

## Ordförande har ordet

Nu är det så dags igen för mörka kvällar och när vi vaknar är det frost på marken. Vi plockar fram våra lyktor och stakar och tänder levande ljus. Det ger oss både mys och ro för själen.

Föreningsarbetet har nu varit intensivt, med senaste veckans "Hörselvecka" som avslutades i lördags med "Hörselskadades dag". Vet att alla föreningar varit aktiva med olika arrangemang under veckan. "Hörseltest i brus" har nog alla föreningar använt sig av. Där har många besökare fått bekräftat att deras hörsel inte är helt bra längre, medan en del blivit glada för de fått vetskap om att deras hörsel är helt ok.

Hörseltesterna är mycket uppskattade och många besökare kommer till dessa tester. Blir nog en långkörare, då det hela tiden kommer nya personer som vill testas.

Man har även haft HRF-information, föreläsningar till exempel om tinnitus samt visning och information om hörhjälpmedel utöver hörapparater.

Läs gärna på alla föreningars sida här i Infobladet, så får ni se vad de gjort och kommer att göra!

Angående HRF:s Hörseltest i telefon, så har denna upphört fr.o.m. 31 september! Man kan nu gå in på webben där HRF erbjuder hörseltest. Adressen är [www.horseltest.se](http://www.horseltest.se).

Har ni tänkt över om ni vill motionera om något till kongressen. Det är ni medlemmar som nu har möjlighet att med frågor och idéer påverka hur HRF:s verksamhet ska se ut under den nya kongressperioden.

26 november 2015 är sista datum att skicka in motioner till kongressen. Likaså har ni nu möjlighet att nominera personer till ny förbundsstyrelse och revisorer. Även ny förbundsordförande ska nomineras då nuvarande avsagt sig fortsatt uppdrag.

Ta gärna upp detta på era föreningars medlems/höstmöte!

Lite för tidigt kanske, men sista chansen för i år...

Avslutar med en önskan till er alla, en trevlig Julhelg och ett Gott Nytt År!

*Monica Lindahl*

Monica Lindahl  
Ordförande  
HRF Hörselskadades distrikt i Örebro län

## Träffar för yrkesverksamma

### Restaurangbesök

Vi går ut och äter god mat på kvällen – för en stunds gemenskap!

**Tid: Onsdagen den 18 november kl. 18.30**

**Plats: Fratelli, Kungsgatan 19, Örebro**

Anmälan senast måndagen den 9 november till kansliet.

### Bowlingkvällar

Yrkesverksamma spelar bowling och vi bjuder mot att du är medlem i HRF.

**Tid: Onsdagarna den 25 november, 27 januari och 24 februari kl. 18.00**

**Plats: Strike & Co, Östra Bangatan 7, Örebro**

Anmälan senast en vecka innan till Jonas Olsson via e-post: [jonasol@hotmail.com](mailto:jonasol@hotmail.com).

## Julkryss

Lös korsordet och skicka in det till oss. Adressen är:

HRF i Örebro län  
Mellringevägen 120 B  
703 53 Örebro

Senast onsdagen den 13 januari vill vi ha ditt svar.

De fem först öppnade rätta lösningarna belönas med trisslott!

Namn:

---

Adress:


---



---



---

				→		Vinterfenomen Pro-nomen	↓
				↗			
				Sommarmånad Klister Godkänt			
				↘		Fluor Ej inne	
		Blås-instrument Allians	↘				
Är många allergisk mot i vartider	↓	Ger barnet till tomten	↓	Del av mening Är man i affär	Infektion		↓
↘				Bildar två Ej glada	↓	Örebro län Bjuds på kalas	
Papegoja Sjukdom							Gjutet stycke av metall
↘			Riktning				
Golfklubb Område			Dagens dubbel AF förr			Sol-gud	
↘				Svavel		Tolk-centralen	
Trädslag Drivkraft				Hedersman			
↘		↘				↑ Syre	Högsta betyget

## **Rapport från Askersund**

Hösten är här med vacker höstprakt i våra lövträd och luften är ren och klar. Vi har redan haft några frostnätter så vi vet vad som väntar.

Vi har haft sedvanlig hörselkontroll på Hörselskadades dag lördagen den 17 oktober på biblioteket i Askersund. I år var det inte lika många som besökte oss för kontroll men vi fick å andra sidan mer tid med varje person och vi fick möjlighet att berätta lite om HRF och vad vi står för samt givetvis försöka att värva nya medlemmar till vår förening. Vi fick bland annat också besök av någon som hade varit på förra höstens hörselkontroll vilket ledde till en nöjd innehavare av hörapparater genom Audiologen på USÖ.

Närmast framför oss har vi nu vårt höstmöte lördag den 21 november på Linden. Vi hade först planerat att någon från Audiologens tinnitusgrupp skulle komma till oss för att berätta om sin verksamhet. Tyvärr var det inte möjligt i nuläget på grund av väldigt lång kö på Audiologen. Personalen gör allt för att kapa väntetiden genom att arbeta både kvällar och helger. Vi får försöka återkomma vid ett annat tillfälle.

Underhållning blir dock som planerat genom besök av en trubadur samt fika med kaffe och lotter. Vi kommer också att presentera vår verksamhetsplan för 2016 och lite annan intressant information som berör oss hörselskadade.

Separat inbjudan kommer sändas ut och ta gärna med någon vän eller bekant som kan vara intresserad. Alla är välkomna.

Välkommen att höra av dig om du har någon fråga eller fundering och glöm inte att försöka värva någon hörselskadad till vår förening!





**Hörselskadades förening  
i Karlskoga-Degerfors**

## **Rapport från Karlskoga-Degerfors**

27 augusti genomfördes en välbesökt träff för hörselskadade med tinnitus. Ingemar Jönsson medverkade och berättade om hur han upplever sin tinnitus och deltagarna fyllde på med sina erfarenheter. Det blev en intressant och givande kväll.

24 september hade vi hörselcafé i Degerfors men tyvärr var det inte många som hittade till Degerfors. Vi som kom hade en trevlig pratstund till kaffe och utsökta smörgåsar.

30 september träffade vi nya medlemmar. Marianne Persson från kansliet deltog och informerade om vad HRF är och gör. Ett informativt och trevligt möte.

7 oktober vid anhörig- och äldredagen i Folkets Hus och 17 oktober på Hörselskadades dag i 39:an där vi informerade om HRF och erbjöd bland annat hörseltest. Vi hoppas att detta resulterar i nya medlemmar.

## **Höstmöte**

Välkomna att lyssna till Lena och Olle Söderberg som berättar om Nolby teater. Vilken pjäs uppför man nästa sommar?

**Tid: Söndagen den 15 november kl. 14.00**

**Plats: Lokalen vid Skrantahöjdstorget**

Vi pratar också om framtiden. Vi går igenom planering och budget som vanligt. För övrigt blir det kaffe, lotterier och trevlig samvaro. Väl mött!

## **Julmarknad**

Årets julmarknad arrangeras sedvanligt tillsammans med andra föreningar!

**Tid: Lördagen den 21 november kl. 10.00-15.00**

**Plats: Lokalen vid Skrantahöjdstorget**

Kan du medverka eller har du saker att skänka till försäljningen kontakta gärna styrelsen. Tack på förhand och gör gärna ett besök!

## **Luciakaffe**

Även i år bjuder föreningen på luciakaffe och informerar om HRF.

**Tid: Fredagen den 11 december kl. 9.00-12.00**

**Plats: Lasarettets huvudentré**

Titta in på en kopp!

## Rapport från Kumla

Välkomna till årets julfest!

**Tid:** Torsdagen den 26 november kl. 18.00

**Plats:** Kvarngården, nya samlingsalen

Anmäl dig senast den 15 november till Wiola på telefon 019-57 24 97 eller 0762 04 66 08.

## Hörselombuden i Kumla

På senaste månadmötet pratade vi om att alla har möjlighet att ringa kommunens hörselombud om man behöver hjälp med sina hörapparater. Här nedan kommer deras kontaktuppgifter:

Plats	Namn	Telefon
Kungsgården	Elisabeth Smedh	019-58 86 15
Herrgården		019-58 85 48
Bataljonen		019-58 31 29
Kumlabygruppen & Kvarngården C+D husen	Maggan Granlund Agneta Hansson	019-58 86 59
Kvarnparksgruppen & Kvarngården B-huset	Agneta Hansson	019-58 86 40
Nordvästra & A-huset	Camilla Hallbom	019-58 86 10
City-gruppen	Ann Ronti	019-58 83 90
Kvantumgruppen	Gunilla Ellvåg	019-58 83 89

## Avslutningsvis

Alla medlemmar önskas  
en God Jul och ett Gott Nytt År!





**Hörselskadades förening  
i Lekeberg**

## **Kära medlemmar!**

I skrivande stund har vi precis avslutat hörselveckan med hörseltest en kväll på Linden i Fjugesta och en föreläsning med Tinnitusteamet från USÖ – en väldigt bra föreläsning som många missade. Synd att det inte är så många som kommer då vi har både skrivtolkar och använder slinga. Eva-Lena och Åsa från Tinnitusteamet berättade att om man googlade på ordet Tinnitus så får man upp mycket men det är också många sidor med faktafel. Bästa länkarna:

- Hörselskadades Riksförbund  
[www.hrf.se](http://www.hrf.se)
- Vårdguiden och mina vårdkontakter  
[www.1177.se](http://www.1177.se)
- Audiologiska kliniken  
[www.regionorebrolan.se](http://www.regionorebrolan.se) (via Habilitering och hjälpmedel)
- Audiologisk forskningscentrum  
[www.regionorebrolan.se](http://www.regionorebrolan.se) (via Forskning och Forskningsenheten)
- Artister mot tinnitus  
[www.ammot.se](http://www.ammot.se)

Årets Lyhörd blev Birgitta Helgesson för sina insatser under många år för oss hörselskadade!

## **Hörselcafé**

Ett par hörselcaféer har vi genomfört under hösten och nu kommer det sista för i år:

**Tid: Torsdagen den 10 december kl. 14.00-16.00**

**Plats: Lindens samlingsal i Fjugesta**

Vi bjuder på fika som vanligt.

Försäljning av batterier: 30 kr kartan eller 100 kr för 4 kartor!

## **Aktiviteter**

Höstens sista aktivitet är höstmötet lördagen den 14 november, se särskild bilaga. Där kommer vi att föreslå nästa års aktiviteter, passa på och kom med förslag om vad vi kan göra under 2016.

Dessutom har vi något att fira, det är nämligen 20 år sedan vår förening bildades!

## **TSS-kurs**

Vi har ännu inte gett upp hoppet om en kurs. Det är bara svårt att få en lärare att ställa upp och dyrt blev det också, runt 900 kr/person. Kanske kan vi köra själva om vi får tag i bra material?



**Hörselskadades förening  
i Örebro**

## **Medlemsmöte**

I juni 2016 har Hörselskadades Riksförbund kongress i Linköping. Alla distrikt och föreningar har möjlighet att skicka in motioner till kongressen och eventuella motioner skall först behandlas på ett föreningsmöte. Örebroföreningen har för avsikt att skicka in ett antal motioner och vi vill nu bjuda in till ett medlemsmöte för att bland annat presentera styrelsens förslag till motioner. Vi vill också passa på att informera om vårt styrelsearbete och vad som är på gång framöver.

**Tid: Tisdagen den 17 november kl. 18.00-19.30**

**Plats: Café 019, Västra Bangatan 7 B  
(gatan längs med järnvägen söderut från Wasatorget)**

Vi bjuder på fika. Välkommen!



## **Caféträffar**

Kom och fika med oss! Vi ses första måndagen i månaden på Café Gröna Grodan.

**Tid: Måndagarna den 2 november, 7 december, 4 januari och 1 februari kl. 15.00**

**Plats: Café Gröna Grodan, Engelbrektsgratan 9, Örebro**

## **Vi syns och hörs i samhället**

Det är ett av målen för vår verksamhet, att vi ska synas och höras i samhället. Den här hösten har vi i hög grad levt upp till detta. Vi har deltagit på den stora Föreningsmässan i stadsparken, ett arrangemang i samband med att Örebro firar 750-årsjubileum. Vi har också varit med på Seniorfestivalen, både med en föreläsning och med ett utställningsbord på Conventum Arena. Där minglade 4000 besökare och många stannade till vid vårt bord för frågor och information. Sist men inte minst har vi i samband med Hörselskadades dag den 17 oktober erbjudit allmänheten hörseltest på Stadsbiblioteket vilket många hörsammade.

Om du går in på vår hemsida [www.hrf.se/orebro](http://www.hrf.se/orebro) kan du se några bilder från aktiviteterna.

## **Luciakaffe på audiologen**

Tisdagen den 8 december kl. 8-12 finns vi i foajén på Audiologiska kliniken och bjuder på fika och information om HRF. Har du ärenden dit så kom och hälsa på oss!

## **Höstmöte och julfest**

Alla medlemmar är varmt välkomna till årets höstmöte/julfest på Livin' lördagen den 5 december kl. 14. Bland annat kommer Lars-Åke Karlsson för att berätta och visa bilder från Örebro förr i tiden. Inbjudan med program och dagordning bifogas Infobladet.

# Kalendarium

Dag	Aktivitet	Tid	Plats	Förening
<b>November</b>				
Må 2	Caféträff	15.00	Gröna Grodan	Örebro
On 11	YV-träff: Restaurangbesök	18.30	Fratelli, Örebro	Distriktet
Lö 14	Höstmöte		Se separat inbjudan	Lekeberg
Sö 15	Höstmöte	14.00	Skrantahöjdstorget	Karlskoga-Degerfors
Ti 17	Medlemsmöte	18.00	Café 019	Örebro
Lö 21	Julmarknad	10.00	Skrantahöjdstorget	Karlskoga-Degerfors
Lö 21	Höstmöte		Se separat inbjudan	Askersund
On 25	YV-träff: Bowlingkväll	18.00	Strike & Co, Örebro	Distriktet
To 26	Julfest	18.00	Kvarngården	Kumla

## December

Lö 5	Höstmöte/julfest		Se separat inbjudan	Örebro
Må 7	Caféträff	15.00	Gröna Grodan	Örebro
Ti 8	Luciakaffe	08.00	Audiologen	Örebro
To 10	Hörselcafé	14.00	Linden, Fjugesta	Lekeberg
Fr 11	Luciakaffe	09.00	Lasarettet	Karlskoga-Degerfors

## Januari

Må 4	Caféträff	15.00	Gröna Grodan	Örebro
On 27	YV-träff: Bowlingkväll	18.00	Strike & Co, Örebro	Distriktet

## Februari

Må 1	Caféträff	15.00	Gröna Grodan	Örebro
On 24	YV-träff: Bowlingkväll	18.00	Strike & Co, Örebro	Distriktet

### Manusstopp för nästa Infoblad:

Onsdagen den 10 februari

#### Material skickas till:

HRF i Örebro län  
Mellringevägen 120 B  
703 53 Örebro

E-post: [hrf-t-lan@oreline.net](mailto:hrf-t-lan@oreline.net)  
Telefon: 019-673 21 60