

## Välkommen till HRFs program för hösten 2023

### Torsdagen den 21 september kl 17.00-20.30



- Senior professor Helge Rask Andersen föreläser ”Om öronsjukdomar och vårt fantastiska öra och varför krokodiler hör så bra”.
- Informatör Bernt-Erik Spelbacken berättar om ”En resa i Menières sjukdom”, se separat inbjudan.

### Hörselns dag - lördagen den 21 oktober kl 11.00 – 14.00



HRF Borlänge informerar om hörselfrågor vid entrén till IKEA, Borlänge

### Torsdagen den 16 november kl 14.30

Kenneth Willman berättar om sina upplevelser som deltagare i många tävlingar i den årliga Postrodde. Tävlingarna är en hyllning till de bönder och fiskare som rodde post mellan Grisslehamn och Eckerö, Åland på 1800-talet. Rodden över Ålands hav var en del av postgången mellan Sverige och Ryssland.



### Lördagen den 9 december kl 14.30-18.00

Julfest med mat och underhållning. Odd Fellow-lokalen, Stationsgatan 27, Borlänge  
Särskild inbjudan kommer!



### Caféträffar

Tisdag 12 september kl. 14.30

Tisdag 17 oktober kl. 14.30 – möjlighet till hörseltest/Hörselveckan

Torsdag 19 oktober kl. 14.30 - möjlighet till hörseltest/Hörselveckan

Tisdagen 7 november kl. 14.30

Alla våra möten hålls på Forum, Kvarnforsplan 2, Kvarnsveden, Borlänge om inte annat anges. Ingång från baksidan mot parkeringen. OBS anmäl alltid ditt deltagande till Marie-Louise Dodson, sms 072-317 00 16 eller [dodson\\_counseling@icloud.com](mailto:dodson_counseling@icloud.com).

Kaffe/te och smörgås för 40 kronor. Batteriförsäljning på mötena eller kontakta Marianne Cronberg Willman, tel 070-417 80 24. Vi har alltid skrivtolkar med.

Vi är aktiva med att utveckla vårt arbete med hörselfrågorna för Borlängeborna.

### Höstens cirkel i samarbete med ABF



### Bli vän med din hörapparat



Kerstin Svedman instruerar i skötsel och funktioner av hörapparaten. Kerstin är tidigare hörselinstruktör i Säter och styrelseledamot både i HRF Borlänge och HRF Dalarna. Anmälan till tel 070-304 15 61

Läs mer om HRF Borlänge på vår hemsida [www.hrf.se/borlange](http://www.hrf.se/borlange)  
Följ oss på Facebook Hörselskadades förening Borlänge

**När du behöver hjälp med din hörselnedsättning** kan du kontakta Borlänge kommuns hörselinstruktör. Då kan du till exempel få hjälp med

- specifik träning angående förskrivna hjälpmedel du fått via Region Dalarnas hörcentral
- stöd i att hantera dina tekniska hörselhjälpmedel i hemmet

Telefon 0243-74 000 (kontakt via kommunens servicecenter, e-post [kommun@borlange.se](mailto:kommun@borlange.se).)

### När du behöver hjälp med skrivtolk kan du kontakta Tolkcentralen

- Telefon 010 – 249 03 01
- SMS 073 – 123 012 012
- E-post [tolkcentralen@regiondalarna.se](mailto:tolkcentralen@regiondalarna.se)
- Bildtelefon [tolkcentralen.dalarna@ectalk.se](mailto:tolkcentralen.dalarna@ectalk.se)
- Hemsida [www.1177.se/dalarna/hitta-  
vard/kontaktkort/tolkcentral-dalarna](http://www.1177.se/dalarna/hitta-vard/kontaktkort/tolkcentral-dalarna)

Besöksadress till Tolkcentralen och Hörcentralen är  
Skomakargatan 22, Borlänge

Region Dalarna erbjuder kostnadsfri tolkservice inom

- hälso- och sjukvård, t.ex läkarbesök
- fritidsuppdrag, t.ex föreningsmöten
- samhällsservice, t.ex bankärenden
- viss arbetsplatstolkning, t.ex arbetsplatsträffar
- öppet måndag–fredag kl 8.00–12.00 och 13.00–15.00

Skrivtolkning är  
kostnadsfritt.\*



### Mitt hörselproblem

Hur vet man att man börjar tappa hörseln? Det är för min del omöjligt att bestämma ett datum, en månad eller ett årtal. Men jag har ju, så där lite i bakhuvudet insett, att det har blivit svårare att kunna höra allt tydligt, det blir lätt små frågetecken. Vad säger de, hur menar de?

Jag har jobbat heltid i mitt yrke i nästan 47 år. Jag är utbildad kock och har varit arbetsledare. Enda avbrotten är de tre gånger nio månader, när jag blev mamma och var barnledig. Efter heltidsåren har jag fortsatt deltid och numer hoppar jag in som reserv i mitt gamla arbete.

Mitt älskade yrke har alltid varit mer eller mindre bullrigt. Visst, det fanns någon form av hörselskydd, men de var långt ifrån alltid användarvänliga. Allt eftersom blev de mindre, modernare och mera lättburna. Nackdelen var svårigheterna med att kunna prata med varandra. Skydden var också varma, fuktiga och började kli. De satt för hårt och ibland för löst. Man fick välja att bära dem när det var som mest höga ljud och man inte behövde prata så mycket. Men skydden har dock hela tiden blivit bättre och bättre.

När började min hörselnedsättning bli märkbar? Tänk om jag hade gjort en markering, men säg att det var 5 år sen! Tydligast var det i vissa TV- och radio-program, då jag uppfattade att ljudet och pratet var för lågt. Men inte alltid...

Månader och halvår gick och förhoppningen om en förbättring uteblev. Som nästa fas märkte jag att det var svårt att höra i samtal med andra människor.

I början var det inte så stora problem, men det har eskalerat. Än så länge är det relativt få personer, som jag har lite svårt att höra.

Jag försöker att vara mycket uppmärksam med att följa med i samtalet/samtalen. Några är enkla att lyssna till, andra inte. Det spelar ingen roll om det är en man eller en kvinna!

Jag är ju medveten om, att mitt hörselproblem förvärras. Frågan är, blir det i en behaglig takt eller kommer det att rusa fram? Min familj (mina barn)

ger mig lite tecken, ”morsan, är det inte tid att göra något bra för dig med dina HÖRproblem”? Jo, håller helt med. Nästa steg är att få en tid hos Hörcentralen och börja den långa resan till att få en bättre hörsel igen.

Bodil Andreasen  
Styrelseledamot i HRF Borlänge



Nästa år 2024 fyller HRF Borlänge 75 år, det ska vi fira!

Det första förbundet för hörselskadade bildades 1921 och hette ”Svenska föreningen för dövas väl”. Grundaren hette Gerda Meyerson. Hon ville att vi hörselskadade skulle ta makten över våra liv. Ingen hörselskadad skulle bli förminskad eller bli orättvist behandlad. Alla människors lika värde är lika viktigt i dag som det var då. Namnet ändrades år 1947 till Hörselfrämjandet, HfR. Lokalföreningen i Borlänge bildades 1949. Medlemsantalet var då 60 medlemmar och avgiften var 5 kr/år varav 1 kr gick till centralstyrelsen. Idag är vi 160 medlemmar och i hela landet är vi 21.000.

1990 ändrades namnet till Hörselskadades Riksförbund, HRF.

## Marianne Cronberg Willman, ordförande har ordet



“Regnet det bara öser ner” sjöng Siw Malmkvist 1970 och det stämmer även 2023. Vi är i mitten av augusti och efter det varma och soliga vädret i början på sommaren har nu regnet tagit över. Låt oss inte slås ned av det! Vi har en fin HRF-höst som väntar! Vi har två föredrag den 21 september som är spännande. Vi har skickat inbjudan till kommunen, regionen, vårdcentraler med flera. Hörselfrågor behöver många få lära sig mer om.

Under den av Förbundet årliga Hörselveckan i oktober kommer vi att ha caféträffar på Forum tisdagen den 17 oktober och torsdagen den 19 oktober med möjlighet att kunna få en hörseltest genomförd. Det gäller både medlemmar och icke medlemmar. Som alltid vid våra möten kan man ta med sig någon som inte är medlem. Alla är lika välkomna!

Novembers månadsmöte ägnas åt postrodden över Ålands hav, ett spännande äventyr med historisk bakgrund. Intressant och lärorikt!

Slingkollen har vi så smått börjat komma igång med igen. Pandemin orsakade ett långt avbrott. Vi har en del att ta igen. Är någon intresserad av att ingå i “Slingkollgruppen” hör av er! Vi behöver all hjälp vi kan få!

Välkomna till en händelserik höst!

### HRF styrelse

#### Ordförande

Marianne Cronberg Willman  
Tel 070-417 80 24  
mariannewillman@hotmail.com

#### Sekreterare

Gunnel Ivarsson  
Tel 070-576 59 47  
gunnelivarsson@gmail.com

#### Kassör

Gun Edwall Danielsson  
Tel 070-576 77 88  
gun.danielsson@hotmail.com

#### Ledamöter

Inge Carlsson  
Tel 070-202 34 65  
inge.ca@telia.com

Bodil Andreassen  
Tel 076-864 27 20  
bodil@mail.com

Marie-Louise Dodson  
Tel 072-317 00 16  
dodson\_counseling@icloud.com

Kerstin Svedman  
Tel 070-304 15 61

[svedman29@gmail.com](mailto:svedman29@gmail.com)

#### Suppleanter

Arne Lundvall  
Tel 070-338 07 41  
backbuan@gmail.com

Kenneth Willman  
Tel 070-534 91 81  
kenneth.willman@telia.com

#### Revisor

Peter Henriksson  
Tel 070-571 52 05  
peter15205@telia.com

#### Revisorssuppleant

Jan Holgersson  
Tel 072-353 00 83  
holgersson\_jan@telia.com

