

# Språkröret

för Hörselskadades förening i Stockholm

nr 4  
november 2021  
årgång 78

*Vi älskar  
skrivtolkning*



SKRIVTOLKNINGENS  
SKYDDSÄNGEL  
ULRIKA VOGHERA



STOCKHOLMSSNÄCKAN  
2021  
MOHAMMED SHAKRAH



# Innehåll nr 1 2021

- 3 Ledaren
- 4 Skrivtolkningens hjältar
- 6 Ny medlem
- 7 Hedersmedlem
- 8 Nekrologer
- 9 Medlemsresa
- 10 Föreningsnytt  
Höstmöte 2021
- 11 Mentor i hörselvården  
Brev från valberedningen
- 12 Guidad museivisning  
Behöver du hjälp?  
Öppet hus
- 13 Adventsmingel  
Julöppet hus
- 14 Bokcirkel  
Alla kan skapa
- 15 Klubbarna
- 16 På kansliet



**Vill du få e-post från oss med senaste nytt?**  
Skicka och berätta det till [kansli@hrfstockholm.se](mailto: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](mailto:sandy.wadnor@hrfstockholm.se)

Redaktör  
Anne Sjökvist  
[anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se)

Omslag  
Foto: Anne Sjökvist

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

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

**Språkrörets utgivning 2022**  
nr 1 utkommer vecka 6  
**manusstopp 12/1**  
nr 2 utkommer vecka 17  
**manusstopp 6/4**  
nr 3 utkommer vecka 34  
**manusstopp 15/6**  
nr 4 utkommer vecka 47  
**manusstopp 26/10**

## Gemenskap är grejen



**Julstämningen infann sig tidigt i år.** Vanliga år brukar även jag tycka att butikerna är lite väl tidiga med att plocka fram tomtarna och julbelysningen och de abnorma högarna med chokladaskar, men i år har jag smått förtjust tagit en sväng runt de hyllorna redan i slutet av oktober. Första adventskalendern köpte jag före allhelgona.

**Det måste ha något att göra** med pandemin. Min syster, som inte alls är någon högtidsmänniska och definitivt ingen person som normalt kan planera något förrän i sista minuten, skickar förtjusta uppdateringar om vår nyårsresa till Skottland. I år ska vi minsann skråla *Auld Lang Syne* och gunga i armkrok med fulla skottar när vi går in i 2022. För att vi kan.

**Jojo, jag vet** att pandemin inte är över och att det fortfarande kan komma vågor i okänt antal. Att antalet smittade i detta nu stiger runt om i Europa. Jag vet, och kanske blir det ingen Skottlandsresa men det tar vi då.

**För de flesta av oss** är nu ändå vaccinerade – kanske till och med tre gånger – och de flesta av oss träffar nu nära och kära igen, kramas och påpekar gång på gång hur vi saknat detta: kramarna och gemenskapen.

**Kanske brassar** många av oss på lite extra den här julen, för att det är så roligt att fira något tillsammans igen. Vara tillsammans på riktigt. För kanske är det ändå så att gemenskap är det enda som verkligen betyder något i livet. Och är det så kommer vår förening att leva kvar för evigt.

*For auld lang syne, my dear  
For auld lang syne  
We'll tak a cup o' kindness yet  
For days of auld lang syne*

Anne Sjökvist  
redaktör



## Tack för gåvan

Föreningen har mottagit en penninggåva från Ewa Ström. Varmt tack!



Du som är en in betweener, håll utkik på sociala medier och hemsida för info om träffar.

# Är du också mittemellan?

För en tid sedan startades en social grupp för individer mittemellan (In betweeners) i hörselsvängen. Hörselskadade som varken identifierar sig som unga eller så vuxna att de tillhör HRFs ordinarie verksamhet (som speglar demografin för hörselskadade).

**Ungdomar** har ju naturligen sökt sig till Unga Hörselskadade (UH). Men vad händer då man fyller 30 och inte hör till UHs målgrupp längre? För många kan det

kännas som man inte hör riktigt hemma någonstans då.

**Mittemellan** är många hörselskadade också rent identitetsmässigt. Varken hörande eller döv. Under min egen uppväxt var det något jag rätt ofta brottades med. Det är också en utmaning gentemot andra som kräver en någorlunda genomtänkt strategi. Och det är just sådant som vi vet att det ofta krävs möten med andra hörselskadade för att bygga upp. Så i vår

mittemellan-grupp är det bland annat sådant vi ägnar oss åt även om det inte sägs rakt ut.

**Vi rustar** nya generationer med nya redskap för att axla omvärlden. Kanske finns det där också lite innanförskap i en värld där vi annars alltför ofta känner oss lite mittemellan eller utan tillhörighet. Lite som föreningen i stort helt enkelt.

Anna Quarnström  
ordförande



Foto: Patrick Miller

## Titta in i vårt nya bokskåp



I **lokalen** står numera ett bokskåp där det är fritt fram att lägga in eller ta böcker.

I skåpet finns också en del av föreningens samling av böcker om hörsel. De är märkta med ett klistermärke med föreningens namn och adress. Dessa böcker får du också gärna låna och läsa men dem vill vi ha tillbaka så också andra kan ha glädje av dem.

Delade berättelser förenar oss!



## Minnesgåva

När du ger en minnesgåva till HRF Stockholm skickar vi ett vackert minnesblad med din personliga hälsning till de närstående.

Ta kontakt via e-post [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring **08-462 24 30**.  
Varmt tack!

# Skrivtolkningens hjältar



Foto: Andreas Lindblom

*Mohammed Shakrah tilldelades HRF Stockholms pris Stockholmssnäckan för sina insatser för skrivtolkningen, Ulrika Voghera utsågs officiellt till skrivtolkningens skyddsängel.*

**På Hörselskadades dag, den 16 oktober, ordnade föreningen en fest till skrivtolkningens ära. För första gången på tio år delades priset Stockholmssnäckan ut och denna gång var det Mohammed Shakrah, skrivtolk och grundare av företaget Svensk skrivtolkning, skrivtolkning.se, som fick motta priset.**

Omkring 40 personer åt tårta formad som skrivtolkarnas arbetsverktyg tangentbordet, såg teater Hipp-Happs urpremiär på en helt ny sketch, samt applåderade **Mohammed Shakrah** samt **Ulrika Voghera** som officiellt utsågs till skrivtolkningens skyddsängel.

Båda fick motta var sitt personligt diplom designade och ritade av **Monika Henriksson**, som just nu arbetstränar på kansliet.



**Både Mohammed och Ulrika** var synbart rörda över uppvaktning och lovord. Mohammed höll ett tacktal där han berättade om sin passion för just skrivtolkning och hur det hela började.

Dagen efter gjorde han följande uttalande på sin facebook-sida: "Jag är fortfarande helt tagen över det fina priset Stockholmssnäckan, som jag hade äran att ta emot igår. Motiveringen, som var bland de finaste ord jag nånsin tagit emot, tillsammans med ett akvarellmålat porträtt kommer finnas inramade på min kontorsvägg så länge jag lever! Stort tack till Hörselskadades förening i Stockholm för priset och till världens bästa kollegor som varit med längs hela vägen, med sina idéer, ansträngningar och kärlek till jobbet."

**Ulrika berättade** också om hur hon jobbat för att få i synnerhet kulturinstitutionerna att förstå vikten av att även hörselskadade ska kunna hänga med i teater- och andra föreställningar. Hon har i många år varit en aktivist för teleslingor och skrivtolkning i kulturella sammanhang. I föl tatuerade hon in symbolen för skrivtolkning på underarmen.



**Stockholmssnäckan** delades ut under åren 2003-2011 till personer utanför föreningen som gjort något extraordinärt till gagn för hörselskadade personer i Stockholm. Då bestod priset av en skulptur i glas. När föreningen nu återuppväckt Stockholmssnäckan kommer priset att delas ut då det finns motivering till det. Läs motiveringen för Mohammed Shakrah på nästa sida.

## Stockholmssnäckan 2021

tilldelas

**Mohammed Shakrah,**

skrivtolk och grundare av Svensk Skrivtolkning AB, skrivtolkning.se

Mohammed har, med sig själv som bästa exempel, bidragit till en helt ny syn på skrivtolkning som yrke.

Med sitt kompetenta team och i nära samråd med hörselskadade skrivtolksanvändare har han med modern teknologi utvecklat ett nytt system för distanstolkning som nu sprids till övriga tolkbolag i hela Norden.

Med inställningen att kommunikation ska vara så tillgänglig som möjligt för alla med hörselnedsättning, har Mohammed bidragit till att vi hörselskadade kan hänga med i alla situationer. Det må så vara resor, stadsvandringar, att få läsa på svenska när föreläsaren talar engelska eller hybridmöten i pandemins tid.

"Allting går att lösa", säger Mohammed och det är precis vad han gör. Ibland genom att ägna en ledig söndag åt att springa till en vän, koppla upp sig och ensam skrivtolka ett årsmöte när tolkbokningen gått snett.

Prissumman är 10 000 kronor.

 **hrf.**  
Hörselskadades förening  
i Stockholm



*Maud Holmberg, Irene Montero och Vivian Wollmo i Teater Hipp-Happ framförde en specialföreställning dagen till ära.*



*Aldrig har väl så många skrivtolkar samlats i vår lokal på samma gång. Mohammeds kolleger var på plats för att fira honom.*

# Stina är ny både i HRF och som CI-användare

I en ny serie presenterar vi i varje nummer av Språkröret en person som nyligen blivit medlem i föreningen. Först ut är Kristina "Stina" Elsisdotter. Välkommen till oss Stina!

**Vem är du, Stina? Berätta kort om dig själv.**

– Jag bor i Stockholm men är som många andra en inflyttad norrlänning. Jag har en stor familj och är gift men inga egna barn. Jag har ett stort behov av att vistas i naturen och en av mina passioner är att paddla havskajak. Sedan många år tillbaka jobbar jag med stadens avfallshantering, ett väldigt spännande och utvecklande arbete. Huvudsakliga roller just nu är processledare och samordnare, två väldigt hörselkrävande arbetsuppgifter.

**Berätta lite om din hörselskada.**

– Jag fick mina första hörapparater när jag var 29 år, alltså för 26 år sedan. Jag har ingen direkt diagnos men hörseln har med åren bara blivit sämre och sämre. Så pass att jag nu år 2021, alldeles nyss, fick ett CI på höger sida. Jag kämpar på med hörselträning och börjar jobba igen nästa vecka.

**Vad använder du för hörhjälpmedel?**

– Till mina gamla hörapparater har jag under många år använt Phonaks olika hjälpmedel. Just nu, med en sex år gammal hörapparat på vänster sida och ett nytt CI på höger, så haltar både tekniken och hörförmågan men till våren så hoppas jag att allt är på plats. Jag ska få en ny hörapparat som fungerar ihop med mitt CI, har Advanced Bionics Naida CI M90. När båda är på plats och allt fungerar så kommer jag att ansöka om tekniska hjälpmedel för yrkesverksamma via Försäkringskassan.

**Hur fungerar det på jobbet?**

– Det funkar så där. Fast egentligen

*Stina Elsisdotter fick sitt första cochlea-implantat för några veckor sedan.*



tycker jag att det mest är fritiden och privatlivet som blir lidande. Jag jobbar 100 procent och är oftast helt slut efter en arbetsdag. Jag skulle inte klara av mitt arbete utan tekniska hjälpmedel.

**Hur kom det sig att du blev medlem i HRF och i vår förening?**

– Jag har tänkt gå med i HRF under en lång tid men det har inte blivit av, men nu när jag fick mitt CI så kom jag till skott!

**Vad har du för förväntningar på föreningen? Finns det något särskilt du skulle vilja att vi jobbar med eller ordnar?**

– Rent generellt känns det bra att vara med och stötta arbetet för hörselskadade. För egen del så är det just nu allt som rör CI som är högaktuellt och nytt. Jag är med i CI-gruppen på facebook och såg att det ordnas en träff under hösten. Jag hoppas på att kunna delta längre fram.

**Onsdagen 1 december ordnar CI-föreningen och HRF Stockholm adventsmingel tillsammans i vår lokal. Se annons sid 13.**



Hjördis, 98, har överlevt bruten nacke och corona

## Nu firar hon 65 år som HRF-medlem

**Hjördis Bengtsson** sitter och väntar på mig på Bräcke diakonis äldreboende på Reimersholme med en atlas i knät. Hon har precis kollat upp var det egentligen var sonen har bilat i Norge nyligen. Hon vill hänga med.

När pandemin ännu var helt ny blev Hjördis smittad och insjuknade i covid-19. Sommaren därpå ramlade hon hemma och bröt flera nackkotor. Nu behöver hon inte längre ha nackkragen som stöd, och även om hon inte längre lika rörlig i kroppen som innan fallet är huvudet och tankarna lika pigga och alerta som tidigare. I augusti fyllde hon 98 år och på nyårsdagen 2022 har hon varit medlem i HRF Stockholm i 65 år.

– En hemhjälp jag hade tidigare sa att jag har en liten extra motor i mig, och kanske är det så, skrattar hon.

**Hjördis är** nu föreningens äldsta medlem och också den som varit medlem längst av alla. Det är värt att fira tycker vi och därför infann jag mig med en blomsterbukett i hennes mysiga lägenhet på äldreboendet. Sönerna har flyttat möbler, lampor, böcker och de käraste tavlorna från hemmet i Gröndal och återskapat en del av det i lägenhetens ena del.

**Den 1 januari 1957** blev Hjördis medlem i HRF Stockholm. Hon hade haft dålig hörsel sedan barnsben men efter att första sonen föddes 1955 blev problemen större. Otosklerosen får ofta fart av graviditeter och hormonomställningar i kroppen och många får, som Hjördis, en snabb hörselnedsättning i samband med att första barnet föds.

Hjördis förde in sina stora intressen konst och litteratur i föreningen. Hon var med och startade Konstklubben 1962 tillsammans med bland andra **Hans Hefner**.

Hon delade intresset för konst med



*Ett glas gott vin hör till livets glädjeämnen tycker Hjördis och höjer en skål för föreningen.*

sin man och tillsammans skapade en fin konstsamling.

– Vi köpte bara konstverk vi verkligen tyckte om, aldrig som investering. Vi träffade varenda konstnär personligen och det finns en berättelse bakom varje tavla.

I mogen ålder, på 1980-talet, tog Hjördis två universitetsexamina i konsthistoria.

**Hjördis var också med** och startade TSS-klubben på 60-talet och innan pandemin var hon framför allt aktiv i mahjongklubben.

– Nu kan jag inte komma till föreningen längre och de är synd, jag saknar verkligen alla där. Men det är som det är. Jag har det bra här och de tar hand om mig. Jag får besök av barn, barnbarn och barnbarnsbarn och jag har

alla mina minnen. Jag är rätt bra på att visualisera minnen.

Till exempel bröllopsresan som hon och maken gjorde 1950 ner i Europa, genom Tyskland och Italien.

– Det var en fantastisk resa och ikon som hänger där köpte vi i Venedig. Den var vår första tavla.

**När jag vill ta en bild** klagar hon på att håret blev för kort i senaste klippningen och att hon borde haft något finare på sig. Hon har alltid varit mån om sitt utseende, Hjördis, och också denna dag har hon en fin kofta med matchande scarf, naglarna är lackade och favoritringarna på plats. Håret är klippt i en fin pixiefrisyr, och hon är precis lika fotogenisk som vanligt förstås. Grattis vår hedersmedlem!

*Anne Sjökvist*

# KG har gett sig ut på sin sista resa

**Karl-Gustav Håkansson** somnade in vid 76 års ålder på Ersta sjukhus i Stockholm den 20 oktober efter en längre tids sjukdom.

Karl-Gustav, eller KG som han kallades bland sina vänner, var medlem i HRF Stockholm i 60 år. Han började i ungdomsavdelningen och fick många vänner för livet i föreningen. KG deltog flitigt i de resor som ordnades genom åren. Han satt också i föreningens styrelse under en period, samt var aktiv i Konstklubben i många år.

När föreningen fyllde 80 år 2019 skrev han i Språkröret att ett av hans bästa minnen var då yrkesverksamma inom föreningen ordnade kräftskiva i sommarhuset Backebo på 1980-talet. Han var med i arrangörsguppen, som handlade dricka och lagade mat. Kräftskivan lockade 40 personer och det blev en ovanligt lyckad fest som KG mindes över 30 år senare.

KG var en mycket glad och sympatisk man. Han växte upp i byn Jämsjö i Blekinge och kom till Stockholm i mitten av 1960-talet för att studera.

Han bodde därefter i Stockholm hela sitt liv. Förutom resor och föreningen var det havet, båtar och segling som fick honom att må allra bäst. Havets

blå färg var också hans favoritfärg.

Han skaffade aldrig någon familj men sörjs närmast av sin bror Sven med familj och många, många vänner inom och utanför HRF.

**Som vänlig inbjudan** meddelas att begravningen hålls i **S:ta Maria Magdalena kyrka på Bellmansgatan 13 på Södermalm den 25 november klockan 14.**

Därefter ordnas busstransfer till minnesstunden på **Ersta Terrass**, Erstagatan 1N. Minnesstunden beräknas vara avslutad senast 17.30.

Anmäl deltagande till begravningsbyrån [stockholmsnya@ignis.se](mailto:stockholmsnya@ignis.se) eller ring **08-643 01 50** / Margareta Byléhn.

Både begravningen och minnesstunden är skrivtolkade och vi tar också med bärbara slingor från föreningen om någon vill låna.

Varmt välkomna alla som vill hedra KG en sista gång!

*Den sista resan med föreningen som KG deltog i var Englandsresan 2018. Här är han framför piren i den lilla kuststaden Eastbourne.*



Foto: Lars Svensson

## Hans Lindberg har lämnat oss

**Hör och Häpnas ordförande Hans Lindberg** har lämnat oss.

Hans var en av dem som startade nätverket Hör & Häpna och har under alla år varit en förgrundsgestalt i föreningen.

*Hans Lindberg ordnade många resor i Europa inom ramen för Hör och Häpna. Här är han i vindistriktet Valpolicella i Italien 2013.*

Hans stora empati gjorde honom engagerad i allt och alla och det är många hörselskadade som mått bra genom hans olika aktiviteter.

Många minns alla resor som han arrangerade i Europa. Det var också kurser i TSS på Wik, och många aktiviteter i våra lokaler med mera som lyfte oss alla.

Vi kommer att sakna honom. Hans, du fattas oss.

*Ledningsgruppen  
för Hör och Häpna*



Foto: Lars Svensson



## Tredje gången gillt

# Vårresa med buss genom Skåne

Två gånger har vi skjutit upp denna resa på grund av pandemin men nu hoppas och tror vi att uttrycket tredje gången gillt stämmer. Vecka 20, 16-21 maj utforskar vi Sveriges sydligaste landskap med buss, guide hela resan, bärbara teleslingor och skrivtolkar.

Det finns inte många rum kvar så anmäl dig direkt. Hela programmet kan laddas ner på vår hemsida [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se) och kan också skickas i pappersformat.

Programmet är uppdaterat från det som vi hade planerat för två år sedan och intressantare än så här kan en resa till Skåne inte bli, säger vår reseplanerare **Yvonne Cronström** på resebyrå Axtours. Hon har själv bott i Skåne i många år och kommer med som guide på denna resa.

I Skåne är avstånden korta och vi hinner uppleva och se mycket under några få dagar. På Kullahalvön, i nordvästra Skåne, bor vi i mytomspunna Mölle med dramatiska Kullaberg som kuliss, dricker kaffe och äter goda kakor hos Flickorna Lundgren på Skäret och besöker Sofieros vackra slottspark. I Vallåkra stenkärlsfabrik får vi uppleva keramiktillverkning i 150-årig bruksmiljö.

På vackra Österlen bor vi i Ystad och besöker bland annat Dag Hammarskjölds Backåkra, Ale Stenar och Wanås Skulpturpark. Vi får guidad visning i paradvåningarna på Öveds kloster, vi tittar in hos Karl Fredrik på Eklaholm, och hos Österlenchoklad kan vi handla Sveriges kanske godaste choklad. I Ystad får vi veta allt om kommissarie Kurt Wallander och vi går guidad visning i det vackra teaterhuset.

Mera information och anmälan:  
[anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se) / 0761 01 40 27



På Gunnarshögs gård står rapsen i fokus.



Karl Fredrik.



Mytomspunna Mölle.



Vallåkra  
Stenkärlsfabrik.

## Föreläsning om lyssningsansträngning med Åsa Skagerstrand

**Varför blir en person med hörselnedsättning trött av att lyssna?** Finns det några sätt att minska lyssningsansträngning så att vardagen blir lättare att hantera? Just nu pågår en studie vid Audiologiskt Forskningscentrum i Örebro som studerar lyssningsansträngning för personer med hörselnedsättning. Fokus är att undersöka vad som ökar respektive minskar lyssningsansträngning med syfte att hitta lämpliga metoder för att underlätta, både vad gäller hörapparatinställningar och kommunikationsstrategier.

Forskaren och audionomen **Åsa Skagerstrand** föreläser. **När?** Tisdagen den 1 februari klockan 18-19.30

**Var?** På mötesplattformen Zoom

**Hur?** Hemma vid din dator eller i vår lokal på Malmgårdsvägen 63 A

**Anmäl till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring 0761 01 40 17**

Föreläsningen är gratis och skrivtolkas.

Vi ordnar den i samarbete med Hörselskadades distrikt i Stockholms län!

Välkommen med!



Åsa  
Skager-  
strand.

# Höstmötet antog budget för 2022

**Hela 32 röstberättigade medlemmar infann sig till årets höstmöte som hölls i god stämning i lokalen på Malmgårdsvägen söndagen den 24 oktober.**

Mötet inleddes med fisksoppa eller vegetariskt alternativ, fika och mingel. Därefter presenterade styrelseledamöterna sig.

Eftersom nu sittande styrelse tillsattes på det kombinerade års- och höstmötet som hölls till största delen digitalt i oktober för ett år sedan har många av medlemmarna inte haft tillfälle att träffa de nya styrelsemedlemmar fysiskt. Det var därför uppskattat att ledamöterna berättade lite om sig själva, sin hörselhistoria och sin historia i HRF

**Därefter öppnade** ordförande **Anna Quarnström** själva mötesförhandlingarna. Till mötesordförande valdes **Torun Boucher** som skötte uppdraget med den äran. Ett lätt uppdrag tyckte hon själv eftersom medlemmarna var eniga om att godkänna budgeten för 2022 efter en kort, klargörande diskussion.



*Irene Montero och mötesordförande Torun Boucher samtalat och äter fisksoppa innan mötesförhandlingarna.*



*Budgeten föredrogs av kassör Jan-Åke Danielsson medan medlemmarna lyssnade intresserat.*

Mötessekreterare var i enlighet med föreningens tradition verksamhetsledare **Sandy Wadnor**.

**Även verksamhetsplanen** fann medlemmarnas gillande. Planen bygger på det handlingsprogram för 2022-2025 som HRFs kongress antog i maj och styrelsens plan beskriver hur föreningen initierar programmet

på det lokala planet i Stockholms stad.

Verksamhetsplanen skiljer sig inte väldigt mycket från tidigare år. Fortsättningsvis är den sociala verksamheten föreningens grund, men även fokus på målgrupper som yrkesverksamma och utrikesfödda finns med som en viktig del i planen

Förutom de två heltidsanställda medarbetarna – verksamhetsledare och kommunikatör – finns budgetutrymme för en tillfälligt anställd för att hjälpa till med bidragsansökningar.

I omorganisationsplanen som gjordes i samband med flytten till Södermalm finns också utrymme för en medlemsansvarig anställd på halvtid.

Vid behov kan även pro-

jektanställda tas in i verksamheten.

Både verksamhetsplan och budget finns i pappersform på föreningen och på hemsidan att ladda ner.

**Anna Quarnström** avslutade mötet med två nyheter, en god och en inte så god. Den goda är att det i Stockholms stads budget för 2022 (antas i mitten av november) finns med att teckenspråkets status inom staden ska utredas och utvecklas.

Den mindre goda nyheten var att hon inte ställer upp för omval till ordförandeposten vid årsmötet på våren (datum ännu inte bestämt). Så nu söker föreningen ny ordförande. Se valberedningens upprop på nästa sida.

*Anne Sjökvist*



# 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 utprovningssprocessen 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.

Just nu är vi två utbildade mentorer inom föreningen och du kan vända dig till oss

för att ställa frågor både före och efter ditt besök i hörselvården. Om du vill kan vi även följa med som stöd när du besöker hörselvården. Det är alltid bra att ha någon med sig i den situationen.

**Det kostar ingenting** och du är välkommen även om du inte är medlem i HRF. Då får väldigt gärna också tipsa andra om denna tjänst. Alla har rätt att känna sig trygga i vården.

**Kontakta oss** på 08-462 24 31 / 0761 01 40 27 (Anne) eller skicka e-post till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) för mera information.

Läs också mer på vår hemsida [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se).



*Vi har för tillfället två utbildade mentorer som båda har egna hörselskador och erfarenhet av hörselvård sedan många år: Anne Sjökvist och Niklas Wikman.*

## Är du en person som är nyfiken, kommunikativ och vill skapa förändring? Då kan du vara den vi söker!

### HRF Stockholms valberedning

består sedan årsmötet i mars 2021 av **Lars Svensson, Mikael Hedlund och Cathrine Forsberg.**

På föreningens årsmöte våren 2022 skall vi bland annat välja ordförande, styrelse och revisorer.

**Anna Quarnström** har meddelat valberedningen att hon inte ställer upp för omval på årsmötet våren 2022. Därför söker valberedningen en kandidat till ordförandeposten i HRF Stockholm.

**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) så snart som möjligt och helst innan årsskiftet.

### Valberedningen

Lars I. Svensson,  
Mikael Hedlund och  
Cathrine Forsberg



Styrelsemöten i HRF Stockholm hålls oftast i detta rum med bordsmikrofoner och är alltid skrivtolkade.

# Mitt liv som Ulla Winblad

Guidad visning med hörhjälpmedel



Porträtt med påskriften Ulla Winblad. Anonym konstnär, 1700-tal. Torekällbergets samling.

Den 25 januari kan du följa med verklighetens Ulla Winblad till horbaler och domstolar och ta del av en sannsaga om stolthet, skam, vrede och vanära under åren 1744–1798. Föreningen bjuder medlemmar på en guidad visning av den omtalade utställningen.

**Var:** Stadsmuseet vid Slussen

**När:** 25 januari 2022 klockan 14-15

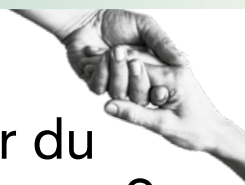
**Hur:** med bärbara teleslingor och skrivtolkning

**Anmäl:** till [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) / 0761 01 40 27 (Anne)

I utställningen möter vi den verkliga kvinnan bakom **Carl Michael Bellmans** diktade gestalt. Hon hette **Maria Christina Kiellström** och kallades Maja Stina. Hennes stormiga liv är en sannsaga om stolthet och skam, fest och vardag, vrede och vanära. Fonden är 1700-talets stad, från de fattigaste utkanterna till balen på slottet.

I utställningen ges Maja Stina en

egen röst och berättar hur hon som ung kvinna i Stockholms nöjesliv ger sig själv namnet Ulla Winblad. Ett namn som den populäre diktaren Bellman också använder för sin kvinnliga huvudkaraktär. Diktens Ulla Winblad blev en gestalt med många ansikten, besjungen och bespottad, både gudinna och hora, och hon följde Maja Stina som en skugga genom livet.



## Behöver du hjälp hemma?

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

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 oss en e-post på [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se).

## Öppet hus på måndagar

Vi fortsätter med öppet hus-träffar på **måndagar klockan 11-13** fram till jul. Sista träffen på Luciadagen den 13 december: **22/11, 29/11, 6/12 och 13/12.**

I julveckan har vi gemensamt **julöppet hus på tisdagen den 21 december** tillsammans med Reumatikerföreningen och HiSUS. Se annons nästa sida.

**Efter nyår** hålls öppet hus på **tisdagar klockan 11-13** varannan vecka: **18/1, 1/2, 15/2, 1/3, 15/3.**

På öppet hus fikar vi, diskuterar olika hörselrör, gymmar och umgås på ett allmänt trevligt sätt. Föreningen bjuder givetvis på fikat. Vi använder mikrofoner, teleslinga och skrivtolkning.

Mer info [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se) eller ring Anne på **0761 01 40 27.**

Varmt välkommen!



# Adventsmingel

Onsdag 1 december  
klockan 17-19

Vi bjuder på juliga landgångar,  
glögg och pepparkakor!

Anmäl dig till [anne.sjokvist@hrfstockholm.se](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se)  
eller ring 0761 01 40 27 senast fredag 26 november.

CI-föreningen och HRF Stockholm

Malmgårdsvägen 63 A, Södermalm

Julöppet hus  
med

glögg & pepparkakor

tisdagen den 21 december

kl 14-19

Välkommen!

\* Reumatiker  
förbundet  
Reumatikerföreningen  
Stockholm

hrf.  
Hörselkådens förening  
i Stockholm

HiSUS

HRF Stockholms



Vi träffas igen i lokalen på Malmgårdsvägen 63 A i höst och hoppas att vi kan fortsätta med det också nästa år.

Årets sista träff hålls torsdagen den **2 december kl 13.30**. Till denna träff läser vi "Allt jag fått lära mig" av **Tara Westover**.



#### Träffar våren 2022:

13 januari, 10 februari, 10 mars, 7 april samt 5 eller 12 maj.  
Böckerna bestäms vartefter.

### TSS-café pausar

TSS-caféet som vi hållit på torsdagskvällar klockan 17-19 håller paus resten av året, tills vi hittar ett koncept som passar fler.

Har du idéer eller förslag, hör av dig till oss och berätta. Håll utkik på facebook och hemsida för mera information.

## Alla kan skapa



Gruppen är numera öppen för alla typer av skapande, exempelvis stickning som Christina Sjöstrand Rydell gärna ägnar sig åt.

**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".

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

#### Sista träffen före jul:

**torsdag 16 december 13.30**

#### Vårens träffar:

**torsdag 27 januari 13.30**

**torsdag 24 februari 13.30**

**torsdag 24 mars 13.30**

**torsdag 21 april 13.30**

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

## Mahjong-klubben



Den **1 september** slogs så äntligen dörrarna på Malmgårdsvägen upp. Träffarna sedan dess har varit välbesökta och nu återstår **24 november och jullunchen den 8 december**. Klockan 11-14 som vanligt.

**Styrelsen vill redan nu önska er alla en god jul och ett gott nytt år!**

### Program för våren 2022

#### Varannan onsdag kl 11-14

12, 26 januari

9, 23 februari

9, 23 mars

8, 20 april

4, 18 maj

**Årsmötet hålls 9 februari** och kallelsen kommer med personlig post till medlemmarna.

Vår lunchen blir i juni och eventuellt också en sommarutflykt.

*Styrelsen*

Årsavgift 50 kronor

Spelavgift inkl kaffe/te 10 kr

Vill du veta mer om oss? Ta kontakt!

Ordförande **Maj-Lis Janzon**

tfn 0703-34 66 31

[maj-lis.janzon@telia.com](mailto:maj-lis.janzon@telia.com)

Kassör

**Wera Sjöström**

tfn 0761-90 57 18

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

Klubbmästare **Eveline Hedenström**

[eveline.hedenstrom@gmail.com](mailto:eveline.hedenstrom@gmail.com)

Eftersom det är svårt att planera något i dessa pandemitider är det bra att kolla vår hemsida [www.hrfstockholm.se](http://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](mailto:anne.sjokvist@hrfstockholm.se) så lägger vi till dig.



## TSS-klubben



Sedan den 23 september träffas vi varje torsdag och tränar TSS. Det fortsätter vi med fram till den **2 december**, då vi avslutar terminen med att äta en lätt lunch tillsammans. Du är välkommen att anmäla dig till lunchen, antingen vid TSS träningen på torsdagar eller till någon av kontaktpersonerna (Lars eller Vivi).

Vid TSS träningen använder vi en text som Astrid förser oss med. Dessutom försöker vi teckna fritt så gott vi kan.

**Välkommen torsdagar 11.00-13.00!**

Vi antar att du är vaccinerad mot covid-19 och inte kommer om du känner dig förkyld.

Obs! Om du har bytt mailadress var snäll och meddela den nya till Vivi (viviand@telia.com)

**Nästa termin startar den 27 januari 2022!**

*Välkommen!*

### 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

Vi i styrelsen och programgruppen hälsar våra medlemmar välkomna till **Konstklubbens konstlotteri 2021** som äger rum **lördagen den 11 december klockan 13.**

Lotteriet blir äntligen "som vanligt" igen och inleds med buffé inklusive dryck och kaffe.

Om Postnord har skött sig så bör du som är medlem ha fått inbjudan och presentation av konstverken i ett brev som skickades den 9 november. Om du inte fått brevet så får du höra av dig!

**Sista dag för anmälan och betalning är 26 november.** Kostnad 175 kr för mat inklusive två glas vin eller 135 kr för mat inklusive alkoholfri dryck.

### Aktiviteter på planeringsstadiet

Programgruppen är ännu så länge ganska liten (**Christina Sjöstrand Rydell**, **Britt-Marie Mirell** och **Eveline Hedenström**) men har börjat planera så smått inför 2022, till exempel:

**Liljevalchs, jubileumsutställningen 'Liljevalchs 100 år'** pågår till 16 januari, preliminärt gör vi ett "öppet besök" utan guide **måndag 3 januari vid 11** (fri entré på måndagar men biljett kan behöva förbokas, var och en skaffar biljett själv, se Liljevalchs hemsida). Efter rundvandringen fikar vi tillsammans. Kolla för säkerhets skull datum med Christina eller Ewa.

**Vårsalongen** öppnar den 4 februari. Programgruppen återkommer med visningsdatum. Kostnad för besök med guide cirka 135-150 kr/person inklusive entré.

**Utställningen 'Nordens Paris'** på Nordiska museet om NK:s franska damskrädderi 1902-1966 pågår till den 18 september. Ett besök med guide inklusive entré kostar mellan 200-250 kr/person beroende på hur många vi är så det är osäkert om det kan bli en guidad



*Puderrosa klänning beställd av Maj Kalderén f. Wiberg (1919-2007). Levererad februari 1961. Foto: Helena Bonnevier, Nordiska museet*

visning eller bara ett "öppet besök" med fika tillsammans efteråt.

**Mejla gärna** Christina om idéer och synpunkter, [christina.rydell@gmail.com](mailto:christina.rydell@gmail.com)

*Varma hälsningar från Konstklubbens styrelse och programgrupp!*

### Vill du bli medlem? Kontakta oss!

Skicka ett mejl:

[konstklubben@hrfstockholm.se](mailto:konstklubben@hrfstockholm.se)

eller skicka sms till ordförande

**Anna-Lena Hörnkqvist** 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

255 kr för medlemmar som vill ha utskick via vanlig brevpост.

Vänligen betala till **plusgirokonto**

**70 11 58 - 8**

eller till swishnummer **123 088 66 63**

Organisationsnummer: 802416-2227

## Nätverket Hör & Häpna

**Nästa öppet hus hålls tisdagen den 30 november klockan 16.**

Då berättar Lars Svensson om när han var i Polen precis innan de stängde sina gränser på grund av covid-19.

Värdar för den kvällen är **Lars Svensson** och **Stina Mattsson**

Du som är medlem kommer att få en personlig inbjudan till kvällen. Du som inte är medlem, men ändå vill komma får kontakta Vivi Andersson. Vivas telefonnummer är **0730-58 03 77**

e-post: [viviand@telia.com](mailto:viviand@telia.com).

Vi vill att du är vaccinerad mot covid-19, både för din egen skull och för alla andra.

*Varmt välkommen hälsar Hör & Häpnas styrelse!*

### Kontakt:

**Gunnel Klingström**

[gunnel.klingstrom@gmail.com](mailto:gunnel.klingstrom@gmail.com)  
070-388 66 67 (endast SMS)

## Kansliet

Vi har nu öppettider som vanligt igen, **måndag-torsdag 10-15, fredagar stängt**. Skulle det bli nya restriktioner eller något annat inträffar som gör att vi inte kan ha öppet lägger vi ut information på hemsida och facebook.

Du kan alltid kontakta oss och kolla om vi är på plats genom att e-posta eller ringa.

**Telefontiderna är kl 10-16 måndag-fredag.**

## Jul och nyår

Under jul- och nyårshelgerna passar vi som vanligt på att ta ut semesterdagar och kansliet är stängt **22.12.2021 - 10.1.2022**.

## Personal

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

Just nu kan du också stöta på **Monika Henriksson**, som arbetstränar hos oss cirka tio timmar i veckan.

## Facebook

På Facebook och hemsidan lägger vi ut mycket informa-



tion mellan tidningarna. Genom att gå in där är du alltid uppdaterad med vad som är på gång. Skicka en e-post till oss att du vill vara med på listan.

## 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, fastighets-

mäklare eller bank. Lätta att använda!

E-posta eller ring och reservera slinga/slingor.

## 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.

Kom ihåg att välja lokal-föreningen i Stockholm om

du vill bli medlem i just vår förening.

## Hyra lokalen

Du som är medlem kan hyra vår tillgängliga lokal för en billig penning för till exempel födelsedagskalas. Ta kontakt med kansliet för mera information.

## 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. 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