

Språkröret

för Hörselskadades förening i Stockholm

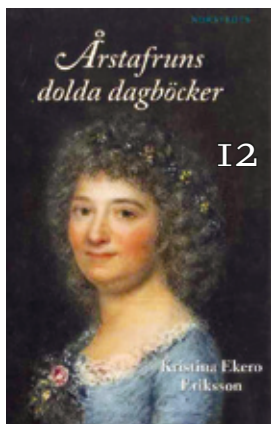
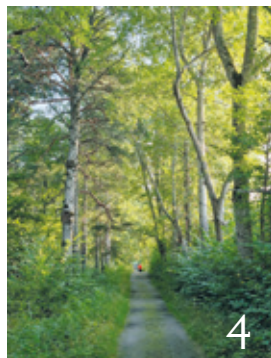
nr 3
september 2021
årgång 78

*Härlig höst
i HRF Sthlm*



Innehåll nr 1 2021

- 3 Ledaren
- 4 TSS-kurs på Wiks
- 6 Äldrevården
Helge Rask-Andersen
- 7 Ljudföreningar
- 8 Fint pris till Hipp-Happ
- 10 Kongressen
Digitala föreläsningar
- 11 Föreningsnytt
Höstmöte 2021
Hörselveckan
- 12 Parkfika i september
Guidad vandring i Årsta
- 13 Vi stöttar i hörselvården
- 14 Bokcirkeln
Alla kan skapa
TSS-torsdagar
- 15 Klubbarna
- 16 På kansliet



Vill du få e-post från oss med senaste nytt?
Skicka och berätta det till kansli@hrfstockholm.se

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
Wikiparken
Foto: Anne Sjökvist

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

Språkrörets utgivningsplan 2021
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.*

Teckna mera

Jag har varit på kurs. I fem dagar har jag intensivtränat tecken som stöd (TSS) och motsträviga fingrar har blivit allt mjukare.

Det känns som det är årtal sedan jag var på en fysisk kurs senast; på en kursgård med människor på plats, mycket och god mat, fikapausar och allt det där trevliga snacket mellan lektionerna som man aldrig kan få på en digital kurs på nätet. För att känna verklig gemenskap måste man träffas på riktigt, antar jag.

Det är förstås inte alls så jättelänge sedan, högst två år, men det känns som en evighet. Ett pandemiår känns nog som fem vanliga.

Kursen var i TSS, tecken som stöd, och som med allt annat man lär sig blir det allt intressantare ju mer man kan. Och ju mer jag kan, desto mer inser jag hur stort stöd det verkligen är att kunna använda tecken samtidigt som man pratar. Så dagens tips till dig som ännu inte kommit igång med att lära dig TSS är att göra det! Du kommer inte att ångra dig.

TSS-klubben i vår förening börjar träffas igen den 23 september. Häng på!

Eller kom med i torsdagskvällarnas TSS-fikagrupp där vi pratar och tecknar efter egen förmåga. Vi börjar digitalt i september men hoppas träffas i lokalen senare i höst.

Håll också utkik efter fler kurser i TSS på Wiks folkhögskola, det utlovas kurser på olika kunskapsnivå framöver. På sidorna 4-5 kan du läsa mer om Wik.

Mitt lilla barnbarn har fyllt ett år när denna tidning kommer ut. **Det** året har däremot gått väldigt fort. Ett barnbarnsår känns som ett halvt vanligt.

Det har inte blivit så många fysiska träffar som jag hade velat under året men däremot mängder av videosamtal.

Varje dag pratar vi en liten stund och då brukar jag alltid teckna lite också. Hon tittar noga och nu kan hon redan visa "glad" och "mat" och "älskar dig".

Och vet ni, med de tecknen och orden kommer man långt här i världen!



Anne Sjökvist
redaktör

Tack för gåvan

Föreningen har mottagit en penninggåva från Marion och Gösta Franzone. Varmt tack!

Föreningen är en fristad

Utvecklingen går faktiskt framåt på många håll, men det kan vara svårt att tänka så när man ser nyheterna. Det är klimathot, det är pandemi och det är oroligheter på många håll i världen.

Vår förening är en fristad mitt i allt detta tänker jag. Så jag blir så glad att tänka på de aktiviteter som nu åter är tillbaka i vår lokal även om vi ännu begränsar antalet besökare. Föreningen är

viktigare än någonsin som andningshål i en stökig tid.

I vår fina förening och lokal finns hörselslinga (eller skrivtolk), tid och förståelse vilket är allt jag behöver.

Här finns också Sandy, Anne och Andreas som får hjulen att snurra och bidrar till värme.

Har ni inte stiftat bekantskap med dem tidigare så gör det i höst när snålblåsten kommer.

Det finns kanske inte ett OS-mästerskap i konsten att leva väl – men på föreningen tar vi ändå medalj i att bry oss om varandra. Och det är verkligen en tröst när allt annat känns ovisst.

Må väl alla och ta hand om er. Hoppas att vi ses i föreningen i höst!

Anna Quarnström
ordförande



Foto: Patrick Miller

Ett år med Sandy:

"Jag är försiktigt hoppfull"

Tiden som verksamhetsledare för föreningen börjar närma sig ett år. "Redan?!" tänker jag. Det har gått otroligt fort och otroligt långsamt på en och samma gång. Jag har alltid haft en väldigt positiv syn på utvecklingen och har under hela detta år tänkt att nästa månad kommer vi på ett säkert sätt kunna öppna lokalen och verksamheten som vanligt igen.

Har det blivit som jag föreställt mig? Nej, inte riktigt. Pandemin har envist hållit sitt grepp om samhället och minskat möjligheterna till sociala träffar i en omfattande utsträckning och mycket roligt har fått skjutas på framtiden.

Tillsammans med fantastiska kollegor, styrelse och medlemmar har jag arbetat hårt för att hitta möjligheter

för att kunna arbeta vidare på ett säkert sätt. Vi har ställt om, tänkt nytt, testat ny teknik, ägnat åtskilliga timmar åt att finna bästa tekniken för vårt behov och tränat på online-mötesteknik. Man lär så länge man lever, och jag tycker att vi har lyckats anpassa verksamheten så bra det gått utifrån förutsättningarna.

Men nu längtar jag och säkert många med mig efter fysiska träffar där man kan lära sig så mycket mer av och om varandra än vad som är möjligt via en datorskärm.

Samtidigt har ju faktiskt de digitala mötesplatserna också öppnat upp och gjort föreningen mer tillgänglig för de medlemmar som av ett eller ett annat skäl inte kan delta fysiskt i våra aktiviteter. Så vi kommer nog att fortsätta med båda



En försiktigt hoppfull Sandy med dörren till lokalen på glänt.

sätten framöver. Föreläsningar fungerar till exempel mycket bra i digital form.

Jag har lärt mig mycket under det gångna året: Hur viktigt det är för oss människor att träffas, att man kan lösa problem i en pressad

situation och att något oväntat gott också kan komma ur något riktigt jobbigt.

När vädret blev varmare och vaccinationerna tog fart på försommaren kunde vi ha utomhusträffar med fika och bokcirkelträffar i Anna Lindhs park. De uppskattades både av er fantastiska medlemmar och av oss i personalen. Det blev många kära och efterlängtna återseenden och nya fina bekantskaper med. Dessa parkträffar fortsätter vi med i september. I skrivande stund ökar smittspridningen tyvärr igen i Stockholm och vi följer läget.

Så fort det är möjligt öppnar vi förstås upp lokalen i så stor utsträckning som det är säkert. Som Tegnell har uttryckt sig: Jag är försiktigt hoppfull.

Sköt om er så ses vi i höst!
Sandy Wadnor



Klaske Möller från Nacka och Eva Gyllenswärd från Täby hör till veteranerna som varit på Wiks TSS-kurser många gånger, periodvis två gånger per år.

Äntligen TSS-kurs på Wiks igen

Fem dagar av teckenlärande, nya och gamla vänner och bekantskaper, mycket skratt, tre överdådiga bufféer per dag, fika med goda bakverk två gånger om dagen, underbar miljö kring det medeltida slottet och vandringsleder utmed Lärstavikens strand med kossor, får och badstränder. Det låter väl inte så pjåkigt? Precis så är det att delta i TSS-kurs på Wiks folkhögskola.

Andra veckan i augusti var vi tjugo personer som upplevde detta, därtill till ett mycket facilt pris eftersom kostnaden för veckan till hälften sponsrades av HRF Stockholms distrikt. Vi hade anmält oss redan i fjol men då vet ni ju hur det blev, så vi hade alla väntat länge och ivrigt på detta.

I gänget fanns allt från riktiga nybörjare utan ett enda tecken i bagaget till sådana som själva agerat TSS-lärare i sina föreningar. Det var en utmaning som vår lärare **Helena Lindhe** klarade galant genom att dela upp oss i grupper. Repetition var nyttigt för de flesta ändå, eftersom många inte haft någon att använda sina TSS-kunskaper med under en lång tid.

– Jag är hörselpedagog och undervisar annars mest barn och lärare till barn med hörselskador i TSS. Det är första gången jag undervisar seniorer och jag har också lärt mig mycket under veckan, säger Helena som kommer att fortsätta undervisa TSS på Wiks framöver.

Eva Gyllenswärd och Gunhild Eriks-

son, som båda använt TSS under många år och varit på många kurser på Wiks genom åren, var nöjda med veckan.

– Det är så bra med en hel vecka så man får igång fingrarna och hinner repetera också. Även om vi använt TSS länge lär man sig också alltid något nytt, också teckenspråket utvecklas ju och det kommer nya tecken hela tiden. TSS är som alla andra språk som måste underhållas och användas för att hållas levande.

De betonar också vikten av att umgås och träffa andra hörselskadade på detta sätt.

– Den sociala gemenskapen som vi får på dessa kurser är minst lika viktig som tecknandet. Här får man vänner för livet.



Kurslokalen finns i det vackra Stenhuset till vänster om slottet.

Under de 40 år som folkhögskolan ordnat kurser för döva och hörselskadade har det varit många olika lärare och skolläda. Nu tycker Eva och Gunhild att det känns som skolan är på väg uppåt igen med bra atmosfär, nya serveringar, bra mat och fler gäster som ger stället liv och rörelse.

– Och så har man ju renoverat så fint här nu. Både hotellbyggnaderna och matsalen. Det är skön atmosfär.

Britt-Marie Ström från Uppsala kunde inte ett enda tecken när hon anlände till Wik. Hon var en av dem som blev "döpt" och fick ett persontecken under veckan.

– Jag är nöjd även om jag kanske inte har lärt mig jättemycket. Men nu ska jag hem och öva. Och jag kommer

helt säkert på fler kurser. Det har varit väldigt trevligt här.

Nästa TSS-kurs hålls veckoslutet 1-3 oktober om det inte blir nya restriktioner och kursansvariga Pernilla Berg lovar att det kommer fler TSS-kurser på olika nivåer framöver.

Wiks folkhögskola har ordnat kurser i TSS sedan början av 1980-talet. Skolan söker bidrag från SPSM (Specialpedagogiska skolmyndigheten) för delar av kostnaden för mat och boende. Det gör att kursavgiften blir lite lägre för deltagarna.

Läs mer om kurserna på <https://regionuppsala.se/wik-folkhogskola/>

Anne Sjökvist



Margareta Karlén har haft ett persontecken länge men aldrig blivit "döpt". Det rättades till under veckan. Eva Gyllenswärd är assisterande präst, Sven Ankar biskop och Ann-Britt Gustavsson gudmor.



Läraren Helena Lindhe från Västerås.



Veckan avslutades med tipspromenad. Här ställer Anna Svensson sin fråga.



Wiks slott har anor ända från 1200-talet och det sägs spöka både inne och ute i slottsparken.

Usla hörselmiljöer på stadens äldreboenden

Äldreförvaltningen i Stockholms stad har gjort en utredning av hörselmiljöerna på stadens äldreboenden och rapporten släpptes i våras. Den är ingen upplyftande läsning.

Man räknar att de allra flesta, 85-90 procent, av dem som bor på äldreboenden har nedsatt hörsel i varierande grad. Trots detta konstateras i rapporten att majoriteten av Micasas fastigheter är byggda utifrån andra krav vad gäller akustik än vad som gäller vid nyproduktion i dag och att inga särskilda ljudanpassningar har gjorts för att förbättra ljudmiljön på äldreboendena.

Personalen konstateras ha generellt låg eller mycket låg kunskap om hörselnedsättning och hur man bemöter en person med nedsatt hörsel. Likaså har personalen låg kunskap om hörselhjälpmedel och hur de ska hanteras. Det finns även generellt låg kunskap inom personalen om att det i staden finns syn- och hörselinstruktörer som kan ge råd och stöd.

Äldreförvaltningen föreslår därför en rad åtgärder; bland annat att personalen inom äldreomsorgen ska utbildas för att höja hörselkompetensen. Hörselkompetens ska också vara en faktor som man följer upp och som tydligt framkommer i de avtal som staden gör för hemtjänst, vård- och omsorgsboende och dagverksamhet.

Förslaget är att ta fram ett utbildningsmaterial, till exempel en film som beskriver förhållningssätt och goda råd kring hörselnedsättning, god hörselmiljö och hantering av hörselhjälpmedel med tillhörande checklista.

Förvaltningen föreslår också en översyn och förtydligande av syn- och hörselinstruktörernas organisation, uppdrag och arbetssätt.

Erik Slottnér (KD) är stadens äldreborgarråd. Hur ska han se till att äldreförvaltningens åtgärdsförslag blir verklighet?

– En åtgärd vidtar vi redan på äld-



renämnden i slutet av augusti då vi i uppdragsbeskrivningen ställer krav på att kompetens kring dessa frågor ska finnas hos personalen, en sådan skrivning saknas idag och är också en av åtgärderna som lyfts i rapporten. Även hjälp med rengöring av exempelvis hörapparater finns med. Övriga frågor är sådant som måste tas in i budgetarbetet för att kunna genomföras. Dessa förhandlingar har ännu inte påbörjats. Budgeten presenteras i mitten av oktober.

Digital föreläsning med Helge Rask-Andersen

När? Onsdagen den 2 november kl 18-19

Var? Hemma vid din dator på mötesplattformen Zoom

Anmäl till kansli@hrfstokholm.se före 31 oktober

Helge Rask-Andersen är en av Sveriges mest framstående hörselforskare och även en av de populäraste föreläsarna om hörsel. Hans entusiasm kring örats anatomi och funktion smittar av sig och hans beskrivningar av örat låter nästan som poesi.



Helges nya bok "Svindlande vindlingar" finns i vår lokal på Malmgårdsvägen.

Den entusiasmen kan vi nu också ta del av i bokform. **"Svindlande vindlingar"** kom ut i våras och är en vacker bok fylld av fantastiska bilder. Boken är en hyllning till kroppens sinnrika skapelser och är i bekant populärvetenskaplig form.

Han tillägnar boken Hörselskadades Riksförbund och alla de fantastiska patienter han mött under åren och de som gett sitt stöd till forskningen. Boken finns i vår lokal att låna eller bläddra i på plats.

Men du har också chansen att höra Helge berätta i en digital föreläsning som HRF Stockholm gör i samarbete med Stockholmsdistriktet den 2



november. I föreläsningen har han lite extra fokus på Ménières sjukdom som är ett av hans specialområden.

I föreläsningen berättar denna oförtröttlige seniorprofessor även om sin nya forskning. Han ska börja studera vilka faktorer som gör att krokodilernas hårceller i hörselnäcken nybildas på några veckor. Hade vi samma förmåga som krokodilerna skulle de flesta inte få någon hörselnedsättning.



Filmatisch för filmen *First Cow*.

Ljutföröreningar måste bekämpas

En rostbrun ko på en pråm glider sakta ner för en flod i Oregon på 1820-talet. En scen ur filmen *First Cow* av den amerikanska regissören **Kelly Reichardt** som skapar annorlunda västernfilmer med naturen i centrum.

Hon berättade nyligen i en intervju i DN att ljudmiljön är det svåraste när hon jobbar med film. Ljutföröreningar finns överallt. Även om du befinner dig långt inne i en skog passerar ett flygplan var trettonde sekund. Därför kan det vara svårare att "reka" (rekognosera) fungerande ljudmiljöer än att bilda sätta.

Formgivaren Clary Hahr gick ut Högre konstindustriella skolan i Stockholm 1895. Hon var en pionjär när det gällde textilier och tapettryck och skapade bland annat mönster åt svenska Kåbergs tapetfabrik och brit-



Formgivaren Clary Hahr blev döv när tyskarna bombade London under Blitzten. Bild från Statens porträttsamling.

tiska Sanderson. Clary Hahr var också nära vän med **Märta Måås-Fjetterström** och de brevväxlade hela livet.

Författaren **Annika Persson** berättar i sin bok *Var vid gott mod* (om Märta Måås-Fjetterström) att under tyskarnas massiva bombningar av London, som inleddes i september 1940, gick Clary Hahr upp på taket till sitt hus vid Landbroke Gardens i den brittiska huvudstaden för att beskåda det ohyggliga skådespelet. Under de månader som Blitzten pågick släpptes totalt 50 000 sprängbomber och miljontals brandbomber. För Clary Hahrs del resulterade det outhärdliga oväsendet i att hon blev stendöv på ett ögonblick och resten av sitt liv (hon blev 83 år) fick kommunicera genom att skriva och läsa på lappar.

På ön är all biltrafik förbjuden. Bryggan vetter mot stora farleden, men oljetankern Tellus (124 meter lång) som vi zoomar in i kikaren larmar inte så mycket, inte heller den finska bogserbåten Leonardo som drar delar av ett mudderverk. Då hörs de flygplan som passerar över oss betydligt mer.

På ön njuter vi största delen av dygnet av tystnaden. Något som gör att vi kan sänka våra egna röster och njuta av stillhet och ro.

Det hävdas ibland att det är en utopi att stävja ljutföröreningar i dagens urbana samhälle. Det är naturligtvis helt gale. Tvärtom vet vi att ljutföröre-

ningar skadar hörseln, ökar stress och bidrar till sämre hälsa när det gäller hjärtat. Självklart har vi ett gemensamt ansvar att se till att samhället fungerar, för alla. Då måste vi också kräva konkreta åtgärder mot de ökade ljutföröreningarna och lyfta målkonflikter som kan resultera i kontroversiella beslut för att bekämpa oljudet. Även på politisk nivå, såväl när det gäller arbetsplatser och fritid som samhället i övrigt.

Kersti Bergold



Foto: Jan-Olof Bergold



Teater Hipp-Happs ensemble: Vivian Wollmo, teaterledare Jan Simonsson, Maritha Falk Holmgren, Irene Montero, Magnus Nordström, Ewa Ericsson, Maud Holmberg och Claes Mattsson.

Teater Hipp-Happ

fick det första av JP Strömngrens kulturpris

Teater Hipp-Happ som verkar under vår förening fick tillsammans med konstnären Hampus Sjöberg från Borlänge dela på det första kulturpriset som delas ut i HRFs tidigare ordförande Jan-Peter Strömngrens namn. Priset delades ut i en digital ceremoni strax före midsommar och det är glada Hipp-Happare som svarar på frågan hur det känns att få vara allra första pristagarna av detta fina pris.

– **Att få priset** kändes underbart efter så många år som vi kämpat och fått så mycket respons från vår publik, säger **Vivian Wollmo**.

Vivian har varit med i Hipp-Happ nästan från start och gruppen har hjälpt henne att få ut sin ilska över att ha en hörselnedsättning, säger hon.

– I Hipp-Happ är jag människa med vänner som upplever samma sak som jag.

Maud Holmberg är också en av dem som varit med ända från starten 2009.

– Att få priset var en bekräftelse på att vi gör något bra för alla hörselskadade och att vi är uppskattade, säger hon.

Ewa Ericsson hör till de nyare skådespelarna och känner att priset också kan ge lite ökad press på att leverera, och det kan kännas lite läskigt.

Hipp-Happs skådespelare lämnar ut mycket av sig själva och sina hörselskador i föreställningarna.

– Du är ofta sårbar nog ändå när du har en hörselnedsättning. Att sedan våga ställa dig på en scen och kanske inte höra inför en större publik, det är en utmaning som kräver mod. Jag har sett fantastiska förvandlingar på några i gruppen under åren, säger Maud.

En höjdpunkt i Hipp-Happs karriär var turnén till Åland och Finland som gruppen gjorde 2012.

– Vi blev så sammansvetsade och kände oss väldigt betydelsefulla. Det blev ett fantastiskt äventyr genom Finland, från Åland via Helsingfors till Vasa. Men varje spelning, liten som stor, är en höjdpunkt som alla ser fram emot varje gång. Vi älskar nog alla att spela teater och speciellt när det handlar om våra egna hörselskador, säger Maud.

Teaterledaren Jan Simonsson är den enda i gruppen som är normalhörande.

– När vi spelat vår kabaret genom åren har vi börjat ompröva vår inställning till hur teater med hörselskadade på scenen ska se ut. Ska det göras på teaterns villkor, eller på de hörselskadade skådespelarnas villkor? Vi har gått från att spela en kabaré som var anpassad till en hörande teaterpublik, till att laborera med teater som faktiskt måste göra halt inför de hörselmässiga problem som uppstår. Det arbetet var vi mitt uppe i när pandemin slog till, berättar han.

Ett sätt att lösa detta är att alla skådespelarna är på scenen hela tiden, eftersom det är väldigt svårt att veta när man ska komma in om man inte kan höra stickreplikerna.

Teater Hipp-Happ håller alltså på med ett nytt projekt som blev satt på paus under pandemin, men de åtar sig gärna även mindre uppträdanden, med specialskrivna sketcher så länge det har med hörsel att göra. Till exempel till en förenings årsmöte eller fest. Bokningar sker via Jan Simonsson.

Det finns plats för fler skådespelare i teatergruppen och för att testa på behöver du inte ha någon vana alls av att stå på scen. Alla i gruppen utom Jan är amatörskådespelare. Däremot ska du ha en egen hörselskada.

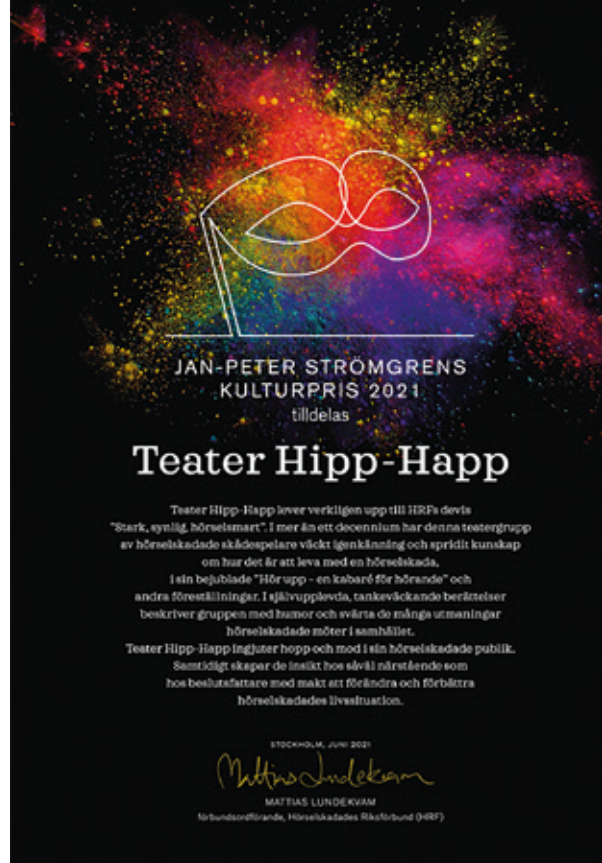
Teater Hipp-Happ grundades 2010 efter en idé som kläcktes av **Karina Hell Andersson** och **Gullevi Taxén** på HRF Stockholm 2009.

Deras största föreställning är **Hör upp! – en kabaret för hörande** där de framför dråpliga, tankeväckande självupplevda sketcher om hur det är att leva med en hörselskada.

Juryens motivering

Teater Hipp-Happ är en teatergrupp av hörselskadade inom HRF-föreningen i Stockholm. Namnet Hipp-Happ kommer från "happ", som är ett slanguttryck för hörapparater bland hörselskadade.

Teatergruppen får priset för att de lever upp till HRF-devisen "stark, synlig, hörselsmart" och för att de sedan 2010 "väckt igenkänning och spridit kunskap om hur det är att leva med en hörselskada", säger motiveringen. "I självupplevda, tankeväckande berättelser beskriver gruppen med humor och svärta de många utmaningar hörselskadade möter i samhället. Teater Hipp-Happ ingjuter hopp och mod i sin hörselskadade publik. Samtidigt skapar de insikt hos såväl närstående som hos beslutsfattare med makt att förändra och förbättra hörselskadades livssituation."



Stor ära, 10 000 kronor och detta fina diplom utgjorde priset som Teater Hipp-Happ fick.

Jan-Peter Strömgrens Kulturfond

Jan-Peter Strömgrens Kulturfond instiftades av Hörselskadades Riksförbund (HRF) efter kongressen 2016, som ett tack för hans insatser som HRFs förbundsordförande under 16 år, 2000-2016.

JP Strömgrens Kulturpris är ett årligt pris till hörselskadade personer som är verksamma inom kulturområdet. I år delades första priserna ut och prissumman uppgick till totalt 20 000 kronor.

Fonden inspirerades av JPs kulturintresse och priset är i HRFs anda – en utmärkelse till hörselskadade, utdelat av hörselskadade.

För bokning, information eller om du vill bli medlem i Hipp-Happ, kontakta teaterledare Jan Simonsson 070 520 24 74 jansimonsson23@gmail.com

Jury består av kulturfondens styrelse och hörselskadade kulturmänniskor. Årets jury utgjordes av **Mattias Lundekvam** (förbundsordförande), **Jonas Sahlberg**, (förbundskassör), **Jan-Peter Strömgren**, **Thomas Lindberg** (musiker/sångare) och **Tove Lagerqvist** (författare).



Jan-Peter Strömgren var förbundsordförande i HRF i sexton år, 2000-2016.

Flera stockholmare i förbundets nya styrelse

Den första helt digitala kongressen i Hörselskadades riksförbunds historia hölls 28-30 maj. Alla som ville kunde följa kongressen på nätet.

Det mest spännande på kongressen var valet av nya styrelsen där det blev omröstningar. För Stockholmsföreningen gick det bra och fyra av våra medlemmar sitter nu på viktiga poster i förbundsledningen: **Jonas Sahlberg** som fortsätter som kassör, **Ulf Olsson** och **Eva Blomquist** som är nya viceordföranden och **Jan Lamby** som är ny sammankallare i valberedningen.

Föreningen representerades av fyra ombud: **Anna Quarnström**, **Niklas Wikman**, **Jan Lamby** och **Ulf Olsson**.

Sämre gick det för alla de motioner som föreningen hade lämnat in och varav ingen fick gehör av vare sig förbunds-

styrelse eller ombud. Bland annat hade föreningen lämnat in motioner om att en förbundsjurist borde anställas samt att medlemsavgiften ska fördelas så att lokalföreningarna får en större andel.

Kongressen beslöt bland annat att medlemsavgiften ska vara oförändrad de närmaste fyra åren. Nästa kongress hålls 2025.



Mattias Lundekvam återvaldes enhälligt som förbundsordförande.



Ulf Olsson är ny viceordförande i förbundsstyrelsen. Han är aktiv medlem och intern revisor i vår förening.



Eva Blomquist är också viceordförande i nya förbundsstyrelsen. Hon flyttade från Jönköping till Farsta 2019 och är sedan dess medlem i HRF Stockholm.



Jan Lamby är ny sammankallare i valberedningen. Han är viceordförande i vår förening.



Jonas Sahlberg återvaldes till kassörsposten.

Digital föreläsning om psykisk ohälsa hos döva och hörselskadade barn

Torsdagen den 2 september hålls en digital föreläsning som riktar sig till föräldrar till döva och hörselskadade barn och unga,



Patrick Kermit.

ungdomar, unga vuxna eller de som kommer i kontakt med målgruppen genom sitt arbete.

Föreläsningen består av två delar. Del ett är en video med föreläsaren **Patrick Kermit**, som forskat om utbildning, språk och livsstrategier för att undvika psykisk ohälsa för döva och hörselskadade barn.

I videon berättar Patrick om forskningen och filmen finns tillgänglig från klockan 10 på föreläsningdagen på www.hrf.se/stockholmslan. Videon är textad.

Klockan 19 samma dag hålls ett livesamtal med **Patrick Kermit** och **Lea Strandberg** som är psykolog och psykoterapeut inom dövteamet Örebro. De diskuterar de ämnen som tagits upp i Patricks film och deltagarna får möjlighet att ställa frågor. Livesamtalet sker i Zoom och är skrifttolkat.

Föreläsningen ordnas av Hörselskadades distrikt i Stockholms län, HRF Stockholm, UHiS/HiSUS och DHB Östra.

Anmäl genom distriktets hemsida.

Fler föreläsningar

Vårt distrikt bjuder på flera intressanta digitala föreläsningar i höst. Mera info på www.hrf.se/stockholmslan.

7 oktober kl 15-16

Om Stockholms läns museums digitala utbud med museichef **Annelie Kurttila**.

26 oktober kl 18-19

Om Infoteket där det finns information om funktionsnedsättningar och psykisk ohälsa.

11 november kl 18-19.30

Om skrifttolkning med **Mohammed Shakrah**.

Samtliga föreläsningar är givetvis skrifttolkade och det finns möjlighet att ställa frågor.

KALLELSE TILL

Höstmöte 2021

SÖNDAGEN DEN 24 OKTOBER KLOCKAN 14-16

I VÅR LOKAL PÅ MALMGÅRDSVÄGEN 63 A, SÖDERMALM OCH PÅ MÖTESPLATTFORMEN ZOOM

PROGRAM

- 14.00** Registrering och servering.
Soppa med gott bröd samt kaffe och kaka.
14.30 Styrelsen presenterar sig
15.00 Höstmötet inleds
16.00 Höstmötet avslutas

Handlingar finns i vår lokal och på hrfstockholm.se från den 18 oktober.

Anmäl dig till kansli@hrfstockholm.se eller ring 08-462 24 30 senast fredagen den 15 oktober.
Berätta om du deltar digitalt eller på plats i lokalen.

Slinga, skrivtolkar och teckenspråkstolkar finns.

FÖRSLAG TILL DAGORDNING

1. Höstmötet öppnas
2. Fråga om kallelse skett enligt stadgarna
3. Fastställande av antalet röstberättigade
4. Fastställande av dagordning
5. Val av mötesfunktionärer
6. Förslag till verksamhetsplan 2022
7. Fastställande av budget för 2022
8. Rapporter
9. Övriga frågor
10. Mötet avslutas

Vill du vara volontär i hörselveckan?

Årets hörselvecka infaller 11-17 oktober. Vi planerar att vara med i vårt distrikts informationskampanj under veckan och behöver frivilliga som vill hjälpa oss att sprida flygblad med information om hörselskador och hörselskadade.

Tanken är att sprida flygblad på alla möjliga platser i Stockholms län. Det handlar om att synas med fakta om vår målgrupp och vi vet ju alla att det finns så många fler som har en hörselnedsättning än vi som engagerar oss i HRF.

Självklart kommer kampanjen att ske i enlighet med de restriktioner som gäller då och på ett smittsäkert sätt.

Även andra aktiviteter är under planering för hörselveckan. Vi skickar ut

mera information via e-postlistan och på hemsida och facebook. Håll ögonen öppna och kom gärna med tips och idéer på vad du tycker att vi ska göra i denna vecka!

Hörselveckan är en vecka i oktober varje år då vi i Hörselskadades Riksförbund (HRF) uppmärksammar landets 1,5 miljoner hörselskadade och väcker opinion för ett hörselsmart samhälle, där alla hörselskadade kan leva i full delaktighet och jämlikhet.

Vill du vara med och sprida kunskap om hörsel?
Hör av dig till oss på e-post kansli@hrfstockholm.se eller ring 08-462 24 30.

Ny omgång HRF Talks

Riksförbundet återkommer med förra årets succé, HRF Talks, i hörselveckan 11-17 oktober.

Det blir sju webbsända föredrag på förbundets hemsida med sju nya intressanta föreläsare under sju dagar. Föredrag som ger kunskap, inspiration och hörselsmarta idéer.

Förra årets föredrag kan fortfarande ses på sidan <https://hrf.se/HRFTalks/>



Parkfika i pandemitid

Vi tar det säkra för det osäkra och har inte öppettid i lokalen ännu i september. Men vi hoppas på fint och soligt väder och träffas ute och fikar på onsdagarna.

Anna Lindhs park ligger alldeles nedanför vår lokal mot Hammarby kanal. Följ Malmgårdsvägen förbi 63:an där lokalen ligger och gå cirka 150 meter rakt mot kanalen så kommer du till parken. Kommer du med färdtjänst ska du uppge adressen **Färggårdstorget 24**, sedan är det bara 50 meter att gå mot kanalen.

Har du svårt att hitta oss eller behöver hjälp, ring **0761 01 40 26** så möter vi upp.

Föreningen bjuder på fika med bulle men du kan

förstås ta med egen matsäck om du vill. Det finns möjlighet att använda toaletten i vår lokal.

Mobila teleslingor finns för den som behöver.

Varmt välkommen!

I juni hade vi tur med försommarsvädret. Vi hoppas på fint väder även i september.



Vi träffas på onsdagar i Anna Lindhs park vid Hammarby kanal

8 september kl 13-15
15 september kl 13-15
22 september kl 13-15
29 september kl 13-15

Inställt vid regn eller ruskväder.

Ring 08-462 24 30 eller mejla kansli@hrfstockholm.se och kolla om du är osäker.

Du kan också titta på vår facebook-sida eller hemsidan www.hrfstockholm.se

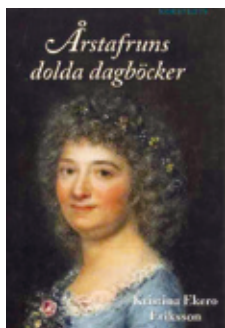
Guidad stadsvandring i Årstafruns fotspår

När? Onsdagen den 15 september

Var? Start 12.30 från dammen vid Skälderviksplan Årstaberg

Hur? Under ledning av stadsguiden och konstnären Anders Djerf med mobila hörslingor och skrittolkning. Ingen kostnad.

Anmäl till anne.sjokvist@hrfstockholm.se eller ring 08-462 24 31.



Årstafrun skrev dagbok 1793 -1839.

Följ med på en vandring med fokus på "Årstafrun" **Märta Helena Reenstierna** och Årsta gårds historia, från 1300-talet till idag. Genom hennes dagböcker vet vi väldigt väl hur livet gestaltade sig för en herrgårdsfru i slutet av 1700- och början av 1800-talen.

Vi samlas vid dammen på Skälderviksplan, en kort promenadväg från Årstabergs tvärbane- och pendeltågsstation. Där förflyttas vi till 1950-talets Årsta och sedan drar vi oss i maklig takt mot Årsta gård, går ner till Årstavikens strand och upp igen på andra sidan gården. Det finns inga trappor på denna vandring som är cirka två kilometer. Efteråt tar vi bussen två hållplatser till Årsta torg för fika för den som vill.



Anders Djerf är stadsguide och konstnär. Han leder oss genom Årsta gårds historia.

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 väl-

kommen även om du inte är medlem i HRF.

Kontakta oss på **08-462 24 30** eller e-posta **kansli@hrfstockholm.se** för mera information. Läs också mer på vår hemsida **www.hrfstockholm.se**.



Vi kan alla behöva stöd ibland.

Behöver du hjälp hemma?

Alla seniorer har inte barn eller barnbarn till hands eller rätt till hemtjänst men kan ändå behöva en hjälpande hand hemma ibland. Kanske behöver du hänga upp en hylla, föra något skrymmande till återvinningen, få hjälp att komma igång med datorn eller möblera om till exempel?

Om du är medlem i HRF Stockholm kan du höra av dig till oss så kan vi förhoppningsvis förmedla den hjälp du behöver. Då får du besök av pålitliga personer som vet hur man bemöter dig som hör dåligt.

Observera att detta inte gäller jobb som kräver utbildade elektriker eller rörmokare.

Ring oss och diskutera på tfn **08-462 24 30** eller skicka en e-post på **kansli@hrfstockholm.se**.

Kort som hjälper dig få skrivtolk

Vi har tagit fram ett litet kort att ha i fickan om olyckan skulle vara framme eller det uppstår någon annan situation där man kan behöva skrivtolk akut men inte själv kan ringa och beställa.

Skrivtolkning är inte lika känt som teckenspråkstolkning och det är rätt sällan sjukvårdspersonal vet att de kan beställa skrivtolkar och ännu mer sällan de vet hur man går till väga. Skrivtolken kostar varken dig eller sjukvården någonting.

Du kan ta ett kort när du besöker oss på Malmgårdsvägen 63 A, eller så kan vi skicka ett till dig på posten. Hör av dig till vårt kansli i så fall, tfn **08-462 24 30** eller maila oss på

Jag är
hörselskadad
och behöver
en skrivtolk.
Var vänlig
och beställ
en åt mig.

Vänd för
beställningsuppgifter.

Tolkcentralen
Stockholms läns
landsting
08-123 359 50

Efter kontorstid
kopplas ni vidare
via knappval
till 1177 Vårdguiden

**Tolk till sjukvård är
kostnadsfritt!**

Ditt testamente kan bli en gåva för livet

Ett testamente är en personlig önskan som lever vidare efter din bortgång. Beställ vår broschyr om hur du skriver testamente och vilka regler som gäller. Där kan du också läsa hur du gör när du vill ge delar av dina tillgångar till välgörande ändamål. Ett sätt att göra gott är att stödja Hörselskadades förening i Stockholm. Vi arbetar för att göra tillvaron lättare för människor med hörselnedsättning.



Ja, jag vill ha broschyren om att skriva testamente.

Namn _____

Adress _____

Postnr _____ Postadress _____

Klipp ut och posta till:

HRF Stockholm, Malmgårdsvägen 63A, 116 38 Stockholm.

Du kan också beställa broschyren genom att e-posta kansli@hrfstockholm.se eller ringa 08-462 24 30



HRF Stockholms



Vi träffas igen i lokalen på Malmgårdsvägen 63 A i höst och hoppas att det inte behövs striktare restriktioner.

Vi beslöt innan sommaren att läsa Klas Östergrens "Renegater" som sommarläsning men böckerna till övriga träffar i höst bestämmer vi på första träffen, den 9 september.

Väl mött!

9 september kl 13.30:

Klas Östergren
"Renegater"

7 oktober kl 13.30

Bok inte bestämt

4 november kl 13.30

Bok inte bestämt

2 december kl 13.30

Bok inte bestämt



TSS-kvällar

Från och med oktober hoppas vi komma igång med TSS-kvällarna i vår lokal igen på torsdagar.

Fram till dess kör vi digitala TSS-träffar på Zoom från och med 9 september.

Håll utkik på vår Facebook- och hemsida där du hittar länkar till träffarna och mera information.

Vi pratar och tecknar efter förmåga, passar alla nivåer.

Häng med och teckna!

Alla kan skapa



Gruppen är numera öppen för all typ av skapande.

Alla kan måla-gruppen som startade 2018 som en öppen grupp inom HRF Stockholm med syftet "vi målar hellre än bra" går numera under namnet **Alla kan skapa**. Så HRF-medlemmar som syr, stickar, virkar, skriver, fotograferar, pusslar, löser korsord och så vidare är varmt välkomna att delta i våra träffar. Alltså de som sysslar med som helst som kan rubriceras som "skapande".

Höstens träffar hålls i lokalen på Malmgårdsvägen 63 A på torsdagar klockan 13.30–16 om det inte blir några nya restriktioner.

Höstens träffar:

torsdag 23 september 13.30

torsdag 21 oktober 13.30

torsdag 18 november 13.30

torsdag 16 december 13.30

Alla medlemmar i HRF Stockholm är varmt välkomna! Anmäl intresse till kansli@hrfstockholm.se eller ring **0761-01 40 27**.

Bridgeklubben

Bridgeklubben har med ålderns rätt beslutat att lägga ner sin verksamhet. Vi tackar medlemmarna för dessa år och hoppas att vi ses på andra evenemang i föreningen.

Ta hand om er

Mahjong-klubben



Onsdagen den 1 september

öppnas äntligen portarna till Malmgårdsvägen igen för klubbverksamhet. Vi har höstens första träff den onsdagen och spelar sedan varannan onsdag mellan klockan 11 och 14 enligt tidigare överenskommelse.

Höstens mahjongträffar:

September 01, 15 (årsmöte), 29

Oktober 13, 27

November 10, 24

December 08 jullunch

Kallelse till årsmöte onsdag 15 september kl 11.00 i samlings-salen.

Skrivtolkning

Efter förhandlingarna bjuder klubben på lunch. **Vi vill ha svar om deltagande i årsmötet till Maj-Lis senast 8 september.**

Vi ses!

Styrelsen

Årsavgift 50 kronor

Spelavgift inkl kaffe/te 10 kr

Vill du veta mer om oss? Ta kontakt!

Eftersom det är svårt att planera något i dessa pandemitider är det bra att kolla vår hemsida www.hrfstockholm.se eller facebook-sida 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 så lägger vi till dig.

Ordförande **Mats Olsson**
tfn 0707-30 61 88
maol90@hotmail.com

Kassör **Wera Sjöström**
tfn 0761-90 57 18
werasjostrom@gmail.com

Klubbmästare **Maj-Lis Janzon**
tfn 0703-34 66 31
maj-lis.janzon@telia.com

TSS-klubben



Äntligen vågar vi tro på att kunna starta vår TSS träning

Den **23 september** drar vi igång och fortsätter **varje torsdag klockan 11-13** under hösten ända fram till den **2 december**, då vi har avslutning.

Välkommen att komma och träna TSS. Vi utgår ifrån att du är fullt vaccinerad och stannar hemma om du känner dig förkyld.

Vi börjar klockan 11 och tecknar i mindre grupper. Efter en timme har vi paus och tar en bensträckare, dricker kaffe och äter kanske en smörgås som du själv har med dig. Sedan fortsätter vi träna TSS fram till klockan 13.

Välkommen!

Kontaktpersoner:
Lars Svensson
lars.i.svensson@icloud.com
0702-55 63 50 (endast SMS)

Vivianne Andersson
vivian@telia.com
0730-58 03 77 (endast SMS)

Konstklubben

Medlemmar i Konstklubben!
Nu håller vi trots rapporter om ökad smittspridning ändå tummarna för en lite mer "normal" höst med mer social samvaro igen.

När denna tidning runt månadsskiftet landar hemma hos dig står Konstklubben i begrepp att genomföra en **bussutflykt** runt olika konstplatser på Värmdö. Till denna utflykt har klubbens medlemmar fått inbjudan via mejl/brevpost, den har även annonserats på stockholmsföreningens facebook och hemsida.

Vi har ännu inga andra konstaktiviteter inplanerade för hösten. Läget känns fortfarande osäkert och programgruppen har inte heller (såvitt sekreteraren förstått) fått några konkreta förslag från medlemmarna att bygga vidare på. *)

Årsmöte

Det sedan i våras uppskjutna års-mötet måste vi dock genomföra.

Notera därför Konstklubbens årsmöte **lördag den 2 oktober kl 13.00** i era kalendrar.

Kallelse och handlingar kommer att skickas ut per mejl/brevpost cirka tre veckor innan. Med lite tur kan årsmötet genomföras ungefär som vanligt med föreläsare, något att äta och därefter årsmöteshandlingar. Men om smittan "galopperar" så kan det tänkas att årsmötet måste ske på alternativt sätt, till exempel via poströstning. Styrelsen återkommer med mer information när vi vet mer om läget.

*) Kom ihåg att Konstklubbens nya organisation (beslutad på årsmötet 2019) är "platt" vilket innebär att Konstklubbens medlemmar själva föreslår och ordnar klubbens aktiviteter tillsammans med den programgrupp som valdes på årsmötet och vars sammanhållande är **Christina Sjöstrand Rydell, christina.rydell@gmail.com**. Skicka mejl till henne med aktivitetsförslag!

PS. Meddela oss om du byter mejladress eller inte lämnat den till oss ännu. Information från klubben skickas nu främst via mejl.

Varma hälsningar från Konstklubbens styrelse och programgrupp!

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 brevpost. Vänligen betala till **plusgirokonto 70 11 58 - 8** eller till swishnummer **123 088 66 63** Organisationsnummer: 802416-2227

Nätverket Hör & Håpna

Vi är på gång igen! Hör och Håpna har inte haft några **Öppet Hus** på länge, men nu hoppas vi att smittspridningen av covid-19 avtar mer och mer. Samt att alla är fullt vaccinerade.

Planeringsgruppen träffas i september och försöker få till två träffar under hösten, en i oktober och en i november.

När våra planer tar form kommer alla medlemmar få en personlig inbjudan före varje aktivitet, med information om datum, tid och kostnad.

Vi ses snart hoppas vi!

Kontakt:

Hans Lindberg
h.lindberg.se@gmail.com
0703-98 73 90 (endast SMS)

Information:

Gunnel Klingström
gunnel.klingstrom@gmail.com
070-388 66 67 (endast SMS)



Kansliet

Vi fortsätter följa myndigheternas rekommendationer i möjligaste mån och öppnar upp lokalen på Malmgårdsvägen lite i taget. När vi kan börja ha öppet hus varje dag vet vi inte ännu i detta skede. Se hemsida och facebook för närmare information eller skicka e-post kansli@hrfstockholm.se eller ring 08-462 24 30 för information.

Telefontiderna är kl 10-16
måndag-fredag.

Personal

Vi som jobbar i föreningen nu är verksamhetsledare **Sandy Wadnor**, kommunikatör **Anne Sjökvist** samt **Andreas Lindblom**.

Ännu i september jobbar vi i enlighet med rekommendationerna mestadels från våra hem för att undvika kollektivtrafiken, men vi är också in till lokalen någon dag i veckan. Då kan vi hjälpa till med kopiering, skanning eller annat dylikt. Hör av er!

Vi hjälper gärna

Ta gärna kontakt med oss om du behöver hjälp att

**Lokalen är i höst enbart öppen för
förbokade grupper med fasta tider
och fast antal deltagare.**

**Personal finns i lokalen några dagar
i veckan. Hör av dig på förhand om
du vill komma på besök så ordnar vi
det.**

VÄLKOMMEN!



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/

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 Sandy Wadnor som är vårt dataskyddsbud **sandy.wadnor@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
Hemsida www.hrfstockholm.se

Organisationsnr 802001-5551

Plusgiro 15 66 88-4
Swish 123 183 46 88

Ordförande Anna Quarnström
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

Adressändring och medlemsanmälan:
HRF:s medlemsregister,
medlemsregistret@hrf.se.
Telefon: 08-457 55 48