

# Språkröret

för Hörselskadades förening i Stockholm

nr 1  
februari 2021  
årgång 78



*Det ljusnar nu,  
dag för dag.*

# Innehåll nr 1 2021

- 3 Ledaren
- 4 I pandemins tid
- 5 Utsikt
- 6 Vi håller stängt och hjälper på distans
- 7 SVT och tillgängligheten
- 8 HRF 100 år:  
Gerda Meyerson
- 10 Föreningsnytt  
Kallelse till årsmöte
- 11 Nya medlemsnummer
- 12 Vårvandring runt Trekanten  
Vi stöttar i hörselvården  
Seminarium om syn-  
och hörselinstruktörer
- 13 Medlemsresa i höst  
Alla kan skapa och prata
- 14 Digitala föreläsningar  
Bokcirkel  
TSS-café
- 15 Klubbarna
- 16 På kansliet



4



8

## Språkrörets redaktion

Språkröret ges ut av Hörselskadades förening i Stockholm och utkommer normalt med fyra nummer per år.

Ansvarig utgivare  
Sandy Wadnor  
sandy.wadnor@hrfstockholm.se

Redaktör  
Anne Sjökvist  
anne.sjokvist@hrfstockholm.se

Omslag  
Foto: Lars Arvidsson

Upplaga 2500 ex  
Tryck Åtta.45 Tryckeri  
ISSN 1404-6121

Språkrörets utgivningsplan 2021  
nr 2 utkommer vecka 17  
manusstopp 22/3  
nr 3 utkommer vecka 34  
manusstopp 16/6  
nr 4 utkommer vecka 47  
manusstopp 22/10

*Redaktionen ansvarar inte för  
obeställt material och förbehåller  
sig rätten att korta insända texter.  
Fotograf är Anne Sjökvist om inte  
annat anges.*

## Digital delaktighet

**Mitt lilla barnbarn** lyser upp när hon ser mig i mobilskärmen. Vi videochattar mest varje dag och nu vid fem månaders ålder vet hon vad som väntar redan när signalerna går fram. När jag dyker upp och säger "tittut" skrattar hon så smilgroparna djupnar och sträcker de knubbiga händerna mot mobilen för att dra den närmare.

**Hon hör till alfagenerationen:** född rakt in i den mobila eran i mänsklighetens historia. För henne är det helt naturligt att se mormor på en mobilskärm, så har vi umgåtts sedan första dagen i hennes liv. Det är rent av naturligare att vi umgås så än i det riktiga livet (IRL; In Real Life). Till alfagenerationen hör de som fötts efter år 2000, de ser och förstår världen utifrån det digitala.

**Alfagenerationen** är barn till de *digitalt infödda*, de som kom till världen mellan 1980 och 2000 då datorer och internet var en självklar del av livet. Alla vi som är födda före 1980 brukar kallas *digitala immigranter*. Vi växte upp i en tid när datorer inte fanns i varje hem och på varje arbetsplats och vi tycker i allmänhet att "inget slår det fysiska mötet" och skriver gärna ut papper. En del av oss har aldrig riktigt kommit in i den digitala världen.

**Det senaste året** har vi alla tvingats bli mer digitala än någonsin tidigare. Vi kan tänka att det ändå är tur att vi lever i en tid när vi kan umgås och sköta de flesta ärenden digitalt om vi nu prompt måste vara med om en pandemi. Problemet är att alla inte kan det. En hel del människor i samhället lämnas utanför.

Oavsett ålder och till vilken digital generation man anses höra tror jag att alla vid det här laget längtar efter att få träffas och umgås på fysiska mötesplatser. Är det något vi har insett under detta år är det hur viktigt mänskliga möten är, på riktigt i det riktiga livet.

Anne Sjökvist



## Grattis Helena, 90 år!

**Helena Lanzer Sillén** fyllde 90 år på nyårsdagen, 1 januari 2021. Helena var kanslichef på HRF Stockholm i hela 26 år, 1970-1996.

Hon är fortfarande aktiv i hörselfrågor, till exempel genom "Georgienprojektet" som hjälper hörselskadade barn i Georgien.

Vi gratulerar Helena så hjärtligt! Föreningen har betalat in 2000 kronor till Georgienprojektet.





# Mänskligt "kosläpp" efter pandemin?

**Vad är det första** just du ska göra när livet kan återgå till något som liknar det innan coronan? I min vision kommer vaccinationerna och vårens antågande att bilda ett enda stort mänskligt kosläpp.

När våra ladugårdsdörrar så småningom öppnas ser jag oss först försiktigt lufta våra solfattiga ben, trevande äntra mötesplatserna och sen ta efterlängtnade glädjeskutt.

**För det har varit** en lång tid av mörker, och för somliga också en tid av ensamhet.

När jag är ensam tar jag gärna ur mina hörapparater. Och under året har det även för mig blivit fler sådana timmar.

Det är förstås på sätt och vis skönt eftersom min hörsel inte behövs eller utmanas.

När jag tagit mig till livsmedelsbutiken eller fått ett samtal har jag nästan en känsla av ovana inför ljud.

En del är bra ljud som när jag pratar med kassörskan och plötsligt blir någon i ett sammanhang igen, men så finns ju också dåliga ljud i form av buller. Sådana ljud får mig att önska att jag var tillbaka i ladugården igen.

**Ett löfte** till den dagen då vi återigen kan börja leva nästan som vanligt igen bör vara att ingen ska behöva isolera sig i onödan på grund av just hörseln eller några ljud. Vi ska alla vara lika välkomna ut på ången.

Vi ses där!

*Anna Quarnström  
ordförande*



Foto: Patrick Miller

## Snart ska du kunna chatta med vårdguiden

Vi vet alla hur svårt det kan vara att kontakta hälso- och sjukvården när man har svårt att höra i telefon.

HRF har länge drivit krav på att hörselskadade ska kunna kontakta hälso- och sjukvården via sms och andra textlösningar. Och i våras blev frågan ännu mer akut, när pandemin kom till Sverige. Då hänvisades allmänheten till 1177, regionernas sjukvårdsupplysning – och dit går det bara att ringa

I maj gick HRF ut i Ekot, Dagens Medicin och olika lokala medier med hård kritik mot regionernas bristande tillgänglighet. Det kom då fram att flera regioner hade efterfrågat chattfunk-

tion i 1177, men att Inera, företaget som sköter den tekniska 1177-plattformen åt regionerna, inte kunde erbjuda en fungerande lösning

Kritiken satte hjulen i rullning. Nu har HRF fått besked från Inera att en chattfunktion för 1177 är på gång. En upphandling

påbörjas efter nyår och målsättningen är att ha en lösning på plats hösten 2021.

Sedan gäller det förstås att få regionerna att börja använda verktyget. Med en ny, gemensam chattfunktion på 1177 kan alla regioner erbjuda tillgänglig sjukvårdsupplysning, dygnet runt, på samma plattform: 1177.se.



### Gåvor till föreningen

HRF Stockholm har mottagit penninggåvor av **Britt Öhman, Elin Valpeters, Ewa Ström** och **Mahjongklubben**. Varmt tack!



### Skänk en gåva för bättre ljudmiljö

Med en gåva till Lars Lindens ljudmiljöfond bidrar du till att föreningen kan fortsätta vårt arbete för bättre ljudmiljö på restauranger och kaféer i Stockholm. Varmt tack!

**Plusgiro 15 66 88-4**  
**Swish 123 183 46 88**

# I pandemins tid

**Eldsflammorna stöter i brandgult och värmer gott.** Vi sitter runt eldstaden och grillar korv. Barnbarn, föräldrar, farfar och farmor. Stigande dödssiffror till följd av Corona-epidemin påverkar oss alla denna märkliga vinter 2021, men utomhusträffar och skogsvandringar skänker glädje och sporrar överlevnadsviljan.

Detta att det numera påbjuds att vi ska träffas i mindre grupper har också sina fördelar. Vi vet alla att det är omöjligt att urskilja orden när större sällskap strålar samman.

**"Jag stöter på spåren av rådjursklövar i snön. Språk men inga ord",** skriver poeten **Tomas Tranströmer**. Självva söker vi oss nerför berget bland barrträden och där, omgiven av rinnande vatten och vit snö, sitter strömstaren. Fast bara tillfälligt, den dyker snabbt. Det sägs att den svarta fågelns vita bringa bidrar till att reflektera ljuset under vattenytan i jakten på larver och annan föda.

**Munskydden är omdiskuterade.** Ovedersägligt är att de effektivt omöjliggör all avläsning. Därför dristar vi oss ner till centrum för att inhandla genomskinliga visir. Vi ska hälsa på mor Kajsa som är 94 år och gravt hörselskadad. Förhoppningsvis ska visiren stävja en del av smittofaran när vi tvingas minska avstånd för att underlätta kommunikationen. Inte minst när vi löser korsord.

**Världens tystaste revolution** pågår i Stockholmsföreningen. I den deltar **Ulrika Voghera** som låtit tatuera in symbolen för skrivtolkning på högra underarmen. **Mona Malm** pryder sig i filmen *Den tatuerade änkan* med en liten tatuering av en skarabé, en egyptisk skalbagge som symboliserar morgonrodnaden. Filmen, från 1997, finns med



Foto: Jan-Olof Bergold

*Krönikören Kersti Bergold i coronasäkert sällskap.*

förnämlig svensk textning på SVT-play. Rekommenderas!

**Skolgången är viktig**, därför blir jag bekymrad när trettonåriga barnbarnet tvingas till distansundervisning via datorn. För oss äldre uvar fungerar det däremot alldeles utmärkt med zoomundervisning, exempelvis när det gäller TSS. Vår lärare Anette är alltid entusiasmerande, oavsett om hon sitter i sitt arbetsrum på hörselvården eller hemma i köket.

**Kollektivtrafik** bör, trist nog, undvikas. Därför packar vi in oss i bilen och kör mot ön. Väl framme rullar vi ut sovsäckarna och tänder en brasa i öppna spisen. Efter en stund överraskas vi av en livs levande påfågelsögefjäril, på spiselkransen. En övervintrare som väckts i förtid. Det är bara att hoppas att vi åter ses till våren. Då hägrar även en fin Skåne-resa i Stockholmsföreningens regi. Även om osvuret är bäst i dessa tider.

*Kersti Bergold*



Foto: Lars Arvidsson

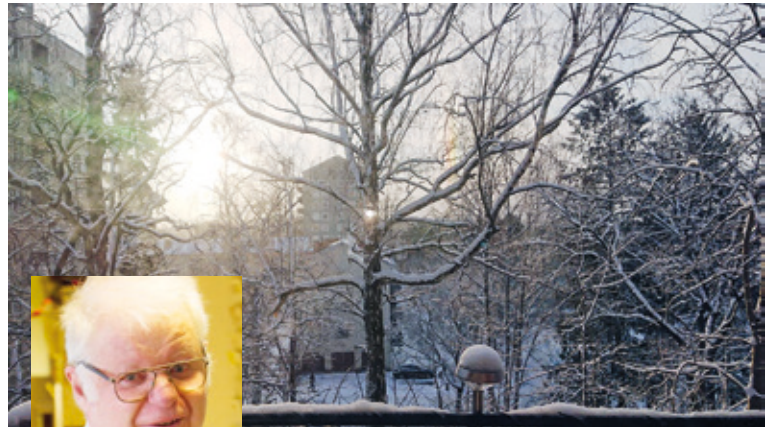


*Strömstaren dyker snabbt när vi närmar oss.*



# Utsikt från hemmatillvaron

Nu har vi hållit oss hemma i snart ett år och ännu är det inte slut på distanseringen. På vår facebook-sida uppmanade vi därför våra följare att visa vilken utsikt de har från sina hem. Vi fick in omkring tjugo vintriga Stockholmsbilder tagna genom fönster, ytterdörrar och från balkonger. Bland alla som deltog lottade vi ut ett presentkort till mathem.se och fru Fortuna gynnade den här gången **Mats-Olof Olsson** som nu kan beställa hem lite godsaker till distanstillvaron. Tusen tack för alla fina bilder och grattis Mats-Olof!



Mats-Olof Olssons utsikt från balkongen i Bandhagen.



Helal Mirkhan har en magisk utsikt.



Dorota Kuczynska har skapat en mysig uteplats vid sin bostad.



Vacker skärgårdsvinter fångad av Mayvor Gammals.



Utsikten från Frida Oxelmarks hemmakontor i Fredhäll.



Britt-Marie Mirell har vintergröna växter i sin trädgård i Segeltorp.

# Vi fortsätter hålla lokalen stängd och att hjälpa på distans

Nej, vi fick inte inleda det nya året med att öppna upp lokalen för aktiviteter och börja träffa varandra igen. Nya restriktioner och en pandemilag är i stället det vi får förhålla oss till. Vi fortsätter därför att träffas digitalt, ordna föreläsningar och aktiviteter via mötesplattformen Zoom. Också årsmötet i mars hålls helt digitalt i år, men med möjlighet till poströstning (årsmöteskallelse sid 10).

Från den 7 januari rekommenderar Folkhälsomyndigheten att den som är född 2004 eller tidigare ska använda munskydd i kollektivtrafik för att minska smittspridningen. Rekommendationen gäller under rusningstid, klockan 7-9 och 16-18 helgfria vardagar.

Man rekommenderas att alltid ha med sig ett munskydd att använda vid behov.



## Detta är fortfarande viktigast:

- Stanna hemma vid symtom
- Håll avstånd
- Ha en god handhygien
- Umgås endast i en mindre krets
- Undvik situationer med trängsel
- Använd andra färdmedel än kollektivtrafik, om det är möjligt. Alternativ kan vara att gå, cykla eller

## Du är inte ensam

**Vi fortsätter hjälpa** medlemmar som på grund av rekommendationerna inte kan ta sig ut på samma sätt som vanligt.

Hör av dig till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring **08-462 24 30** om du behöver hjälp med något eller bara behöver någon att prata med.

Vi har hjälpt medlemmar att till exempel installera tv-apparater och telefoner, beställt mat, hörapparatsbatterier och skrivtolkar.

Ingen sak är för liten, tveka inte att höra av dig!

åka egen bil. Då minskar risken för trängsel och att smitta sprids.

- Den som har möjlighet ska fortsätta arbeta hemifrån.

Vaccinationerna inleddes i Region Stockholm redan i slutet av december med de personer som har störst risk att bli allvarligt sjuka i covid-19. De som i det här skedet erbjuds vaccin blir kontaktade.

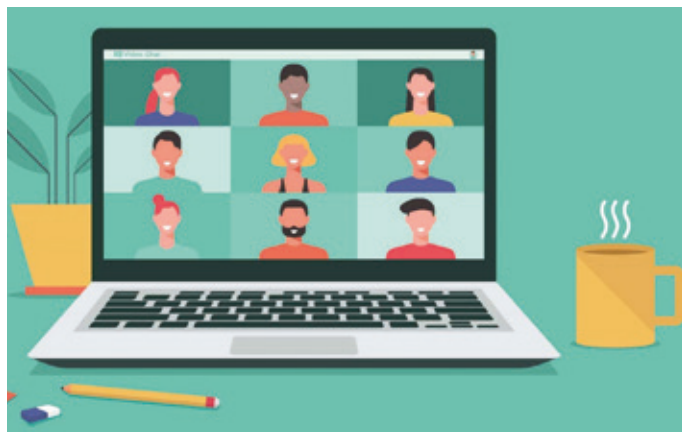
**Håll ut ett tag till och ta hand om dig!**

## Digital delaktighet

Behöver du hjälp med att komma igång med digitala träffar och möten? På det sättet kan du hålla kontakt med vänner och anhöriga, delta i föreläsningar och medlemsträffar. Hör av dig till oss så kan vi ordna ett övningsmöte med bara dig.

Det enda du behöver är en mobil, platta eller dator som har kamera och mikrofon.

Kontakta oss via e-post på adressen [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring oss **08-462 24 30** så hittar vi en lösning.





# SVT och tillgängligheten

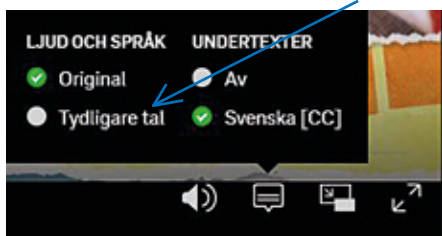
**Tillgängligheten i våra tv-kanaler engagerar många, med all rätt. Den 1 juli i sommar kommer nya krav på tillgänglighet till tv-tjänster.**

Så många som möjligt ska kunna ta del av innehåll på tv, oavsett deras förutsättningar och förmågor. Därför utformar Myndigheten för press, radio och tv (MPRT) särskilda krav på tillgänglighet till tv-innehåll, till exempel vad gäller textning eller syn- och teckenspråkstolkning. Kraven uppdateras med jämna mellanrum för att följa med såväl den tekniska utvecklingen som nya användarmönster. Nu är det dags igen: den 1 juli 2021 ska ett nytt beslut vara på plats och med det följer bättre tillgänglighet hoppas vi.

**Den 5 februari** ordnade vi tillsammans med Hörselskadades distrikt i Stockholms län en digital föreläsning om Sveriges Televisions tillgänglighetsarbete. De som föreläste är personer som på olika sätt arbetar med tillgänglighet hos SVT: **Erik Hedin**, ansvarig för SVT:s digitala tillgänglighet, **Håkan Grimfelt**, SVT:s tjänsteägare för textning, och **Alexandra Hjelm** från SVT:s strategiavdelning.

**De flesta frågor** som kom in till föreläsningen gällde klagomål på ljudet i tv-program, antingen dålig hörbarhet eller störande bakgrundsmusik/ljud.

SVT är mycket medvetna om dessa klagomål och har i vinter därför inlett försök med att mixa programljudet för att få tydligare tal. Det finns personal som har enbart detta som arbetsuppgift och på SVT Play finns nu vissa program med funktionen **Tydligare tal**:



## Så jobbar SVT med tillgänglighet

Uppdaterad 2020-12-11



Foto: Åsa Blanck

**SVT är till för alla och tillgänglighet är en mycket viktig fråga för oss. I vårt sändningstillstånd finns tydliga krav på att vårt uppdrag ska omfatta alla människor.**

*På SVT:s hemsida finns mycket information om hur de jobbar med tillgänglighet.*

Om du aktiverar tydligare tal minskar bakgrundsljuden och rösten i programmet hörs tydligare. Funktionen fungerar oberoende av vilken högtalare som används, men finns endast på program som är inspelade med 3.0-ljud eller 5.1-ljud.

### Även med bra ljud behövs textning.

Enligt SVT:s sändningstillstånd ska 80 procent av allt som sänds textas. De textar mer än så; 100 procent av det som är förinspelat och drygt 70 procent av direktsändningarna.

Alla nationella nyhetssändningar inklusive extrasändningar och långa specialsändningar, samt en stor del av sportutbudet textas i direktsändning.

Textningen svenska-till-svenska hittar du på sidan 199 på text-tv, oavsett kanal.

Sedan ett par år samarbetar SVT med en testgrupp hörselskadade personer från HRF för att utveckla textningen och hitta den teknik som fungerar bäst för olika program.

Sedan mitten av december textas sändningar från de lokala nyhetsredaktionerna med hjälp av automatisk taligenkänning. Det vill säga utan att någon människa bearbetar texten.

Automatisk textning finns endast på SVT Play. Av tekniska skäl skapas textningen några minuter efter det att programmet publicerats och inte i direktsändning eller i linjär-tv.

**SVT vill gärna veta när du upplever att ljudet är dåligt i något program. Skicka e-post direkt till SVT på [kontakt@svt.se](mailto:kontakt@svt.se) och berätta vilket program och vilken sekvens det handlar om.**

# Stockholmsfilantropen Gerda är fortfarande en förebild

Den 23 februari 1921 föddes den organisation som i dag heter Hörselskadades Riksförbund (HRF). Det började med ett upprop i Svenska Dagbladet 1920, där hörselskadade Stockholmsfilantropen Gerda Meyerson (1866-1929) efterlyste mer intresse för den svåra situationen för människor med nedsatt hörsel. Gerda var själv hörselskadad och visste hur utsatta de flesta hörselskadade var – inte minst kvinnor och barn. Organisationen fick namnet Dövas Väl och 1939 ombildades den till två "nyskapande organ": Centralstyrelsen samt lokalföreningen för Stockholm, men vid det laget hade Gerda redan gått ur tiden. Artikeln om henne är från Svenskt kvinnobiografiskt lexikon.

**Gerda Meyerson** och hennes tvilling-syster **Agda Meyerson** föddes 1866 i centrala Stockholm där de också levde och verkade. De kom från en välbärgad judisk affärsfamilj som var engagerad i filantropiska verksamheter, vilket gav systrarna erfarenhet och kunskap som var värdefull för det socialpolitiska engagemang som kom att prägla deras vuxna liv.

Gerda Meyerson studerade socialt arbete i bland annat Tyskland och till yrkesinspektris i Danmark, och tillskanskade sig på så sätt ytterligare kunskap om arbetarkvinnors arbetsmiljö och arbetsvillkor. Även genom familjens filantropiska verksamheter fick Gerda Meyerson kontakt med arbetarklassens kvinnor.

År 1894 började hon arrangera så kallade samkväm och möten med arbetarkvinnor från Kungsholmens fabriker. Hon lärde känna dem och besökte dem i deras hem

och fick därigenom en inblick i hur de bodde och levde. Hon såg hur de unga kvinnorna påverkades negativt av det rådande inneboendesystemet då många nödgades hyra in sig i små, överbefolkade lägenheter.

**Gerda Meyerson** insåg att trångboddhet och dryckenskap var tätt sammankopplade och att de unga arbetarkvinnorna var särskilt utsatta. År 1898 bildade hon därför *Föreningen Hem för arbeterskor* och öppnade ett boende för unga kvinnliga arbetare på Kungsholmen.

Åren 1901 respektive 1909 öppnade hon ytterligare två bostadshem som hyste ett hundratal arbetande kvinnor. Där hyrde de ett möblerat rum till en låg avgift och det fanns bibliotek och samlingsrum där det hölls diskussionsaftnar, samhällsorienterande föredrag och praktisk kursverksamhet. Gerda Meyerson deltog själv i de boendes samkväm och hon umgicks och trivdes med sina hyresgäster.

För att skapa en gemensam arena för föreningar och socialt intresserade bildade hon och **Gertrud af Klintberg** 1903 *Centralförbundet för Socialt Arbete*, CSA. Gerda Meyerson var sekreterare i förbundet fram till 1905 och styrelsemedlem fram till 1921. Hon var även medlem i den kvinnliga, kristna

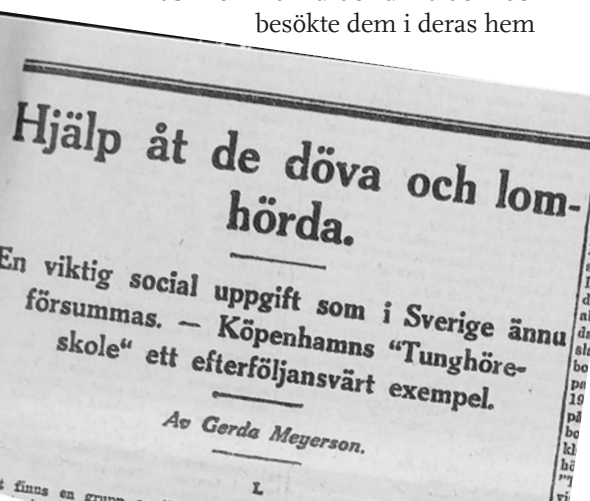
nykterhetsföreningen *Vita Bandet* som bildades år 1900 och som blev en av Sveriges största kvinnoorganisationer med lokala föreningar i hela landet.

I kontakten med arbetarkvinnorna fann Gerda Meyerson snart att den gifta arbetarkvinnan sällan fick tid att vila ut. År 1911 öppnade hon därför Tallbacken, ett vilohem på Värmdö där *Föreningen Hem för arbeterskor* erbjöd arbetarkvinnor några veckors vila och semester för en oansenlig, eller ingen, avgift.

Liksom vila var viktigt för arbete och hälsa ansåg hon att bildning och upplysning var betydelsefullt för personlig utveckling och för att lösa sociala problem.

När hon 1912 blev ledare för *Vita Bandets* verksamhet för kvinnliga fabriksarbetare formulerade hon organisationens uppdrag till lokalföreningarna så att de skulle starta aktiviteter som gav arbetarkvinnor tillgång till gemenskap, bildning och rekreation vid sidan av vilan. Hon uppmanade och inspirerade de lokala Vita Bandsföreningarna att öppna vilohem och Tallbacken blev en förebild och modell för en omfattande och långvarig semesterhemsverksamhet inom Vita Bandet.

**Gerda Meyerson** var visserligen judinna men hon sympatiserade med kristna liberala livsåskådningsfrågor





och i praktiken såg hon sig själv som kristen även om hon aldrig konverterade. I skriften *Världens ljus. Tankar om Jesus och hans lära: brev till en judisk väninna*, 1908, deklarerade hon öppet sin kristna tro.

Hon anslöt sig till den kristna predikanten **Natanael Beskows** hemgårdsverksamhet Birkagården. Verksamheten startade 1912 med ett lärum som sedan utvidgades till en rad barn- och ungdomsverksamheter. Gerda Meyerson satt i styrelsen för Birkagårdens Kindergarten.

**Till yrket** såg Gerda Meyerson sig som skriftställare och hon skrev barnböcker, berättelser och pjäser i barn- och ungdomstidningar samt en rad dramer för ungdomar. Hon författade även lyrik och annan skönlitteratur.

År 1890 publicerades romanen *Flickor emellan* som riktade sig till yngre kvinnor, men annars präglades författarskapet av det socialpolitiska intresset för kvinnors arbets- och levnadsvillkor och hon skrev främst socialpolitiska fackböcker.

Hennes sociala patos och engagemang för arbetarkvinnornas situation speglas i alster som *Våra arbetarskors ställning och medlen att förbättra den*, 1907, *Kvinnor i industrin*, 1909, och *Arbetarskornas värld*, 1917, vilka var betydelsefulla bidrag i det politiska opinionsskapandet.

År 1907 genomförde hon på uppdrag av Stockholms Dagblad en utredning om kvinnors industriella hemarbete som publicerades i skriften *Svenska hemarbetsförhållanden*. I avslutning till utredningen arrangerade hon en utställning.

**Framför allt** var Gerda Meyerson en opinionsbildare med en mångfald av artiklar och reportage i tidskrifter som exempelvis *Idun* och Fredrika-Bremer-Förbundets tidning *Dagny* samt i Centralförbundet för Socialt Arbetes organ *Social Tidskrift*, 1909–1917.

Hon var en central opinionsskapare i Vita Bandets tidskrift med samma namn. Hon skrev flitigt i tidskriften om bostadsbrist och alkoholproblem, om kvinnors dåliga arbetsmiljö och ar-



Gerda Meyerson levde och verkade i centrala Stockholm. Hon var filantrop och pionjär inom socialt arbete, startade föreningar och bostads- och vilohem för arbetarkvinnor. Hon var även författare och opinionsbildare.

betsvillkor samt om behovet av vila och lagstadgad semester. Åren 1913–1916 var hon dessutom redaktör för tidningen tillsammans med **Emilie Rathou**.

**År 1921** startade Gerda Meyerson ytterligare en förening, *Svenska Föreningen för Dövas Vål*. Hon hade själv en hörselskada och både egna erfarenheter och hennes kontaktnät inom filantropin spelade en betydande roll för verksamheten som hon drev i sitt eget hem. Hon var sekreterare i föreningen och engagerade både öronläkare och lärare i verksamheten. Föreningen erbjöd hörselskadade barn diverse hjälpmedel och specialundervisning. Hon startade även en syateljé för att ge döva kvinnor arbete.

**Gerda Meyerson** beskrevs i sin samtid som en liten späd kvinna med ett enormt patos och en lika stor viljekraft. Hon drev socialpolitiska frågor med en passion som gjorde henne till en erkänd och initiativrik filantrop, folkbildare, författare och opinionsbildare. År 1916 belönades hon för sina socialpolitiska insatser med regeringens medalj *Illis quorum*.

Gerda Meyerson dog i Stockholm 1929 och är begravd på den Judiska begravningsplatsen i Solna.

Åsa Bengtsson

Gerda Teresa Meyerson, [www.skbl.se/sv/artikel/GerdaMeyerson](http://www.skbl.se/sv/artikel/GerdaMeyerson), *Svenskt kvinnobiografiskt lexikon* (artikel av Åsa Bengtsson), hämtad 2021-01-15

Medlemmarna i HRF Stockholm kallas till

# Digitalt årsmöte 2021

## söndagen den 21 mars kl 12.30-15

Som läget är just nu håller vi av smittskyddsskäl årsmötet helt digitalt via plattformen Zoom. Det finns också en möjlighet att poströsta för dem som inte vill delta digitalt. För att vi ska kunna skicka ut möteshandlingarna i förväg och poströstningsformulär för den som vill det behöver du anmäla dig senast den 7 mars.

### Anmälan senast 7 mars

E-posta till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring **08-462 24 30**. Uppge om du vill delta i det digitala mötet eller poströsta. Uppge även om du vill att vi skickar handlingar till dig eller om du laddar ner dem själv via hemsidan.

Handlingarna finns att ladda ner på hemsidan den 7 mars.

På vår hemsida [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se) finns det även en länk till ett anmälningsformulär online.

### Vad händer sedan?

Du som uppgett att du vill poströsta får hem verksamhetsberättelse och revisorernas berättelse från 2020 och även en röstningsblankett där du enkelt kan fylla i hur du röstar i punkterna 8-17 i dagordningen. Den blanketten ska du returnera så fort som möjligt så dina röster hinner fram till mötet.

Du som anmält dig till det digitala mötet får en länk som du kan logga in via klockan 12.30 söndagen den 7 mars.

Du får också länkar till frivilliga testmöten som hålls i veckan innan det riktiga mötet för dig som inte har använt zoom tidigare.

### Förslag till årsmötet

Du som medlem kan lämna förslag till årsmötet per e-post [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller post till **Malmgårdsvägen 63A, 116 38 Stockholm** senast den 7 mars.

### Söndagen den 21 mars

**12.30-13** Inloggning och registrering  
**13-15** Årsmötesförhandlingar

### Förslag till dagordning

1. Årsmötes öppnande
2. Fråga om kallelse skett enligt stadgarna
3. Fastställande av antalet röstberättigade
4. Fastställande av dagordning
5. Val av ordförande för mötet
6. Val av sekreterare för mötet
7. Val av protokolljusterare tillika rösträknare
8. Styrelsens berättelse från föregående verksamhetsår
9. Revisorernas berättelse från föregående verksamhetsår
10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
11. Förslag från styrelsen och medlemmar
12. Val av föreningsordförande
13. Fastställande av antal ledamöter samt eventuella ersättare i styrelsen
14. Val av övriga ledamöter samt ersättare i styrelsen
15. Val av revisorer och ersättare
16. Fastställande av arvoderingspolicy
17. Val av valberedning
18. Styrelsens rapport om aktuella frågor
19. Mötet avslutas



**Det digitala årsmötet är skrivtolkat. Var vänlig och uppge i anmälan om du behöver teckenspråkstolkning.**

**Välkommen!**



# Nya medlemsnummer

Vid årsskiftet 2020/2021 fick alla medlemmar i HRF nya medlemsnummer i samband med att förbundet tagit i bruk ett nytt system för medlemservice och föreningsadministration.

Det finns flera sätt att ta reda på ditt nya medlemsnummer:

1. Logga in på "Mitt HRF" på [www.hrf.se](http://www.hrf.se) med bank-ID. Där hittar du ditt medlemsnummer och andra uppgifter om dig under "Medlemsinformation". Där kan du själv till exempel ändra adress om du flyttar.

2. När det är dags att

betala in medlemsavgiften för ett nytt år, eller på årsaviseringen för 2021 om du betalar din medlemsavgift via autogiro, står ditt nya medlemsnummer tryckt på medlemskortet.

**Gör så här** för att se medlemsnummer på de familjemedlemmar som är kopplade till ditt medlemskap: Logga in på Mitt HRF. Under "Medlemsinformation" klickar du på "Hantera uppgifter". Här kan du se alla familjemedlemmar som är medlemmar i HRF och deras medlemsnummer.

Respektive familjemedlem kan också logga in på "Mitt HRF" och se sitt medlemsnummer.

## Beställningar via HRF Hörteknik:

Medlemmar i HRF får rabatt på HRF Hörteknik. Vid beställning i webbshopen fungerar både de nya och gamla medlemsnumren för att kunna få rabatt.

Om du inte hittar ditt nya nummer kan personalen vid Hörteknik söka upp det åt dig. Då skriver du bara att du är medlem i beställningen.

Så här beställer du hörapparatsbatterier



**Hörapparatsbatterier** kan du enkelt beställa direkt från HRF Hörteknik. Som medlem i en HRF-förening får du rabatt.

En karta vanliga hörapparatsbatterier kostar 23 kronor för medlemmar, Batterier till CI kostar 29 kronor per karta. Frakten kostar 19 kronor.

Batterierna kommer hem till dig på några dagar.

Skicka e-post till [info@hrfteknik.se](mailto:info@hrfteknik.se) eller ring **08-457 55 11**.

Uppge **namn, adress, vilken storlek du har på batterierna** och att du är medlem. Om du inte hittar **medlemsnumret (se artikel om nya nummer till vänster)** kan personalen på Hörteknik söka upp det åt dig så du får rabatten. Fakturan kommer i paketet med batterier.

Du kan också gå in på webbsidan [hrfteknik.se](http://hrfteknik.se) och beställa via formuläret där.

Hörteknik har förutom batterier många olika hörhjälpmedel och som medlem får du 10 procents rabatt.

**Vill du ha hjälp att beställa batterier?** Hör av dig till oss på tfn **08-462 24 30** så hjälper vi dig.

## Vill du vara med och påverka i din förening?

**HRF Stockholms** valberedning består sedan årsmötet i oktober 2020 av **Ingegerd Bergkvist** och **Lars Svensson**.

På **föreningens** årsmöte den 21 mars 2021 skall vi bland annat välja ordförande, kassör, styrelsemedlemmar och revisorer. Valberedningen vill ha din hjälp med förslag på kandidater till dessa poster.

Tipsa om dig själv eller någon som du tycker skulle passa! Denne behöver inte vara medlem i föreningen i dag och inte heller ha en hörselskada men i övrigt besitta kompetenser som vore bra för det framtida styrelsearbetet.



**HRF Stockholm** har en engagerad styrelse med jämn fördelning avseende ålder och kön och som under nästa år kommer att fortsätta jobba med flera spännande projekt. Visst arvode utgår till styrelsens ledamöter och till revisorer.

**Skicka** dina förslag med e-post till [valberedningen@hrfstockholm.se](mailto:valberedningen@hrfstockholm.se) senast 28 februari.

**Valberedningen**  
*Ingegerd Bergkvist*  
*Lars I. Svensson*

## E-postlista



I dessa tider ändras saker snabbt och när denna tidning går i tryck vet vi inte mycket om hur världen, och myndigheternas rekommendationer ser ut om en månad eller så.

Därför kan vi behöva skicka ut information till er även mellan tidningsutgivningarna.

Vill du vara med på e-postlistan ska du skicka oss en hälsning per e-post till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se)

Vi följer givetvis lagstiftningen när det gäller personuppgifter och ger inte ut e-postadresser eller andra uppgifter till tredje part.

# Vårvandring kring sjön Trekanten

**När?** Fredagen den 23 april klockan 13  
**Var?** Start från Liljeholmens tunnelbanestation  
**Hur?** Under ledning av stadsguiden och konstnären Anders Djerf med mobila hörslingor och skrivtolkning och smittsäkert avstånd till varandra. Ingen kostnad.

Anmäl intresse till  
[anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se)  
eller ring  
08-462 24 31



**Anders Djerf** guidar oss i en vacker vårvandring som utgår från Liljeholmens tunnelbanestation. Vi promenerar ner till sjön Trekanten, ser Charlottendals 1700-talsgård, hör om dess historia och om alla små verksamheter som en gång fanns här vid sjön (kafferoteri, tryckfärgsfabrik, garveri, bageri med mera). Sedan fortsätter vi längs sjöns strand till Stora Fågelsången, en stor gård från 1700-talet med många Bellmansminnen.

Den guideade vandringen tar cirka 1,5 timme och därefter fikar den som vill vid Liljeholmstorget. Vandringen är gratis, fiket står var och en själv för.



## Vi stöttar dig när du ska prova ut hörapparat

Att besöka hörselvården kan vara utmanande, både för den som ska prova ut sin första hörapparat och för den som har hörapparater sedan tidigare, men ska prova ut nya. Det kan vara svårt att veta hur utprovningsprocessen går till, vilka frågor som kan vara bra att ställa, vilken information man ska få och vilket stöd man har rätt till.

För att du ska känna dig trygg i din kontakt med hörselvården erbjuder vi i samarbete med Hörselskadades distrikt i Stockholms län, hjälp i hörselvården. Du kan vända dig till oss för att ställa frågor både före och efter ditt besök i hörselvården och om du vill kan vi även följa med som stöd



när du besöker hörselvården. Det kostar ingenting och du är välkommen även om du inte är medlem i HRF.

Kontakta oss på 08-462 14 30 eller e-posta [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) för mera information. Läs också på [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se).

## Dags att anmäla sig till kongressen

Anmälan till Hörselskadades Riksförbunds förbundskongressen ska göras senast 27 februari.

Förbundskongressen kommer att ske helt digitalt den 28–30 maj 2021.

HRF Stockholm representeras av ombuden **Ulf Olsson, Lars Lindén, Jan Lamby, Anna Quarnström** och **Niklas Wikman**.

Ombuden har röst-, yttrande- och förslagsrätt under kongressen.

Övriga HRF-medlemmar har rätt att närvara som observatörer, utan röst-, yttrande- eller förslagsrätt.

Anmälan ska ske senast 27 februari via sidan [www.hrf.se/kongress2021](http://www.hrf.se/kongress2021) där all information om kongressen läggs ut efter hand.

## Seminarium om syn- och hörselinstruktörer

**Måndagen den 15 februari** klockan 13-15.30 bjuder Hörselskadades distrikt i Stockholms län in till ett digitalt seminarium om syn- och hörselinstruktörer.

Seminariet inleds med en inspirationsföreläsning av **Mats Borglund**, projektledare för Syn- och hörsellyftet

i Hörselskadades distrikt i Skånes län, samt **Helen Fernholm** och **Marie-Louise Andersson** från HRF Lund som aktivt arbetar med syn- och hörselinstruktörsfrågan i sin kommun.

Därefter föreläser **Mia Modig**, intressepolitisk ombudsman på vårt distrikt om

hur vi i Stockholms län ska tänka strategiskt och kunna påverka i den här frågan.

**Anmäl dig senast 14 februari** via formulär på distriktets hemsida:

[www.anmalan.distriktet.info](http://www.anmalan.distriktet.info)  
Seminariet hålls på Zoom och är skrivtolkat.



# Skördefest på Åland 17-19 september

Anmäl intresse redan nu för säker plats



Till sommaren ska man kunna resa igen och röra sig fritt förutspår myndigheterna. I september räknar vi därför med att helt tryggt kunna göra en resa till fina Åland och skördefesten som är en riktigt folkfest i öriket.

I år infaller Skördefesten 17-19 september och vi redan bokat bussen som ska ta oss runt på Åland.

Under detta veckoslut öppnar de åländska producenterna upp sina gårdar för besökare och man möts av en blandning av lantbruk, matproducenter och lokala hantverkare.



Här bjuds det på massor av nyskördade grönsaker, köttprodukter, honung, choklad samt mängder av

vackert hantverk – och allt kan du köpa direkt av producenten. Visste du till exempel att nästan 70 procent av

alla äpplen som produceras i Finland odlas på Åland?

Resan är fylld av upplevelser, kultur, historia samt självklart god mat och goda drycker. Detaljerat reseprogram kommer under våren. Varmt välkommen med!

Anmäl intresse till  
[anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se)  
eller ring  
08-462 24 31

**OBS! Några ströplatser kvar till Skåneresan 18-23 maj. Hör av dig så fort som möjligt: [anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se) eller ring 08-462 24 31.**

## Alla kan skapa och prata

Vi ordnar digitala "skapa och prata"-träffar torsdagarna 11 och 25 februari kl 14.30 - 15.30. Vi träffas på mötestjänsten Zoom och fikar och pratar.

Träffarna är skrivtolkade. Före mötet jobbar vi individuellt med den aktivitet vi själva valt (se nedan).

Om vi fortsätter digitalt eller kan träffas i lokalen i mars och senare beror på hur det ser ut med smittläget och rekommendationer. Håll koll på HRF Stockholms hemsida och facebook. Träffar i mars och april är: 11 mars, 25 mars, 8 april och 22 april.

**Så här går det till:** Vid 14.30 kopplar upp oss till Zoom via länk som kansliet skickat ut till våra e-postadresser några dagar före mötet. Om du är ny och vill få inbjudan så ska du anmäla det till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) så att vi kan skicka Zoom-länken till dig.

Du behöver en mobil, platta eller dator med webbkamera och mikrofon.

**Bakgrund:** Alla Kan Måla startade 2018 som en öppen grupp inom HRF Stockholm och har sedan dess träffats ungefär varannan torsdag med syftet "vi målar hellre än bra".

Pandemin medförde att det inte längre gick att träffas fysiskt på kansliet på Malmgårdsvägen. Vi var några deltagare som då bestämde oss för att lära oss Zoom och börja träffas digitalt.



Margareta Karlén och Ia Bergkvist hör till dem som brukade skapa i vår lokal på den gamla goda pandemifria tiden. Nu träffas de på Zoom i stället.

Nu vill vi bredda gruppen och bjuda in HRF-medlemmar som inte målar men som syr, stickar, virkar, skriver, fotograferar, pusslar, löser korsord och så vidare. Definitionen på "skapande" verksamhet är hur vid som helst så därför får gruppen byta namn till **Alla kan skapa!**

Alla nya och gamla HRF-medlemmar är varmt välkomna! Anmäl intresse till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) så läggs du till på e-postlistan.

# Digitala föreläsningar

## Att tänka på när du går till hörselmottagningen

Onsdagen den 24 februari  
kl 18-19 på Zoom

**Audionom Filip Tärnskär** föreläser om vad du ska tänka på när du går till hörselmottagningen och vad du kan förvänta dig av din audionom.

Han går genom hur ett besök på hörselmottagningen ska gå till, skillnaden mellan olika typer av hörapparater, hur man ska tolka sitt audiogram och andra saker som kan vara bra att veta innan du ska prova ut nya hörapparater.



## Avancerad hörselteknik för dig som vill veta mer

Onsdagen den 3 mars kl 13-14  
på Zoom

**Audionomerna Jonas Törne och Anna Gluchowski** föreläser för dig som är intresserad av lite mer avancerad hörselteknik. De tar bland annat upp uppladdningsbara hörapparater, OTC (Over the counter) hörapparater och FDA approval, distansprogrammering och ny bluetooth-teknik.



Anmäl dig direkt till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller **08-462 24 30**  
Du kan också anmäla dig via vår hemsida [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se).

## Digitalt TSS-café varje torsdag

**Vi fortsätter** med våra digitala TSS-caféer via mötesplattformen Zoom så länge det inte går att träffas fysiskt i vår lokal.

**Varje torsdag kl 17-18.30** möts vi upp på skärmen och lär oss tecken tillsammans. Vi loggar in och pratar om aktuella saker samtidigt som vi tecknar och hjälper varandra. Det är alltså ingen kurs med ledare utan mera språkcafé. Alla träffar är skrivtolkade.

En länk till mötet läggs upp på vår

hemsida och facebookside i början av varje vecka. I kalendern på hemsidan [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se) finns också träffar och länkarna för februari.

Mera information får du genom [anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se).

Välkommen med, vi har väldigt kul!



Eftersom det är svårt att planera något i dessa pandemitider är det bra att kolla vår hemsida eller facebookside då och då. Där lägger vi ut allting som händer. Vi har också en e-postlista där vi skickar ut information mellan utgivningarna av Språkröret.

Vill du vara med på den ska du maila oss på [anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se) så lägger vi till dig.

HRF Stockholms



**Vi följer** myndigheternas rekommendationer och håller nu enbart digitala bokcirkelträffar via Zoom. Länk till zoom skickas ut på e-post några dagar innan träffarna.

Nästa träff är 18 februari. Vill du vara med men är inte med på e-postlistan, hör av dig till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller tfn 08-462 24 30.

Vi kan också hjälpa dig att komma igång med Zoom så du kan delta i digitala möten.



**18 februari kl 13.30:**

**Karin Smirnoff**, alla tre eller valfri.

"Jag för ner till bror", "Vi för upp med mor" och "Sen för jag hem".

**18 mars kl 13.30:**

**Christina Carlsson Wetterberg:**

"Jag saknar fruntimmer här"

**15 april.** Boken inte bestämd då Språkröret går i tryck.



**Vi önskar er trevliga lässtunder!**



## Bridgeklubben

Bridgeklubben har beslutat att avvakta med träffarna tills pandemin är under kontroll och myndigheterna lättar på rekommendationerna. Medlemmarna får information via e-post eller telefon om det blir några ändringar innan nästa nummer av Språkröret utkommer.

*Ta hand om er!*

Spelledare

**Björn Åström**, 08-644 53 50

**Karl-Herman Sköldvall**, 08-648 89 84

**Hans Rångtell**, 0728-53 99 93

Kassör **Sonja Sköldvall**, 08-648 89 84

## Mahjong-klubben

Hej alla vänner i klubben. Tyvärr blev det inte som vi tänkt oss med vårens träffar. Nu får vi bara vänta och se när vi kan komma i gång igen. Till dess får vi hålla ut och hoppas på det bästa.

*Ta hand om er!*

Styrelsen

Årsavgift 50 kronor

Spelavgift inkl kaffe/te 10 kr

Vill du veta mer om oss? Ta kontakt!

Ordförande **Mats Olsson**

tfn 0707-30 61 88

maol90@hotmail.com

Kassör

**Wera Sjöström**

tfn 0761-90 57 18

verasjostrom@gmail.com

Klubbmästare **Maj-Lis Janzon**

tfn 0703-34 66 31

maj-lis.janzon@telia.com

## TSS-klubben

TSS-klubben har beslutat att inte starta upp verksamheten så länge restriktionerna kvarstår. Klubbmedlemmarna har kontakt per e-post så länge och övar på texter som Astrid skickar ut.

Det finns möjlighet att delta i föreningens digitala TSS-café för den intresserade. Se föregående sida.

*Ta hand om er!*

**Kontaktpersoner:**

**Lars Svensson**

lars.i.svensson@icloud.com

0702-55 63 50 (endast SMS)

**Vivianne Andersson**

viviand@telia.com

0730-58 03 77 (endast SMS)

## Konstklubben

Styrelsen har haft årets första styrelsemöte digitalt. Vi har gått igenom vår årsberättelse och ekonomiska berättelse för 2020 och faktiskt vågat oss på att planera för "ett liv efter coronan".

Vi väntar med årsmöte tills vi kan träffas "på riktigt" på Malmgårdsvägen, det vill säga när vi har fått bli vaccinerade. I bästa fall kan årsmötet bli sent i vår, i annat fall i början av hösten. Vi återkommer i god tid för anmälan.

Redan i början av mars skickar vi ut alla redovisningar som ska finnas inför ett årsmöte, och även inbetalningsavi för att vara medlem i Konstklubben i år.

Som tidigare kostar själva medlemskapet 175 kronor (varav det mesta går åt till konstinköp). Nytt för i år är att de som vill ha all skriftlig information som brev via posten, måste betala en tilläggsavgift på 80 kronor per år. Den ska betalas i samband med inbetalningen av årsavgiften.

OBS! Spara dagordning, årsberättelse och ekonomisk berättelse tills det är dags att träffas på årsmötet.

**Om coronaproblemet** minskar tack vare vaccinet hoppas vi kunna ordna ett par aktiviteter i vår:

**Vårsalongen på Liljevalchs** har vernissage den 23 april och håller på till och med 22 augusti. Vi hoppas kunna ordna en guidad visning där sent i vår.



**På Södermalm finns ett glasbruk,**

som är ganska trångt, men vi hoppas kunna träffas på deras trevliga innergård och gå in en liten grupp i taget på glasbruket någon gång i början eller slutet av sommaren.

Flera medlemmar i Konstklubben anmälde före coronan intresse för att ingå i den nya programgruppen och arrangera träffar av olika slag. Vi i styrelsen hoppas förstås att många har lust att göra det snart igen! Hör gärna av er med era idéer!

*Varma hälsningar från  
Konstklubbens styrelse!*

**Vill du bli medlem? Kontakta oss!**

Skicka ett mejl:

**konstklubben@hrfstockholm.se**

eller skicka sms till ordförande

**Anna-Lena Hörnkvist** 0707-57 71 28

eller kassör

**Gunnar Malmqvist** 0703-48 48 48

**Årsavgift:**

175 kr för den som vill ha utskick via e-post (vänligen uppge din e-postadress vid inbetalningen eller mejla till **konstklubben@hrfstockholm.se**), eller 255 kr för medlemmar som vill ha utskick via vanlig brevpöst.

Vänligen betala till **plusgirokonto**

**70 11 58 - 8**

eller till swishnummer **123 088 66 63**

Organisationsnummer: 802416-2227

## Nätverket Hör & Håpna

Våra träffar är inställda tills vidare i väntan på bättre tider. Vi hoppas innerligen på att kunna ordna någon träff före sommaren.

I så fall kommer en inbjudan i vanlig ordning via mail eller brev.

*Ta hand om er alla!*

Kontakt:

**Hans Lindberg** 0703-98 73 90 (sms)

h.lindberg.se@gmail.com

Information: **Gunnel Klingström**

0703-88 66 67 (sms)

gunnel.klingstrom@gmail.com

## POSTTIDNING B

Returnera till  
Språkröret, Hörselskadades förening i Stockholm,  
Malmgårdsvägen 63 A, 116 38 STOCKHOLM

På kansliet

### Kansliet

Vi fortsätter följa myndigheternas rekommendationer i möjligaste mån och ordnar inga aktiviteter i lokalen på Malmgårdsvägen ännu på ett tag.

Se hemsida och facebook för närmare information eller skicka e-post [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring **08-462 24 30** för information.

Telefontiderna är kl 10-16 måndag-fredag.

Vi svarar alltid på telefonsamtal och e-post!

### Personal

Vi som jobbar i föreningen nu är verksamhetsledare **Sandy Wadnor**, kommunikatör **Anne Sjökvist**, **Andreas Lindblom** samt **Lasse Åsberg**, som är hos oss februari ut.

För det mesta jobbar vi från våra hem nu för att undvika kollektivtrafiken, men vi är också in till lokalen och kan hjälpa till med kopiering eller andra kansligöromål.

### Vi hjälper gärna

Ta gärna kontakt med oss om du behöver hjälp att



Föreningslokalen står tom och öde och i väntan på bättre tider.

handla, installera något, beställa hörapparatsbatterier eller hitta information till exempel. Eller om du bara vill prata med någon.

### Facebook

På Facebook och hemsidan lägger vi ut mycket information mellan tidningarna. Genom att gå in där är du alltid uppdaterad med vad som är på gång.

### Låna slinga

Som medlem i HRF Stockholm har du möjlighet att utan kostnad låna mobilt slingsystem från

föreningen. Utlåning sker till medlemmar för privata sammankomster såsom dop, begravning, julfest eller födelsedagsfirande. Eller vid personlig rådgivning exempelvis hos läkare, fastighetsmäklare eller bank. Lätta att använda!

E-posta eller ring och reservera slinga/slingor så levererar vi hem till dig.

### Medlemsavgifter

Ett medlemskap i HRF kostar 300 kronor per år för huvudmedlem och 75 kronor för familjemedlem. Nu kan du också välja att betala

medlemsavgiften genom autogiro och då dras 25 kronor i månaden från ditt konto. Är du under 30 år kan du bli medlem i Unga Hörselskadade alldeles gratis.

### Tv-textning sidan 199

Textningen finns under samma sidnummer på text-tv på kanalerna SVT, TV3, TV4 och Kanal 5.

### SMS till 112

Du som hör dåligt kan kontakta nöd-nummer 112 via sms. Då ska du först registrera ditt mobilnummer genom att lämna dina uppgifter på [www.sosalarm.se/viktiga-telefonnummer/112/112-fortal--och-horselskadade/](http://www.sosalarm.se/viktiga-telefonnummer/112/112-fortal--och-horselskadade/)

### Vår integritetspolicy

Vi i HRF är noga med att hantera de personuppgifter som anförtros oss på ett tryggt och säkert sätt, i enlighet med gällande lagstiftning.

Har du frågor om detta kan du ringa eller skriva till [dataskyddsbud@hrfstockholm.se](mailto:dataskyddsbud@hrfstockholm.se).

Hela vår integritetspolicy finns på hemsidan.

## Hörselskadades förening i Stockholm

Besöksadress Malmgårdsvägen 63 A  
Postadress Malmgårdsvägen 63 A,  
116 38 Stockholm  
E-post [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se)  
Hemsida [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se)

Organisationsnr 802001-5551

Plusgiro **15 66 88-4**  
Swish **123 183 46 88**

Ordförande Anna Quarnström  
[anna.quarnstrom@hrfstockholm.se](mailto:anna.quarnstrom@hrfstockholm.se)

Telefon:  
Måndag-fredag kl 10-16

Kansli 08-462 24 30

Kommunikatör 08-462 24 31  
0761-01 40 27

Verksamhetsledare 08-462 24 38  
0761-01 40 25

Bokning av samlingssal görs via telefon  
08-462 24 30 eller e-post till  
[kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se)

Adressändring och medlemsanmälan:  
HRF:s medlemsregister,  
[medlemsregistret@hrf.se](mailto:medlemsregistret@hrf.se).  
Telefon: 08-457 55 48