

# Verksamhetsplan 2026

Hörselskadades distrikt i Stockholms län

# Innehåll

|                                                       |          |
|-------------------------------------------------------|----------|
| Verksamhetsplan 2026.....                             | 3        |
| <b>Förord.....</b>                                    | <b>3</b> |
| <b>Synas och höras .....</b>                          | <b>3</b> |
| <b>Intressepolitiskt arbete .....</b>                 | <b>3</b> |
| Distriktets intressepolitiska prioritering 2026 ..... | 3        |
| Primär hörselrehabilitering.....                      | 4        |
| Hörselverksamhet på Karolinska .....                  | 4        |
| Valet 2026.....                                       | 4        |
| Tillgänglig vård.....                                 | 4        |
| Förbättrad samverkan region och kommun .....          | 5        |
| Intresseträffar för påverkan och kunskap .....        | 5        |
| <b>Verksamhet och organisationsutveckling .....</b>   | <b>5</b> |
| Verksamhetsstöd till föreningar .....                 | 6        |
| Stöd till föreningarna .....                          | 6        |
| Verksamhet under 2026 .....                           | 6        |
| <b>Information, samverkan och kunskap .....</b>       | <b>7</b> |
| Digital kampanj – Hörselvård för dig .....            | 7        |
| Världshörseldagen .....                               | 7        |
| Hörselmässa .....                                     | 7        |
| Kunskapsföreläsningar.....                            | 7        |

# Verksamhetsplan 2026

## Förord

Första punkten i HRF:s stadgars ändamålsparagraf är "att tillvarata hörselskadades intressen samt värna våra mänskliga rättigheter genom att hävda vår rätt till delaktighet och jämlikhet på alla områden".

I Stockholms län är över 100 000 personer inskrivna i hörselvården och vår vision är att dessa ska kunna leva i delaktighet och jämlikhet. Vårt mål är ett samhälle där våra mänskliga rättigheter respekteras, och där vi kan förverkliga oss själva utan att hindras av okunskap, otillgänglighet eller brist på vård, stöd eller hjälpmedel.

## Synas och höras

Distriktets verksamhet finansieras huvudsakligen av bidrag till intressepolitisk verksamhet för personer med funktionsnedsättning från Region Stockholm, vilket regleras enligt regionens dokument "*Riktlinjer för bidrag till organisationer som företräder personer med funktionsnedsättning*".

Vi på Hörselskadades distrikt i Stockholms län får dagligen signaler på att kunskapen är för låg i samhället, men även inom vår egen målgrupp. Våra potentiella medlemmar, våra medlemmar och aktörer i samhället ska veta var de kan söka kunskap och få råd om hur de ska hantera frågor som rör hörsel och tillgänglighet. Kunskapen finns hos HRF.

Under 2026 fortsätter vårt arbete vars syfte är att vara en stark intressepolitisk aktör. Förutom våra prioriterade intressepolitiska frågor vill vi bygga broar mellan regionala och kommunala intressepolitiska frågor för att öka kunskapen hos profession och allmänhet och skapa en trygg kedja mellan regionens hörselvård och kommunens olika verksamheter där vår målgrupp dyker upp. En viktig del i vårt arbete är våra lokala föreningar där vi har ett uppdrag i ett bidra med vägledning, fortbildning och tillsammans skapa en verksamhet som ger nytta och glädje för personer med hörselskada.

## Intressepolitiskt arbete

Distriktet arbetar intressepolitiskt i Stockholms län för att sprida kunskap om hörsel och påverka beslutsfattare och allmänhet. Vi uppmärksammar brister, deltar i dialog om lösningar och vill vara en stark röst i hörselfrågor.

Vårt arbete bygger på fakta genom utredningar och bevakning av frågor som rör hörselskadade i länet. Vi lyfter våra ståndpunkter via beslutsfattare, media och sociala kanaler.

Våra främsta målgrupper är beslutsfattare, yrkesverksamma inom hörselområdet, journalister, opinionsbildare och politiker.

## Distriktets intressepolitiska prioritering 2026

Prioriterat område under år 2026 är *Region Stockholms hörselvård i sin helhet*.

Övriga intressepolitiska frågor som ryms i distriktets verksamhetsplan prioriteras utifrån tid och resurser. Distriktsstyrelsen vill skapa möjlighet att gå in i intressepolitiska frågor som utan lång framförhållning dyker upp och blir högaktuella. Genom skarp prioritering och färre frågor i gång samtidigt finns det möjlighet för detta.

Som patient ska man känna sig trygg med att man får god vård och rehabilitering oavsett hur ens ekonomi ser ut, eller vilka förkunskaper man besitter. Hörselskadades distrikt i Stockholms län kräver att Region Stockholm ger länets invånare en hörselvård att lita på inom samtliga områden av regionens hörselvård.

### **Primär hörselrehabilitering**

Från 1 januari år 2025 avskaffades fritt val av hjälpmedel inom primär hörselrehabilitering. Hörselvården har efter det hamnat i en kris med mindre vård och fortsatt stora inslag försäljning. Distriktet är närvarande i processen som sker när Region Stockholms primära hörselrehabilitering ska ställa om från valet att köpa eller att låna sin hörapparat av regionen till att enbart låna hörapparat från regionens egna sortiment. Vi bevakar hur det påverkar hörselvården och därmed patienterna. Distriktet kommer även fortsatt att fånga upp patienter och medlemmars erfarenheter och erbjuda stöd vid besök hos vårdgivare. Vi grundar vårt intressepolitiska arbete på fakta, tunga rapporter och statistik som vi tar med oss i en kontinuerlig kontakt med regionens politiker.

Preliminära insatser:

- Webbinarier för medlemmar och allmänhet.
- Informations- och kommunikationsinsatser.
- Strategier och utveckling av samverkan och dialog.

### **Hörselverksamhet på Karolinska**

Hörselverksamheterna på Karolinska omfattar utvidgad rehabilitering/CI, alternativ telefoni och habilitering. De riktar sig till personer med grav hörselskada och inkluderar viktiga områden som CI-vård och avancerad hörselrehabilitering.

Distriktet bevakar utvecklingen och för en aktiv dialog med politiker, förvaltningar och professionen. Fokus ligger på rehabilitering utifrån patientens behov – där utvidgad rehabilitering/CI ska stärka hörselskadades hörselsmarta kompetens. Målet är att patienter genom kunskap och insikt om sina rättigheter och möjligheter ska kunna skapa en fungerande vardag med god livskvalitet.

Under 2026 fortsätter distriktet att driva dialogen med hälso- och sjukvårdsförvaltningen och ansvariga politiker för att säkerställa att verksamheterna möter patienternas behov och framtidens utmaningar.

Preliminära insatser:

- Informations- och kommunikationsinsatser.
- Strategier och utveckling av samverkan och dialog.

### **Valet 2026**

Inför regionvalet 2026 kommer distriktet att bevaka frågor som rör vår målgrupp, med särskilt fokus på hörselvårdens framtid i regionen. Vi vill säkerställa att vården utvecklas med god tillgänglighet och kvalitet. Samtidigt kommer vi att följa upp hur tillgängligheten fungerar under valprocessen, så att personer med hörselskada fullt ut kan ta del av och delta i den demokratiska processen.

Preliminära insatser:

- Informations- och kommunikationsinsatser.
- Öka kunskap och skapa dialog.

### **Tillgänglig vård**

Under 2026 tar distriktet nya tag i arbetet med att bredda fokus från hörselvården till vården i stort – en fråga som inte hann prioriteras under 2025. Arbetet fortsätter med att kartlägga medlemmarnas upplevelser av tillgänglighet och bemötande inom primärvården. Genom en medlemsundersökning vill vi få en tydligare bild av vilka brister som finns, hur omfattande de är och inom vilka vårdområden eller delar av länet de upplevs. Resultaten kommer att ligga till grund för vårt fortsatta arbete med att påverka för en mer tillgänglig och inkluderande vård.

Preliminära insatser:

- Öka vår kunskap, kartlägga och skapa dialog.

### **Förbättrad samverkan region och kommun**

För personer med hörselskada är samverkan mellan region och kommun avgörande för en fungerande vård- och stödstruktur. Hörselrehabiliteringen behöver följas upp och kompletteras av kommunala insatser, där syn- och hörselinstruktörer spelar en nyckelroll som förlängd arm ut i verksamheterna. Deras arbete gör skillnad i vardagen för många, särskilt äldre, som annars riskerar isolering och försämrad livskvalitet. Genom att region och kommun samarbetar och stärker kunskapen om hörsel i olika omvårdnadsyrken kan insatserna bli mer effektiva, förebyggande och långsiktigt hållbara. Ett gemensamt ansvar gynnar både individen och vårdsystemet som helhet.

Preliminära insatser:

- Informations- och kommunikationsinsatser
- Öka kunskap och utbilda
- Strategier och utveckling av samverkan och dialog.

Distriktets andra intressepolitiska områden:

- Tillgänglig kollektivtrafik
- Samverkan region och kommun
- Ljudmiljö och hörslina på offentlig plats
- Tillgänglig media
- Utvecklad och samordnad tolkverksamhet i Stockholms län
- Tillgänglig kultur
- Tillgänglig arbetsmarknad

### **Intresseträffar för påverkan och kunskap**

Under våren 2026 fortsätter vi vår satsning att engagera fler i vårt intressepolitiska arbete genom samtal och utbyte kring olika frågor som bottnar i intressepolitik eller kunskap kring hörsel. Välkomna till träffarna är personer med egen hörselskada eller personer med annan koppling till de frågorna vi arbetar med.

### **Verksamhet och organisationsutveckling**

Distriktets sociala och utbildande verksamhet kompletterar det intressepolitiska arbetet och bidrar till att stärka både medlemmar och organisationen som helhet. Genom stöd och samverkan med föreningarna i länet skapas en stabil grund för att utvecklas, synas, engagera och driva viktiga frågor.

Verksamheten syftar till att stärka medlemmar, föreningar och förtroendevalda genom ökad kunskap om hörsel och hörselsmarta val i vardagen. Samtidigt vill vi sprida kännedom om HRF och göra det tydligt vart personer med hörselskada kan vända sig för stöd, råd och information.

## **Verksamhetsstöd till föreningar**

En gång om året fördelas ett verksamhetsstöd till distriktets föreningar. Som komplettering till verksamhetsstödet har föreningarna möjlighet att söka ytterligare stöd från distriktet för verksamheter de vill genomföra. Ramen för bidraget kan variera och är ibland riktat i syfte att utveckla en viss typ av verksamhet och i andra fall mer fritt utifrån de behov som finns i respektive förening.

## **Stöd till föreningarna**

Distriktets 3 åriga projekt som har byggt på extra stöd och vägledning till de föreningar som önskar detta blir nu en ordinarie del av distriktets verksamhet. Kansliet avsätter resurs för att kunna bistå de föreningarna som har behov av bollplank, administrativ eller extra resurs vid genomförande av verksamhet.

## **Verksamhet under 2026**

### *Utbildning i TSS*

Att erbjuda möjligheten att lära sig tecken som stöd för talet (TSS) är en viktig del i att stärka personer med hörselskada. TSS gör det möjligt att delta även i miljöer med dålig ljudmiljö eller när tekniken inte räcker till. Kommunikation med anhöriga underlättas när talet kan förstärkas med tecken, och det ger även möjlighet att använda tolk i olika sammanhang.

### *Mindfulness vid hörselnedsättning och tinnitus*

Att leva med nedsatt hörsel eller tinnitus kan skapa stress och trötthet. Mindfulness – medveten närvaro – hjälper till att minska stress och öka återhämtningen genom att fokusera på nuet och acceptera sina upplevelser. För personer med tinnitus kan ljudet upplevas som mindre störande, och vid hörselnedsättning kan mindfulness ge ökad koncentration och inre lugn. Det handlar om att hitta balans och bättre förstå sina behov i vardagen. Under år 2026 ordnar vi möjligheten att prova på och utöva detta som en strategi och ett verktyg i sin vardag.

### *Stöd vid hörapparatutprovning*

Distriktet fortsätter att erbjuda rådgivning och vid behov följa med patienter till hörselmottagningar i länet. Antalet samtal varierar, men behovet av att få stöd, stämma av tidigare frågor och förbereda sig inför besök är tydligt. Vi ser ett stort värde i denna stödverksamhet, oavsett hur primär hörselrehabilitering är organiserad. Även frågor kopplade till hörselverksamheterna på Karolinska förekommer.

### *Samtalsträffar och nätverk*

Våra samtal och nätverksträffar en grundsten för organisationens utveckling. Här hittar vi och utvecklar vi engagemang och fångar upp viktiga behov hos vår målgrupp som sedan också går att använda i vårt intressepolitiska arbete.

- Bli vän med din hörapparat  
Under år 2026 genomför vi minst en omgång med samtalsträffarna Bli vän med din hörapparat. Vi bjuder också in till återträff för de som under de senaste åren varit med i de träffar som varit. På så vis knyter vi ihop säcken kring verksamheten och se till så att stödet, utbytet och dialogen fortsätter mellan gruppdeltagarna.
- Nätverk för yrkesverksamma  
Under år 2026 genomför vi 2-3 tillfällen där yrkesverksamma med hörselskada har möjlighet att mötas för att diskutera frågor som berör dem i yrkeslivet. Under

träffarna plockas ämnen som hörteknik, delaktighet och arbetsmiljö upp på agendan. Arbetet med nätverksträffar inleddes år 2025 och vi har nu träffar som vi arrangerar i områdena Sydvästra Stockholms län, Norra Stockholms län samt Stockholm, Lidingö, Ekerö-området.

- **Tinnitusträffar**

Efter att ha dykt ner djupare i vårt arbete med frågor som berör tinnitus under år 2025 så vill vi under år 2025 förvalta det intresse som vi ser finns för att träffas och utbyta erfarenheter, strategier och vägval i en tillvaro med tinnitus. Vi genomför 2-3 tinnitusträffar under år 2026.

## **Information, samverkan och kunskap**

Negativa attityder och exkludering beror ofta på bristande kunskap om bemötande och tillgänglighet. För att lyckas med vårt intressepolitiska arbete och förbättra livsvillkoren för personer med hörselskada är det därför avgörande att öka förståelsen för vår målgrupp. Distriktet har ett stort ansvar i detta arbete, och som organisation prioriterar vi att aktivt kommunicera med beslutsfattare, samhällsaktörer, arbetsgivare, personer inom målgruppen, deras anhöriga samt allmänheten. Vi gör detta genom våra olika kommunikationskanaler, genom dialog och genom att vara synliga i sammanhang som rör våra frågor.

### **Digital kampanj – Hörselvård för dig**

Kampanj som syftar till att sätta vikten av att testa hörseln och hörselrehabilitering på kartan för potentiella medlemmar. Kampanjen ger också indirekt information om vad HRF värderar och kan visa på värdet att vara medlem och att stötta HRF:s arbete.

### **Världshörseldagen**

Efter ett års paus i vårt samarbete med Karolinska Sjukhuset om hörselvårdsfilmerna så tar distriktet nya tag inför år 2026. Tillsammans med Karolinska tar vi fram hörselvårdsfilmer som lanseras på världshörseldagen. Hörselvårdsfilmerna är en digital information- och kunskapshöjande insats som bygger på både korta och lite längre filmer som informerar om hörselvårdens olika delar och utredningar som hör till hörselvården. Projektet är långsiktigt och kan spridas i sin helhet eller enbart med vissa utvalda delar.

### **Distriktets hörselmässa**

Distriktet planerar en hörselmässa där medlemmar och potentiella medlemmar har möjlighet att möta profession inom hörselvården. Det ska vara möjligt att kika på produkter hos olika tillverkare samt ställa frågor till professionen.

### **Kunskapsföreläsningar**

Vi vill erbjuda kunskapsföreläsningar som kommer att vara öppna för allmänheten. Distriktet vill här hitta en bredd som ökar kunskapen både för målgruppen, profession och allmänheten.

### **Utåtriktad information och samverkan**

Att synas och höras är en central del av vårt kommunikationsarbete. Vi fokuserar på riktade informationsinsatser, till exempel mot anhöriga, och på att stärka mötet med individer, potentiella medlemmar och olika aktörer. Vårt mål är att sprida kunskap om både vår målgrupp och vår organisation.

Detta gör vi genom samarbete, gemensamma aktiviteter, kunskapsföreläsningar och dialog. Samverkan med andra organisationer är också viktig – den stärker och breddar vår verksamhet samt hjälper oss att nå nya medlemmar.

Aktörer och organisationer som distriktet hoppas fortsätta samverkan med under år 2025:

- Pensionärsorganisationer inom Stockholms län
- Fackföreningsrörelsen inom Stockholms län
- Organisationer inom Funktionsrätt Stockholms län samt organisationer för personer med funktionsnedsättning utanför Funktionsrätt
- Syn- och hörselinstruktörer i Stockholms län
- Hörselvården inom Stockholms län
- Arbetarnas bildningsförbund ABF
- Audionomutbildningen på Karolinska institutet



|                                                    |                        |
|----------------------------------------------------|------------------------|
| <b>Förslag budget 2026</b>                         |                        |
|                                                    |                        |
| <b>Intäkter</b>                                    |                        |
| Regionbidrag                                       | 6 100 000,00 kr        |
| Socialstyrelsen Ofrivillig ensamhet                | 100 000,00 kr          |
| Fondmedel                                          | 100 000,00 kr          |
| Kansliresurs stöd till föreningarna (eget kapital) | 610 000,00 kr          |
| Medlemsintäkt                                      | 170 000,00 kr          |
| Anpassning utökad lokal (eget kapital)             | 90 000,00 kr           |
| Finansiella intäkter                               | 80 000,00 kr           |
| Övriga intäkter                                    | 220 000,00 kr          |
| <b>Summa</b>                                       | <b>7 470 000,00 kr</b> |
|                                                    |                        |
| <b>Kostnader</b>                                   |                        |
|                                                    |                        |
| <b>Kansli</b>                                      |                        |
| <b>Personal och arvode</b>                         | <b>4 880 000,00 kr</b> |
| <i>Personalkostnader</i>                           | <i>4 500 000,00 kr</i> |
| <i>Arvode styrelse, projekt, arbetsgrupper</i>     | <i>380 000,00 kr</i>   |
| Fast lokalkostnad                                  | 690 000,00 kr          |
| Kansli & administration                            | 260 000,00 kr          |
| Övriga lokalkostnader                              | 100 000,00 kr          |
|                                                    |                        |
| <b>Ekonomi</b>                                     |                        |
| Redovisning                                        | 230 000,00 kr          |
| Revision                                           | 110 000,00 kr          |
| UHiS intressepolitiskt bidrag                      | 30 000,00 kr           |
| <b>Verksamhetsstöd</b>                             | <b>80 000,00 kr</b>    |
| <i>Årligt verksamhetsstöd</i>                      | <i>25 000,00 kr</i>    |
| <i>Kompletterande verksamhetsstöd</i>              | <i>55 000,00 kr</i>    |
| Övriga kostnader ekonomi                           | 10 000,00 kr           |
|                                                    |                        |
| <b>Verksamhet och intressepolitik</b>              |                        |
| Ofrivillig ensamhet verksamhet                     | 100 000,00 kr          |
| Regionval                                          | 60 000,00 kr           |
| Utbildning/konferens/mötesplats                    | 80 000,00 kr           |
| <b>Mässa/event</b>                                 | <b>110 000,00 kr</b>   |
| <i>Deltagande och representation</i>               | <i>40 000,00 kr</i>    |
| <i>Hörselmässa</i>                                 | <i>70 000,00 kr</i>    |
| Föreläsning                                        | 60 000,00 kr           |
| <b>PR och kommunikation</b>                        | <b>502 000,00 kr</b>   |

|                                                       |                        |
|-------------------------------------------------------|------------------------|
| <i>Världshörseldagen</i>                              | <i>130 000,00 kr</i>   |
| <i>Digital kampanj - Hörselvård för dig</i>           | <i>200 000,00 kr</i>   |
| <i>Medlemsundersökning allmän hälso- och sjukvård</i> | <i>72 000,00 kr</i>    |
| <i>Kommunikation och tryck</i>                        | <i>100 000,00 kr</i>   |
| Övriga kostnader IP & VH                              | 10 000,00 kr           |
|                                                       |                        |
| Avskrivningar                                         | 118 000,00 kr          |
| Inventarier                                           | 40 000,00 kr           |
| <b>Summa</b>                                          | <b>7 470 000,00 kr</b> |
|                                                       |                        |
| <b>Intäkter</b>                                       | <b>7 470 000,00 kr</b> |
| <b>Kostnader</b>                                      | <b>7 470 000,00 kr</b> |
| <b>Resultat</b>                                       | <b>0,00 kr</b>         |