör vi en annan variant i City. Den heter Adventure Lab.

Vi träffas vid kanonerna vid ingången till Örebro Slott kl 13.00.

Anmälan till Veronika på 073-516 16 36 senast den 17 oktober.

👉 ”Adventure Lab är en skattjakt i mobilen. 📱

Man går till olika platser, får en fråga eller uppdrag på varje ställe och när man svarar rätt låser man upp nästa plats. Det blir som en spännande runda där man upptäcker nya saker!”

Båda varianterna kräver att du har en mobil som fungerar på **mobildata** etc.

Jag hjälper till att ladda ner rätt app på plats vid respektive tillfällen.

Varmt Välkommen önskar Veronika

Du hittar Veronika lätt på båda platserna i hennes röda HRF tröja!!



CIRKELTRÄNING - Kvällstid

Vill du förbättra din allmänna hälsa, kondition och muskulära styrka på ett tids- och kostnadseffektivt sätt?

Kom och testa, cirkelträning med oss! Man anpassar maskinerna till sin egen förmåga.

START: Tisdag 7 oktober (5 gånger)

Kl: 18:50-19:50

Friskis & Sveltis Holmen/Väster Smidesgatan 2 Örebro.

Pris beroende på antal. Avgiften meddelas innan start. Maxantal 18

Intresseanmälan gör du till kansliet: Mejl orebrolan@hrf.se senast **1 oktober 2025**

Vi hjälps åt allihop för att få till allt på bästa möjliga sätt med både träningen och kommunikation.



Kom precis som du är – detta är kravlös träning.

Varmt Välkommen

önskar Bengt och Malin

GOKART I ÖREBRO BY JUMPYARD

Vi kör FunRace på Örebro Gokart by JympYard

Lördagen den 11 oktober 2025

Vi samlas kl. 16.25 på

Adress: Skomaskinsgatan 2, 702 27 Örebro

VUXNA:

Medlemmar/familjemedlemmar: 300 kr

Icke medlem: 429 kr

BARN (13–17 år):

Medlem/familjemedlem: 99 kr

Icke medlem: 199 kr

BARN (7–12 år)

Medlemmar/familjemedlemmar 69 kr

Icke medlem 169 kr

Barn 13–17 år får välja om de vill köra

Vuxen heat (199 kr/99kr)

eller om de vill köra

Barn heat (169/69 kr)

(OBS viktigt att hänsyn tas till de yngre).

I år får både barn och vuxna köra 2 race/heat.

Det blir 2 vuxen heat och 2 barn heat

Anmäl dig och BETALA till kansliet senast 1 oktober

mejla: orebrolan@hrf.se

Betala till BG-nr 5471–5834.

Märk inbetalning med "GoKart" och ditt namn

Problem att hitta eller har frågor kontakta

Patrik Högnelid tal/sms: 076 - 317 53 19

Du ser oss i våra röda eller svarta HRF-tröjor.

Välkommen önskar ledare Patrik och

REVY I FJUGESTA

Den 18 oktober på Hörselskadades dag firar vi med att åka till Sparbanksbörsen i Fjugesta.

De har satt upp Carin Mannheimers rosade komedi om tre kvinnor i sina bästa år, "I SISTA MINUTEN", eller snarare förbi sina bästa år. Nu blev det bråttom med att hinna bo i kollektiv, bli förälskade och byta yrke och det är i sista minuten.

Det är textat och det finns även hörslinga.

Pris för medlem: 445 kr

Pris för ej medlem: 495 kr

I priset ingår varmrätt och kaffe och kaka.

Varmrätten består av klassisk slottsstek med rostade rotsaker, gräddsås och pressgurka.

20 biljetter är bokade och först till kvarn samt senast 18 sept.

Anmäl dig till Sif på kansliet: orebrolan@hrf.se



BOWLING PÅ STRIKE & CO I ÖREBRO

Vi träffas och spelar bowling tillsammans på Strike & Co, Nastagatan 11, Örebro
(Anmälan senast en vecka före. Begränsat antal platser, så anmäl dig redan idag).

Vi samlas kl. 17.45 för byte av skor, val av klot och betalning till ledaren.
(Blir du sen, meddela ledare Ulliz Hagberg 076-116 77 29 (sms) före kl. 17.45).

*Tisdag 23 september 2025 kl. 17.45 är redan fullbokad,
men kom och umgås!*

Torsdag 23 oktober 2025, kl. 17.45.
Anmälan senast 16/10

Torsdag 27 november 2025, kl. 17.45.
Anmälan senast 20/11

Torsdag 29 januari 2026, kl. 17.45.
Anmälan senast 22/1

Torsdag 26 februari 2026, kl. 17.45.
Anmälan senast 19/2–2026



Efter spelet, så sitter vi ner tillsammans och fikar/äter för de som vill.
Fika/mat betalar man själv.
Vi brukar ha trevligt och sitta fram till kl. 20-20.30.

Max 15 platser.
Så först till kvarn.
Detta är en populär aktivitet, så vänta inte, då den blir fullbokad fort.

Anmäl dig direkt till ledare
Ulliz Hagberg (sms) 076-116 77 29

Kostnad 40 kr/person.

Medlemskrav?
Första gången får man prova utan att vara medlem, därefter medlemskrav, då HRF sponsrar aktiviteten. (Som medlem är Du försäkrad till/från och under våra aktiviteter).

Regler:
Anmälan senast 1 vecka före.
Begränsat antal platser. Se till att boka redan idag!!

Avbokningsregler:
Avbokning direkt till ledare via sms senast söndag innan.
Vid avbokning efter söndag, får man swisha avgiften (40 kr) till ledare.

Varmt Välkommen önskar ledarna Ulliz och Jonas

RESTAURANGTRÄFFAR i Örebro Län

Vi i restauranggruppen välkomnar alla medlemmar till olika restauranger i länet. Vårt mål är att vi ska försöka besöka olika orter där vi har HRF-medlemmar.

OBS! ANMÄLAN görs till Mika Vidinghoff via sms: 0733–644 188



19 september 2025 kl. 18.30. Alessandros Svampen, Mejerivägen 16, Örebro

Anmälan senast 14 september

21 november 2025 kl. 18.30. Joan's bar & bistro. Torget 6A, Karlskoga

Anmälan senast 16 november

20 februari 2026 kl. 18.30. Grekiska Grill och bar, Köpmangatan 14, Kumla

Anmälan senast 15 februari 2026

BLOMSTERDEKORATIONER - INTRESSEANMÄLAN

Få tips om hur du kan göra egna blomsterarrangemang. Kanske en krans till jul?

Vi har möjlighet att lära oss mer av Gullvivans Blomsterhandel, Köpmangatan 15 i Örebro. De kan ta emot oss någon kväll, efter stängningsdags, någon gång i slutet på november.

Blir vi 8 deltagare kan vi räkna med ca 200 i kursavgift per person.

Vill du göra något eget alster så tillkommer materialkostnaden.

Hör av dig till kansliet mejl: orebrolan@hrf.se om du är intresserad. Vi återkommer med mera info senare.



JULBORD I ÖREBRO

Välkomna på Julbord tillsammans med oss!

Fredag den 12 dec 2025 Kl. 18.00

Plats: Hantverksföreningens hus i Örebro Adress: Engelbrektsgatan 6 Örebro

Pris: HRF medlem: 300 kr. Ej medlem: 400 kr.

Anmälan till kansliet **senast 9 december 2025**

orebrolan@hrf.se

Inbetalning till BG nr 5471–5834.

Märk inbetalningen med Julbord och ditt namn. Välkommen att äta julmat, spela QUIZ och umgås och ha trevligt tillsammans. Här sker kommunikationen på dina villkor. VÄLKOMMEN!



CURLING

Välkommen att vara med och testa Curling.

Vi samlas i ishallen på Trängen Örebro för att testa Curling tillsammans.

Vi är ca 8 st på en bana, så först till kvarn.

Datum 11 februari 2026

Tid: 18.00

Kostnad 40 kr

Klädsel: Varma kläder, som passar för rörelse i en ishall.

Du får låna skor och hjälm på plats.

Efteråt finns det lite fika för de som vill

Anmälan senast 6 februari 2026 till kansliet. Mejl: orebrolan@hrf.se



SEP

18	Anmälan Revy	Till orebrolan@hrf.se	
19	Restaurangträff	Alessandros pizzeria, Mejeritorget 12B	Örebro
23	Bowling	Strike & Co, Nastagatan 11	Örebro
24	Träff med HRF	Kvarngården, Skolgatan 6	Kumla
25	Träning dagtid	Hälsobro, Manillagatan 10	Örebro
29	Hörseltest	Västergården, Trafvenfelts väg 20	Askersund
30	Minimässa Sjöängen	Drottning Kristinas väg 2	Askersund

OKT

1	PepparPeppardagen	Lekebergskyrkan, Kyrkvägen 6	Fjugesta
1	Hörseltest	Tallbackskyrkan, Movägen 2	Åsbro
1	Anmälan GoKart	Till orebrolan@hrf.se BETALA också	
1	Anmälan Träff Nora	Till orebrolan@hrf.se	
1	Anmälan GeoCaching	Till Veronika 073-516 16 36	
1	Anmälan Cirkelträning	Till orebrolan@hrf.se	
2	Anhörig- äldredagen	Folkets Hus, Kungsgatan	Karlskoga
4	GeoCaching	Lundby IP Hundrastgård, Dolomitv.120	Örebro
6	Caféträff Dag ÖRE	Wasa Stortorget (Gamla Sveas)	Örebro
6	Hörselträff NORA	Församlingshemmet, Kungsgatan 12	Nora
7	HörselCafè	Träffen, Storgatan 10	Fjugesta
7	Cirkelträning	Friskis & Sveltis Holmem/Väster	Örebro
10	Caféträff Dag DGF	Manal's Medborgarg. 12	Degerfors
11	GoKart by JumpYard	JumpYard Skomaskinsg. 2	Örebro
15	Hjälp med hörapparater	Nickkällan, Hantverksg. 5	Karlskoga
15	Fikaträff KUMLA	Vasa konditori Hagendalsv 7	Kumla
16	Sista anmälan Bowling	Sms till ledare Ulliz 076-116 77 29	
17	Anmälan GeoCaching	Sms till Veronika 073-516 16 36	
17	Syn- o hörselkonsulent	Föreningarnas Hus, Atelje, Slottsg 13	Örebro
18	Revy "I sista minuten"	Sparbanksbörsen Vallg. 43	Fjugesta
18	UH-Gustavsvik	Mer info UH:s hemsida	
19	GeoCaching	Örebro Slott, ingången vid kanonerna	Örebro
23	Bowling	Strike & Co, Nastagatan 11	Örebro
29	Träff med HRF	Kvarngården, Skolgatan 6	Kumla

NOV

3	Caféträff Dag ÖRE	Wasa Stortorget (Gamla Sveas)	Örebro
7	Intresseanmäl Blomarr	Kansliet mejl: orebrolan@hrf.se	
8	UH – Jump	Mer info UH:s hemsida	
10	Anmälan till Höstmöte	i Karlskoga-Degerfors föreningen	
16	Höstmöte KGA-DGF	Skranta Torg/Skogsrundan 2A	Karlskoga
16	Sista anmäla Rest.träff	Sms till ledare Mika 0733–644 188	
20	Sista anmälan Bowling	Sms till ledare Ulliz 076-116 77 29	
21	Restaurangträff	Joan's Café & Bistro	Karlskoga
25	Anmälan till Höstmöte	i Örebroföreningen	
26	Träff med HRF	Kvarngården, Skolgatan 6	Kumla
27	Bowling	Strike & Co, Nastagatan 11	Örebro
29	Höstmöte Örebrofören.	Föreningarnas Hus, Slottsg. 13	Örebro

DEC

1	Caféträff Dag ÖRE	Wasa Stortorget (Gamla Sveas)	Örebro
2	Hörselcafé	Träffen, Storgatan 10	Fjugesta
9	Sista anmälan Julbord	mejl: orebrolan@hrf.se och BETALA	
12	Julbord	Hantverksfören Hus, Engelbrektsg. 6	Örebro
18	UH – Bio Avatar	Mer info UH:s hemsida	

2026

JAN

12	Caféträff Dag ÖRE	Wasa Stortorget	Örebro
28	Batteriförsäljning	Kvarngården, Skolgatan 6	Kumla
22	Sista anmälan Bowling	Sms till ledare Ulliz 076-116 77 29	
29	Bowling	Strike & Co, Nastagatan 11	Örebro

FEB

2	Caféträff Dag ÖRE	Wasa Stortorget (Gamla Sveas)	Örebro
6	Sista anmäl Curling	Kansliet mejl: orebrolan@hrf.se	
11	Curling	Trängen Idrottsplats, Karlsg. 62	Örebro
15	Sista anmäl Rest.träff	Sms till ledare Mika 0733–644 188	
19	Sista anmälan Bowling	Sms till ledare Ulliz 076-116 77 29	
20	Restaurangträff	Grekiska Grill och Bar Köpmang. 14	Kumla
24	Caféträff Dag KGA	Bagarn's Brödbod, Bergmansg 19 E	Karlskoga
25	Batteriförsäljning	Kvarngården, Skolgatan 6	Kumla
26	Bowling	Strike & Co, Nastagatan 11	Örebro

Kontaktuppgifter till kansliet

HRF i Örebro Län
Mellringevägen 120 B
703 53 Örebro

www.hrf.se/orebrolan

E-post: orebrolan@hrf.se
Telefon: 073-062 9367

Har du bytt e-postadress eller nyss skaffat en?

Kom ihåg att mejla den till både
orebrolan@hrf.se och
medlemregistret@hrf.se