

5 som vågar
vara hörsel-
smarta

**Nio pusselbitar
för en bättre framtid**

**Genomslag och
avslöjanden – HRF
gör skillnad**

**Ett hörseltest
betyder så mycket**

Stark·synlig ·hörselsmart

EN TIDNING FRÅN HÖRSELSKADADES RIKSFÖRBUND  hrf.

På väg mot en hörselsmart framtid

Alla hörselskadade borde kunna känna sig starka, trygga, delaktiga och jämlika med andra. Fria att leva sina liv i ett hörselsmart samhälle. Men så är det inte i dag. Därför satsar HRF nu på ett offensivt handlingsprogram. Målet: att göra hörselskadade till en starkare kraft i samhället. En kraft att räkna med.

Stark, synlig, hörselsmart är inte bara namnet på denna tidning. Det är också temat för HRFs arbete under de kommande fyra åren, 2017–2020.

Målet är att stärka enskilda hörselskadade, genom att sprida kunskap om smarta lösningar, ingjuta självförtroende och få fler att tala öppet om sin hörselskada. För tänk om alla landets 1,4 miljoner hörselskadade vågade berätta, vågade säga ifrån, vågade ta för sig av möjligheterna och kräva sin rätt – ja, då skulle vi ha ett helt annat samhälle. Ett hörselsmart samhälle.

För att lyckas med det satsar HRF på att bli en ännu starkare, mer synlig och hörselsmart organisation. Det behövs, för trots att framgångarna och möjligheterna är större än någonsin tidigare står vi inför allt större utmaningar.

HRF har till exempel lyckats driva fram en markant ökning av textningen i olika medier under de senaste åren. Men samtidigt har medieutbudet växt lavinartat, och utbudet på webben är i dag till stora delar otextat.

Vi ser också att hörselforskningen och ut-

vecklingen av tekniska hjälpmedel har skapat betydligt bättre möjligheter för hörselskadade, med cochleaimplantat, kommunikationssystem med mera. Men samtidigt är det inte självklart att få tillgång till dessa tekniska landvinningar.

Dessutom vet vi mer i dag än någonsin tidigare om hur viktigt det är för hörselskadade att få en riktig rehabilitering, utöver hörapparaterna.

Ändå har hörselvården, förutsättningen för att hörselskadade ska kunna leva och fungera på ett bra sätt, urholkats. Alltför få får det stöd och den information de behöver, och då ofta först sedan de "gått i väggen".

Vägen till ett hörselsmart samhälle är alltså både krokig och full av hinder, men målmedvetenheten inom HRF är stark, såväl i förbundsstyrelsen som bland enskilda medlemmar. Så här säger till exempel Johanna Pettersson, som är aktiv i HRF Norrköping:

– Vi är så många som har hörselnedsättning, tinnitus, Menières sjukdom, och vi har rätt att få leva i ett samhälle som respekterar oss och våra behov. Genom HRF får vi kraft att riva alla onödiga hinder, tillsammans. ●

”HRFs vision är ett samhälle där alla hörselskadade kan leva i full delaktighet och jämlikhet. 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 och hjälpmedel.”



Därför är jag medlem:

LOUISE MALTÉUS, 35, Helsingborg:

– För att jag vill stärka hörselskadades rättigheter, stödja forskningen, få information och nyheter... Men viktigast av allt är den fina gemenskapen och alla härliga människor! Och i HRF är det inget konstigt att höra dåligt, här är tillgänglighet en självklarhet, här slipper jag förklara, slipper känna mig ensam – här är jag en i gänget.



DAVID ARWE, 35, Arbrå:

– Jag tycker att det är viktigt att bidra till det arbete som HRF lägger ner för att påverka politiker och beslutsfattare i en mer "hörselvänlig" riktning. Som förälder till två hörselskadade barn är jag särskilt angelägen om en bra ljudmiljö i förskola och skola, och i den frågan får jag många goda argument som medlem i HRF.



JOHANNA PETTERSSON, 54, Norrköping:

– HRF är min livlina! Det är helt enkelt en sammanslutning av människor som ger mig kraft när det känns tungt och motigt. Jag förstår inte hur någon hörselskadad kan vara utan det stödet och den gemenskapen. Dessutom får jag chansen att dela med mig av tips och erfarenheter till andra, och det stärker mig.



AGNE FRÖJD, 70, Mariestad:

– Jag är övertygad om att vi hörselskadade har större möjligheter att påverka samhället när vi går samman och hjälps åt. Titta bara på allt vi har åstadkommit så här långt: textning, teleslingor och allmän hörselvård. För mig är HRF också en viktig social mötesplats. På våra föreningsträffar kan jag känna mig fullt delaktig. Det är värt otroligt mycket!



Visste du...

... att Hörselskadades Riksförbund (HRF) är en demokratisk, ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation, som arbetar för att tillvarata hörselskadades intressen.

... att HRF arbetar för alla hörselskadade. Det vill säga över 1,4 miljoner med hörselnedsättning samt alla med tinnitus, ljudöverkänslighet och Menières sjukdom. Vi är även till för anhöriga, inte minst föräldrar.

... att på hrf.se/medlem kan du enkelt bli medlem i en av våra över 180 föreningar runt om i landet.

Vi i HRF ger hörselskadade en stark röst i samhällsdebatten.
En röst som hörs. Vi väcker opinion, sprider kunskap
och påverkar beslutsfattare – från minsta kommun till FN. Vi talar om
hur det är och hur det borde vara. Och ibland lyckas vi riktigt bra!



Vi satte ord på "Hesa Fredrik". Nu lever hörselskadade och döva mindre farligt! HRF lyckades få igenom att varningssignalen Viktigt Meddelande till Allmänheten (VMA) skickas ut som sms när "Hesa Fredrik" basunerar, till exempel vid ett gasutsläpp, en storbrand eller annan allvarlig olycka. Därmed nås även vi som inte hör signalen.



Vi drev fram text på svensk film. Äntligen! I december 2014 började de stora biografkedjorna SF Bio och Svenska Bio visa i stort sett alla svenska filmer med text. Genom många års målmedvetet påverkansarbete från HRF lyckades vi övertyga bioföretagen om värdet med textning.

Så nu kan hörselskadade och döva i hela landet gå och se film på bio när som helst, precis som alla andra!

Genomslag!

Så förändrar HRF världen, en framgång i taget



Vi satte skrifttolkningen på kartan. Skrifttolkning är en fantastisk möjlighet för hörselskadade, men är alldeles för okänt. Men våra "skrifttolkningsaktioner" i Almedalen visade politiker av alla kulörer att "Svensk politik hörs för dåligt!" – och att det finns en bra lösning! Annie Lööf (C) var en av många som upptäckte hur enkelt det är när det går att läsa allt som sägs på en surfplatta.



Vi avslöjade hörselvårdsskandalen. Vårdpolitiker i landsting och regioner blev rejält omskakade när HRF släppte rapporten "Myrternas marknad: Svensk hörselvård – från behov till business" (2014), om hur hörselskadade i Skåne och Stockholms län utsätts för lurendrejeri. Sedan dess har HRF fått politiker att göra pudlar och utlova reformer. Och nu vill inga fler landsting ha checksystem.



Vi lärde svenska folket texta. Många tror att det är dyrt och svårt att texta filmer. Men med vår instruktionssida på HRF.se har vi visat hur vem som helst kan texta kortare filmer för webben – snabbt, enkelt och helt gratis. Konkret tillgänglighet som har blivit en succé bland politiska partier, myndigheter, kulturinstitutioner och privatpersoner.

Vi gjorde diskriminering olagligt. Tills nyligen var det inte olagligt att diskriminera hörselskadade och andra med funktionsnedsättning genom bristande tillgänglighet. Men det har HRF ändrat på, tillsammans med övriga funktionshinderförbund, genom den så kallade "Torsdagsaktionen". Varje torsdag i två och ett halvt år samlades vi utanför Rosenbad och pratade med statsråd – och till slut beslutade riksdagen att ändra diskrimineringslagen. Nu går kampen vidare, för skärpt lagstiftning.



HANNA PÅLSSON, 26 ÅR,
TRELLEBORG,
underläkare, medlem

"Jag har alltid velat bli läkare. Visst har jag varit lite tveksam till och från, men att prata med patienterna fungerar bra och jag har ett anpassat stetoskop. Dessutom informerar jag alltid alla jag jobbar med om att jag hör dåligt och hur de kan göra för att jag ska höra. Det är svårare med möten, men nu har jag precis fått beviljat att jag kan få teckenspråkstolk till utbildningar på jobbet! När jag var yngre skämdes jag för min hörselskada och ville bara vara som alla andra. Men när jag lärde mig teckenspråk, efter gymnasiet, öppnade det många nya dörrar. Jag fick vänner för livet och kunde umgås utan att behöva anstränga mig eller känna mig utanför. Och utan mina fantastiska teckenspråkstolkar tror jag inte att jag hade klarat av läkarutbildningen."

KOLLA IN VÅRA NYA, RESPONSIVA WEBBAR!

Inför sommaren 2016 lanserar HRF två nya, responsiva webbar, som du inte får missa! På **HRF.se** kan du läsa om vad vi gör, vad vi vill, nyheter från hörselområdet med mera. På **Hörsellinjen.se** hittar du intressanta artiklar med fakta och råd om hörselskador, hörselvård, hjälpmedel, tillgänglighet, skola, arbetsliv och mycket annat. Du kan också ställa frågor via ett mejlformulär och få personlig rådgivning från Hörsellinjens informatörer. Välkommen!

HRFare VÄLJER FÄRDVÄG PÅ KONGRESSEN

Den 27–29 maj 2016 har HRF kongress i Linköping. Då samlas ombud från våra föreningar runt om i landet för att fatta beslut om HRFs framtida färdriktning. Bland annat ska kongressen anta ett nytt handlingsprogram för 2017–2020. Läs mer på www.hrfkongress.se



FOTO: LARS ARDARVE

9 pusselbitar för mer delaktighet och jämlikhet

FOTO: PLATFORM/JOHNER

Vi har den färdiga bilden klar för oss: Ett samhälle med full delaktighet och jämlikhet för alla hörselskadade. Men många bitar saknas fortfarande. Här är några av de pusselbitar som HRF jobbar med att få på plats under de kommande fyra åren.

- ✚ **Hörselvård för alla.** HRF fortsätter kampen för bra och likvärdig hörselvård för alla, var vi än bor och oavsett ekonomiska förutsättningar. Vi vill få bort hörselcheckar och ojämlika avgifter, och utveckla habiliteringen och rehabiliteringen. Vi vill se till att hörselimplantat erbjuds till alla som kan ha nytta av sådana. Vi arbetar också för att personer med tinnitus, Menières sjukdom och ljudöverkänslighet ska kunna få bra vård i hela landet.
- ✚ **Mer textning.** HRF har haft stora framgångar när det gäller textning, men vi slår oss inte till ro. Vi vill även ha textning av regionala tv-program och webbsända filmer/program. Dessutom har vi lyckats få gehör för vårt krav på nya, bättre system för direkttextning.
- ✚ **Teleslingor, bättre hörbarhet och tolk-service.** Tänk så ofta tillgängligheten brister, med teleslingor som inte fungerar, dålig ljudmiljö och brist på tolkar! Nu behövs skärpta lagar och regelverk, så att vi hörselskadade får rimliga förutsättningar för kommunikation och delaktighet. Det är livsviktigt för oss, och bra för alla.
- ✚ **Inspirerande mötesplatser.** HRF fortsätter att utveckla våra populära och viktiga mötesplatser i sociala medier. Men inget slår det personliga mötet, därför planerar HRF konferenser som kan ge ny kunskap och kontakter mellan hörselskadade från olika delar av landet, samt familjeläger där barn och föräldrar kan träffas och utbyta erfarenheter.
- ✚ **Stöd till äldre.** Vi håller oss pigga och friska längre om kommunikationen fungerar bra. Därför vill HRF ha regelbundna hörselkontroller för alla som har nått pensionsåldern. Dessutom tycker vi att det ska finnas hörselinstruktörer eller motsvarande i hela landet.
- ✚ **En tryggare vardag.** I dag lever hörselskadade farligt, eftersom de flesta utrymningslarm är ljudlarm som vi kan ha svårt att uppfatta. Därför vill vi ha skärpta krav på tillgängliga larm och visuell information. Vi ska också arbeta för att hörselskadade ska kunna kommunicera med alla myndigheter och hälso- och sjukvården med text, inte bara telefon.
- ✚ **Delaktighet i skolan.** HRF har kämpat länge för att hörselskadade elever ska få bättre förutsättningar i skolan. Nu vill vi att staten tar ett större ansvar och inrättar regionala resurscentra, med kompetens inom specialpedagogik, hörteknik med mera.
- ✚ **Bättre arbetsmiljö.** HRF vill få arbetsgivare och fack att inse att hörselfrågorna behöver vara en självklar del av arbetsmiljöarbetet. Anpassad arbetsmiljö, tillgänglighet, hjälpmedel och hörselrehabilitering förebygger ohälsa.
- ✚ **En starkare röst.** I många år har HRF tagit plats i samhällsdebatten och väckt opinion. Men vi kan sätta ännu större avtryck! HRF har kunskapen, argumenten och rätten på vår sida. Och det ska vi visa, även under 2017–2020!



HENRY PRITCHARD,
4 ÅR, HÖGANÄS,
medlem

"Hej mormor!" säger Henry när han svarar i mobilen. De pratar några minuter, om vad Henry har gjort i förskolan och att mormor och morfar kommer och hälsar på snart.

"Går det bra att prata i mobilen?", frågar mamma Emma efteråt. Henry nickar och säger att han hör jättebra.

"Fast när jag var på kalas i gymnasiet var det jättedumt, alla barnen skrek och jag hörde inte". "Vad gjorde du då?" frågar mamma. "Jag sa att de skulle vara lite tystare, fast det var de inte, det var tråkigt. Fast jag kan teckenspråk, mamma! Det är bra att vi tecknar, för då förstår jag fast jag inte hör. Jag kan och min storsyster Zoë kan, och vi följer med mamma och daddy på teckenspråkskurs där vi leker med andra barn som kan. Det är kul tycker jag!"



Avslöjandena som skakade Sverige

HRF tar fajten mot hörapparatindustrins inflytande över vården

I delar av landet har hörselvården blivit krass business – styrd av den multinationella hörapparatindustrin. Det avslöjade HRF i rapporten, "Myternas marknad" och lyckades därmed stoppa en spridning av de hårt kritiserade hörselcheckarna. Nu fortsätter vi kampen, för en hörselvård som sätter patientens bästa före försäljningsintressen.

Bara några timmar efter att HRF släppte rapporten "Myternas marknad", i juni 2016, började politiker i Stockholms län göra pudlar och ropa på kraftfulla åtgärder. "Så här får det inte gå till" sa Stig Nyman (KD), ansvarigt landstingsråd i Stockholms län, till Dagens Nyheter.

Rapporten visade hur hörselskadade lurats att köpa hörapparater för tusentals kronor ur egen ficka, trots att de har rätt till hörapparater inom ramen för den allmänna hälso- och sjukvården. Bakom honnörsordet "valfrihet" dolde sig ofta regelrätt lurendrejeri, med stöd av myter och desinformation. Bland annat kunde HRF visa att dyrare inte alltid innebar "bättre"; en hörapparat som kostade 16 000 kronor hos en privat mottagning kunde finnas i ett annat landstings upphandlade sortiment, med ett inköpspris på en tusenlapp.



Det här var egentligen inte några nyheter för politikerna. HRF hade i flera år förklarat de allvarliga följderna av de så kallade "fritt val"-systemen – utan att få gehör. Men när de mitt i valrörelsen ställdes inför kritiska frågor från media och en samlad rapport med statistik, vittnesmål och konsekvensbeskrivningar – ja, då kunde de inte blunda längre.

"Inte etiskt godtagbart"

Efter valet kom nya politiker, nya tjänstemän – och nya tongångar. Återigen handlade det om att försvara "status quo", till varje pris. Men Statens medicinsk-etiska råd (Smer) tog HRFs kritik på stort allvar. I början på 2015 kom de med en rapport som konstaterade att medfinansiering av hörapparater (hörselcheckar) inte är etiskt godtagbart, eftersom det står i strid med principen om vård på lika villkor. Smer slog också fast att behovet ska styra vården, inte plånboken: "att utsätta vårdsökande patienter för otillbörlig marknadsföring under parollen "fritt vårdval" och ökat patientinflytande är utifrån ett etiskt perspektiv inte försvarligt".

Hösten 2015 laddade HRF om med en

stor kampanj. "Hör du dåligt? Köp inte en hörapparat" var vårt budskap i tidningar och på annonstavlor i Skåne och Stockholms län. Vi uppmanade allmänheten att kontakta Hørsellinjen för att få information om sin rätt till hörapparater.

Ägarkoncernen styr val av hörapparat

Gensvaret blev starkt och nästan uteslutande positivt bland hörselskadade och anhöriga – tusentals samtal och mail strömmade in. En del hade fått bristfälligt eller vilseledande information och betalat stora summor ur egen ficka. Andra var glada över att kunna rusta sig med kunskap inför en hörapparatutprovning.

Samtidigt presenterade HRF ny statistik som visade att stora, auktoriserade mottagningskedjor till 98 procent provade ut hörapparater av de märken som deras ägarkoncern tillverkade. Det vill säga: vid flera mottagningar uppmanades i stort sett samtliga patienter att köpa hörapparater privat, och då just de märken som mottagningens ägare tjänade mest pengar på. I stort sett ingen fick hörapparater ur landstingets sortiment, även när där fanns likvärdiga eller bättre hörapparater. Patienter som trädde fram i SVTs Rapport berättade att de till och med hade nekats möjlighet att få prova ut hörapparater ur landstingets sortiment, i strid med gällande regler.

Avslöjandena väckte nytt liv i hörselvårdsdebatten, och HRF har träffat politiker av alla färger för samtal om hur missförhållandena kan stoppas. Det står klart att politikerna nu är väl medvetna om de problem som finns, och utmaningen för HRF är att få dem att gå från insikt till handling. Det vill säga: att få politiker att ta sitt ansvar för hörselskadade invånares rätt till bra vård på anständiga villkor. Den rätten kommer HRF att slåss för, "ända in i kaklet". ●



BRITT EDOFF, 61, NYKVARN
kökschef, medlem

"Jag var jätteledsen över att tappa hörseln, men jag har aldrig sett mig som ett offer. Jag är stolt över mina erfarenheter, över resan jag har gjort – från hörselnedsättning och Menières sjukdom till att bli döv och få cochleaimplantat, först på ena och sedan på andra örat. Genom allt var jag fast besluten att fortsätta jobba, därför har mina arbetskamrater varit med mig på hela resan – med skrivtolkar, fax, mejl och andra lösningar. Men det bästa med alltihop är alla otroligt fantastiska människor jag har träffat. Jag har fått hörselskadade vänner som har lärt mig att ta kontroll och våga säga ifrån om mina behov. Att bli trygg och stark som den jag är i dag."



Tusentals vände sig till Hörsellinjen efter kampanjen "Köp inte en hörapparat". En del hade köpt hörapparater för tusentals kronor, utan att veta att de hade rätt till hörapparater från sitt landsting, inom ramen för utprovningavgiften.

"Hörselvård efter behov – på jämlika villkor"

Hörselskadades Riksförbund (HRF) anser:

- att vem vi än är och var vi än bor ska vi kunna få hörselvård efter behov – på jämlika villkor. Det innebär att alla ska kunna få sina individuella behov av hörapparater och annan hörselvård tillgodosedda inom ramen för den offentligt finansierade hälso- och sjukvården.
- att samtliga landsting/regioner måste ha tillgång till ett brett och flexibelt hörapparatssortiment av hög kvalitet. Vi förordar därför nationell upphandling av hörapparater.
- att "avgiftsanarkin" inom hörselvården ska avskaffas. Avgifterna vid hörapparatutprovning varierar från ett par hundralappar till ett par tusen, beroende på landsting. Statens medicinsk-etiska råd (Smer) konstaterar: "Att egenavgifterna och utbudet bland hörapparater i landstingens utbud skiljer sig så mycket åt över landet, strider mot principen om att vård ska ges på lika villkor" (Smer 2014:1).
- att avgifter för hörselvård och hörhjälpmedel ska omfattas av det lagstadgade högkostnadsskyddet. Behovet ska styra, inte den enskildes ekonomiska förutsättningar.
- att Stockholms läns landsting och Region Skåne ska avskaffa system med hörselcheckar ("fritt val av hörapparater") – dessa system får negativa konsekvenser för såväl hörselskadade som landstinget/regionen.
- att vårdval är i grunden positivt, men det behövs regleringar som gör att hörapparatindustrin inte kan äga mottagningarna och ha inflytande över vården.

VÅRDVAL MED HÖRSELCHECKAR – SÅ FUNKAR DET

Vårdval med hörselcheckar finns inom hörselvården i Stockholms läns landsting och Region Skåne. Den som behöver hörapparater ska då gå till en auktoriserad (godkänd) mottagning, där de ska kunna välja mellan landstingets/regionens sortiment och mottagningens privata utbud.

För varje hörapparat som säljs privat kan mottagningen "lösa in" en hörselcheck hos landstinget/regionen: 3 040 kronor i Stockholms län, 2 100 kronor i Skåne. De får även ersättning för utprovningen. Om hörapparaterna kostar 10 000 kronor, får mottagningen inte bara hörselchecken från landstinget – "kunden" får dessutom lägga till den överskjutande summan ur egen ficka. Och om priset på hörapparaterna anges vara exakt samma som hörselcheckssumman, då brukar apparaterna i själva verket kosta betydligt mindre i inköp, vilket innebär att mottagningen gör en vinst på själva checken.

Vårdval utan hörselcheckar finns i Uppsala län och Östergötland. Här provar de auktoriserade mottagningarna huvudsakligen ut hörapparater ur landstingets/regionens sortiment.



ANN CARLBERGER, 59
personalchef, Stockholm

"Hörsellinjen är bara bäst! Efter att ha fått helt felaktig information av en mottagning var det en sådan lättnad att prata med Hörsellinjens rådgivare: att få koll på min rätt till hörapparater och hörhjälpmedel – och samtidigt bli peppad av någon som vet precis hur det är att vara hörselskadad i arbetslivet. Det gav mig styrka och en varm känsla av att inte vara ensam! Det blev en vändpunkt för mig, början på en bättre tillvaro."

GUNNAR KVARNEFALK, 80
pensionär, Kungsängen

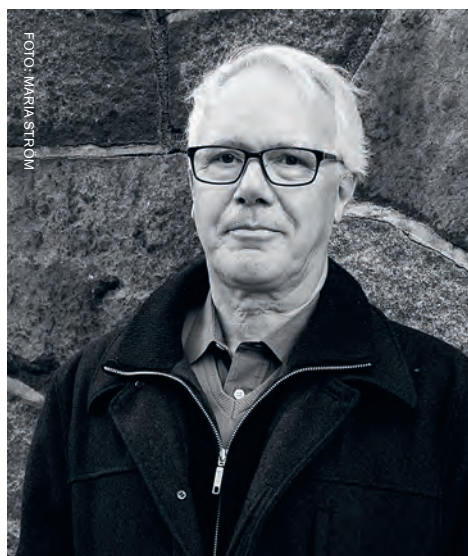
"Hörsellinjen räddade mig från att bli lurad". Det säger Gunnar Kvarnefalk, 79, från Kungsängen i Stockholms län. En hörselmottagning hävdade att hans hörselnedsättning var så speciell att han inte kunde få hörapparater som passade via landstinget. För att få något som fungerade bra skulle han behöva betala över 20 000 kronor, hävdade de. "Men så var det ju inte alls. Tack vare Hörsellinjens råd har jag i dag utmärkta hörapparater från landstinget, inom ramen för patientavgiften på 600 kronor."



JAN UNO LANGE, 66
pensionär, Vallentuna

"Jag kan inte acceptera att det går till så här". Det säger Jan Uno Lange, som anmälde en auktoriserad hörselmottagning till Patientnämnden. "Audionomen påstod att landstinget bara hade en typ av hörapparat, och då med sluten insats, vilket jag inte kan använda, det visste hon. Att köpa privat var därför mitt enda alternativ."

Men Jan Uno hade pratat med Hörsellinjen och var påläst. På webbsidan 1177.se kunde han därför visa audionomen listan med de 30–40 hörapparater som finns i Stockholms läns landstings sortiment, där det fanns flera modeller som passade hans lätta hörselnedsättning. Öppen insats var fullt möjligt. Ändå vidhöll audionomen: "Vi har bara en enda hörapparat från landstinget".



FRÅGA HÖRSELLINJEN

Du kan skicka frågor till Hörsellinjen via formuläret på www.horsellinjen.se eller ringa 0771-888 000, vardagar kl. 9–15 (vanlig samtalstaxa).



Hörsellinjen – din guide i hörseldjungeln

**Hur gör jag för att höra tv:n bättre?
Vad kan dämpa min tinnitus?
Var kan jag skaffa hörapparat?
Varje dag strömmar det in frågor
till HRFs rådgivningstjänst Hörsellinjen – en oberoende guide
genom hörseldjungeln.**

På Hörsellinjen surrar det av telefonsamtal och tangentbordsknatter. Ena stunden ringer Kerstin och frågar vilka hörapparater som är bäst. Sedan mailar Bengt och vill veta om dottern har rätt till hörslinga i skolan. Och så undrar en kommun vad de borde ha med på sin checklista för tillgänglighet.

Hos Hörsellinjen är ingen fråga för liten, ingen fråga för stor.

Hörsellinjen är en del av Hörselskadades Riksförbund (HRF). Här jobbar professionella kommunikatörer med egen erfarenhet av hörselskador. De följer den aktuella utvecklingen inom hörselområdet och kan ge snabba, konkreta svar på det mesta.

Många av landets 1,4 miljoner hörselskadade har ingen aning om sina möjligheter och rättigheter, eller vart de kan vända sig för att få hjälp. Kontakten med Hörsellinjen innebär därför ofta en stor lättnad – och första steget mot ett bättre liv.



Ett hörseltest betyder så mycket

När testade du dig senast? En av tre har inte testat hörseln på över tio år, visar HRFs undersökningar. Därför har vi dragit igång **Hörselveckan**, då vi uppmanar hela Sverige att göra vårt digitala gör-det-självt-test, Hörseltestaren. Och det har blivit succé.

Närmare 40 000 människor testar sin hörsel med HRFs Hörseltestaren varje år. Det innebär att vi är på väg att göra regelbundna hörseltester till något av en folkrörelse!

Att göra hörseltest till en självklar hälsokoll är en del i HRFs arbete för att skapa ett hörselsmartare samhälle. Om fler testar hörseln blir det också fler som söker hjälp i tid, och det är ett effektivt sätt att undvika onödig stress och hälsoproblem som utmattning, huvudvärk, tinnitus med mera.

Genom att synliggöra hörselfrågorna vill vi också ändra attityder, så att fler känner att de kan prata öppet om sin hörselskada och sina behov. Vi vill helt enkelt få hörselskadade att "komma ut ur garderoben" och vara sig själva. ●

TESTA HÖRSELN NÄR OCH VAR DU VILL

Med HRFs gör-det-självt-test Hörseltestaren kan du kolla hörseln på bara några minuter, nästan när och var du vill.

Ladda ner appen "Hörseltestaren" från App Store eller Play Butik, och gör testet via din smartphone eller surfplatta med hjälp av hörlurar, eller gör testet på webben, på horseseltestaren.se

Hörseltestaren mäter din förmåga att uppfatta tal i brus. Om testresultatet visar att du tycks höra sämre än normalt bör du boka tid för en hörselundersökning hos öronläkare eller hörselvården.

Hörseltestaren är ett vetenskapligt beprövat test, utvecklat av Forskningsinstitutet Hörselbron.



VI GER FORSKNINGEN VÄXTKRAFT

Hur kan hörselskadade höra bättre? Vad kan göras åt tinnitus? Det finns många frågor om hörsel som forskningen söker svar på – med stöd av HRF.

Hörselskador är ett av våra största folkhälsoproblem. Det påverkar livet för över 1,4 miljoner människor, bara i Sverige. Ändå avsätts ganska lite samhällsresurser till forskning om hörsel. Därför har HRF instiftat Hörselforskningsfonden och startat Forskningsinstitutet Hörselbron.

Via Hörselforskningsfonden delar HRF ut anslag till medicinsk, beteendevetenskaplig och teknisk forskning. Det kan till exempel handla om orsaker till hörselskador och hur de kan botas, effektivare diagnosmetoder, bättre kommunikation, samt utveckling av hjälpmedel och behandlingsmetoder som kan ge hörselskadade en bättre tillvaro.

Forskningsinstitutet Hörselbron har bland annat hand om det nationella kvalitetsregistret för hörselrehabilitering, som är ett viktigt verktyg för utvärdering av hörapparatutprovningar.

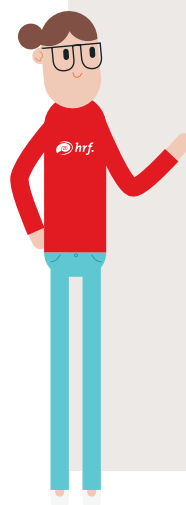
Stöd hörselforskningen med en gåva till HRF på pg 90 03 14-6. Läs mer på www.hrf.se/insamling

ÖVER 180 000 STÖDJE VÅRT ARBETE

HRFs arbete för hörselskadade i Sverige och världen är möjligt tack vare stöd från enskilda givare. Våra 180 000 givare skänker små och stora summor som går till insatser för att hörselskadade barn ska få en bättre skola, hörselvård av hög kvalitet i hela landet, mer forskning, bättre ljudmiljö, mer textning bättre tolktjänst och andra viktiga frågor.

Du kan stödja HRFs arbete genom att sätta in en gåva på plusgiro 90 03 14-6 eller bankgiro 900-0738. Att vi har ett så kallat 90-konto innebär att vår verksamhet kontrolleras av Svensk Insamlingskontroll, så att du kan känna dig trygg över att pengarna hanteras på rätt sätt.

Läs mer om olika sätt att stödja HRF på www.hrf.se/insamling



Visste du...

... att HRF har över 180 föreningar, från norr till söder

... att de flesta föreningar bedriver verksamhet inom en kommun, men det finns också föreningar på länsnivå, inriktade på föräldrar/familjer, yrkesverksamma, tinnitus, ljudöverkänslighet, Menières sjukdom och cochleaimplantat.

... att du kan starta en HRF-förening där du bor! Kontakta HRF på info@hrf.se så får du veta mer!

CLAS VIOTTI, 81, TÄBY

pensionär, tidigare byggnadsingenjör
och försäljningschef, medlem

"Min hörsel har försämrats under årens lopp – vid 25 år fick jag min första hörapparat, vid 45 år fick jag två och sedan ett par år tillbaka har jag cochleaimplantat. Men hela tiden har jag varit väldigt utåtriktad och aktiv, både i arbetslivet och på fritiden. Det har fungerat bra, eftersom jag alltid har varit öppen och rak om min hörselnedsättning. Jag tror till och med att jag har blivit bra på att leda möten tack vare mina hörselstrategier, till exempel att få andra att tala en i taget och att sammanfatta vad som har sagts när vi avslutar. Det ger en tydlighet som uppskattas av alla!

Tyvärr möter jag ibland personer som skäms för sina hörapparater. Det vill jag ändra på. Jag brinner för att peppa andra hörselskadade att våga mer. Att våga vara sig själva."



Mariela Claribel Blanco Quintana, 7 år, är en hörselskadad tjej från Bolivia som kan få en bättre framtid, tack vare HRFs samarbete med ASHICO.

EN BÄTTRE FRAMTID FÖR VÄRLDENS HÖRSELSKADADE

HRFs engagemang slutar inte vid Sveriges gränser. Som en av världens största hörselskadeorganisationer är vi en drivande kraft i arbetet för att skapa en värld som är mer tillgänglig och jämlik för hörselskadade.

I Bolivia har vi ett utvecklingssamarbete tillsammans med den nystartade hörselskedeföreningen ASHICO (Asociación de Hipoacusicos en Cochabamba), som arbetar för att barn och ungdomar i Bolivia ska få en bättre start i livet. Många har det tufft och har svårt att få stöd, hjälpmedel och skolgång efter behov.

HRF är också medlem i International Federation of Hard of Hearing People (IFHOH) och i European Federation of Hard of Hearing People (EFHOH). Tillsammans utmanar vi såväl FN som EU i kampen för ökad tillgänglighet och bättre hörselvård. De europeiska hörselskadeorganisationerna har enhälligt ställt sig bakom den så kallade "Essen-deklarationen" – ett historiskt dokument till försvar för hörselskadades rätt till hörapparater och andra hjälpmedel. Att få hörapparater utifrån behov är ingen självklarhet för Europas över 50 miljoner hörselskadade.

Starkt stöd för en ljudsmart skola

Ljudmiljön är alarmerande dålig i många av Sveriges skolor, och särskilt hårt drabbas hörselskadade barn. Men HRF har lyckats sätta ljudmiljöfrågan på den politiska dagordningen, och i dag får vårt krav på en ljudsmart skola stöd av forskare, fack och beslutsfattare ända upp i regeringen.

Två av tre lärare tycker att ljudmiljön i skolan är ett problem i stort sett hela tiden, konstaterade HRF i rapporten "Kakofonien", med stöd av omfattande undersökningar. Då, 2010, var ljudmiljö en "icke-fråga", ett problem som många, många besvarades av – inte minst hörselskadade – men som ständigt ignorerades och prioriterades bort.

Men det har HRF ändrat på. I dag diskuteras ljudmiljö som aldrig förr och koncentrations- och kommunikationsstörande ljud betraktas i allt högre grad som en angelägen miljöfråga. Vårt opinionsarbete har burit frukt.

Särskilt stort genomslag har ljudmiljödebatten fått i skolans värld. Ny forskning visar att i dålig ljudmiljö går större delen av våra kognitiva resurser åt till att försöka uppfatta vad som sägs. Vi får minimalt kvar till att bearbeta och minnas – till inlärning.

Regeringen har utlovat åtgärder för att förbättra skolans arbetsmiljö, bland annat ljudmiljön, och HRF fortsätter att uppläsa och väcka medvetenhet bland arkitekter, skolpersonal, kommunansvariga och andra. Vi är på god väg mot en ljudsmart skola. ●



Vi ses i sociala medier!

Följ HRF i sociala medier, på Facebook, Twitter, Instagram och LinkedIn för att få veta det senaste – nyheter, tips och kommentarer!

Du hittar oss på:

www.facebook.com/HRFriks
www.twitter.com/HRFriks
www.instagram.com/HRFriks
www.linkedin.com (sök på Hörselskadades Riksförbund)

HRF har också flera, slutna diskussionsgrupper på Facebook:

HRF: Diskussionsgrupp för hörselskadade

HRF: Cochlea-implantat

HRF: Menières sjukdom

HRF: Tinnitus och ljudöverkänslighet

HRF: Föräldrar

Välkommen!

MATS BORGLUND, 57 ÅR, LUND
lärare i matematik/NO, medlem

"Jag ser min hörselnedsättning som en styrka. Tack vare den har jag lärt mig en massa om livet och om människorna. Tack vare den har jag nog också blivit en mer öppen, inkännande och lyhörd person än jag annars skulle ha varit – helt enkelt för att jag tidigt insåg att det underlättar kommunikationen.

I dag känner jag mina behov, och har strategier och hjälpmedel för att lösa olika situationer. Jag vågar ta plats och vara mig själv. Den tryggheten och kompetensen är en tillgång som jag gärna vill dela med mig av till andra, inte minst till alla de elever med hörselnedsättning jag möter i mitt arbete som lärare, här på Silviaskolan i Hässleholm. Jag vill visa dem alla de positiva möjligheterna."



Tänk dig...

...en värld där alla program och filmer på tv och webben var textade, där varenda teleslinga fungerade bra, där det var självklart med samtalsvänlig ljudmiljö på jobbet, i skolan och på restaurangen, där du kunde gå på konferens och räkna med att allt skrivtolkades, där du aldrig behövde avstå från hörselvård eller hjälpmedel för att du inte hade råd, där dina behov som hörselskadad respekterades och prioriterades. Tänk dig en hörselsmart värld.

Vi kan nå dit – om du engagerar dig i Hörselskadades Riksförbund (HRF), som medlem eller som givare.

Du gör det möjligt.

MAX HYLÉN, 15 ÅR. FOTO: IDA FRID

 **hrf.**
hrf.se/engagera-dig