

SPRÅKRÖRET

Nr 2 2025
årgång 82

för Hörselskadades förening i Stockholm

Lär känna våra nya
**styrelse-
ledamöter**



Vad händer hos
föreningen i höst?



**Vi minns
Kalle Spens**
1940–2025

Innehåll nr 2 2025

3 Styrelsen har ordet

4–5 Årsmötet och nya styrelsen

6–7 Nya styrelseledamöter presenterar sig

8 Anne-Marie Persson lämnar styrelsen, men inte föreningen

9 Minnestext Kalle Spens

10 På gång i föreningen

11 Klubbar

12 På kansliet



Språkrörets redaktion

Språkröret ges ut av Hörselskadades förening i Stockholm.

Ansvarig utgivare

Jan Lamby
jan.lamby@hrfstockholm.se

Redaktör

Elna Lassbo
elna.lassbo@hrfstockholm.se

Omslag

Andreas Lindblom och Sandy Wadnor, kanslipersonal på årsmötet. Foto: Elna Lassbo

Upplaga 1850 ex

Tryck Åtta.45 Tryckeri

ISSN 1404-6121

Språkrörets utgivning 2025

nr 3 utkommer vecka 37
manusstopp 11 augusti

nr 4 utkommer vecka 50
manusstopp 10 november

Redaktionen ansvarar inte för obeställt material och förbehåller sig rätten att korta insända texter.

Sommaren är här!

Tack alla medlemmar för en fin vårtermin tillsammans med er, med massor av medlemsaktiviteter och viktiga möten mellan människor.

I höst bjuder vi in till kurser och samtalsgrupper

som till exempel hörselsmart och snäll yoga och samtalsgrupper i konceptet "Bli vän med dina hörapparater". Läs mer om detta på sidan 10. Mer information och möjlighet att anmäla sig finns på vår hemsida. Vill du ha hjälp kan du alltid kontakta oss via telefon, e-post, få skriftlig information eller prata med oss i lokalen.

Vi öppnar kansliet för medlemmar igen tisdagen den 26 augusti och samma dag hålls höstens första Öppet hus. Som vanligt bokar vi skrivtolk och använder hörslinga för att ses på ett hörselsmart sätt.

Har du förslag för höstens Öppet hus? Finns det föreläsare eller teman som intresserar dig? Kanske vill du själv komma och berätta om något för medlemmarna? Hör gärna av dig till mig med idéer!

Nu är sommaren här och möjligtvis landar tidningen hemma hos er precis före midsommar. Det är en underbar tid när naturen kanske är som allra vackrast. Hoppas att du får njuta av sommaren på det sätt som passar dig. Kanske med nära och kära, i lugn och ro, med fart och fläkt, i staden eller på landet, borta eller hemma. Jag önskar att du får det just du behöver för att må (och höra) bra!

Jag ska tillbringa några veckor runt om i Sverige. Med rötter och föräldrar i Dalarna, en man från Göteborg, ett arvtagert lantställe på det småländska höglandet och en kärlek till Gotland, blir det som alltid en liten Sverige-turné.

Trevlig sommar och varmt välkommen till oss i höst!

Elna Lassbo

redaktör för
Språkröret samt
föreningens
kommunikatör och
koordinator



Oförutsedd vår

Ibland tar livet plötsliga vändningar. En sådan för föreningen omvälvande händelse inträffade mitt under den skiraste vårgrönskan. Vår nyligen omvalde ordförande Niklas avgick med omedelbar verkan av privata skäl. Detta har redan kommunicerats digitalt och bör vara väl känt vid det här laget.

På ett extrainsatt styrelsemöte beslöts att jag som vice ordförande tog över ordförandeklubban tills vidare. På samma möte valde styrelsen Kerstin Thörngren till ny vice ordförande. Allt detta skedde i stor hast under några dagar i maj, alldeles före manusstopp till detta nummer av Språkröret.

En påfrestande utveckling för vår förening, som inte saknar utmaningar på flera plan. Den nyttillträdde styrelsen ser ekonomin som den största. Det borde stå klart för alla efter senaste årsmötet, att det nu krävs radikala åtgärder. Tappet från föreningens förmögenhet måste upphöra. När detta skrivs i början av maj, arbetar styrelsen och kansliet intensivt med denna process. Så fort något konkret finns att redovisa, kommer vi att informera via hemsidan och på annat sätt.

När ni läser detta har vi förmodligen haft sommaravslutningar för alla aktiviteter inom föreningen. Det återstår för mig att önska alla en härlig sommar!



Jan Lamby,
styrelseordförande HRF Stockholm



Vårt växelnummer och vår telefontid upphör

Nu nås vi enbart på våra personliga telefonnummer, då vårt växelnummer tagits bort. Vår telefontid upphör och vi i personalen nås istället när det passar er och oss.

Det innebär att det inte längre går att nå oss via vår tidigare huvudlinje. För att säkerställa fortsatt smidig kontakt, kan ni i stället nå oss direkt på våra respektive personliga telefonnummer.

Vi hoppas att detta ska underlätta kommunikationen och göra det enklare för er att komma i kontakt med rätt person direkt. Kontaktsidan har uppdaterats med information om vem som är rätt kontaktperson beroende på ärendets typ.

Det går som alltid bra att kontakta oss på vår e-post: kansli@hrfstockholm.se

Läs mer om vem du kan kontakta i olika ärenden: www.hrfstockholm.se

TACK

**...till alla medlemmar för den stora
uppslutningen på vårt årsmöte!**

Den 27 mars 2025 hölls årsmötet för HRF Stockholm hos Synskadades Riksförbund Stockholm. Det var ovanligt många medlemmar som anmält sig, vilket ledde till att föreningen fick planera om och hyra en extern lokal för att få plats! De som varit med ett tag sade att det troligen var rekordstort intresse för att delta på årsmötet.

Årsmötet

Ett flertal motioner, nyvalda styrelseledamöter, livliga diskussioner och många trevliga samtal i pausen. Årets årsmöte var fullt med folk och engagemang!

Önskar någon ta del av årsmötesprotokollet så kan kanslipersonalen skicka detta via e-post, vanlig post eller dela ut om man besöker föreningslokalen.

**"Rekordmånga kom på
föreningens årsmöte!"**

Nya styrelsen

Styrelsen består av både nya och gamla ledamöter. Se alla namn på nästa sida här bredvid och läs mer om de nya styrelseledamöterna på nästa uppslag. Stort tack till våra avgående ledamöter Anne-Marie Persson och Dorota Kuczynska. Vi tackade också våra fantastiska volontärer och personal från distriktskansliet som hjälpt föreningen under året som gått.

Ordförande avgick efter årsmötet

Niklas Wikman, som omvaldes på årsmötet, avgick den 5 maj som ordförande. Med hänvisning till privata omständigheter har Niklas valt att lämna alla sina uppdrag med omedelbar verkan. Styrelsen har full förståelse för Niklas beslut att avgå av privata skäl. Efter Niklas avgång har Jan Lamby (tidigare vice ordförande) tillsatts som ordförande. Styrelsen har inom sig valt Kerstin Thörngren till ny vice ordförande. Läs mer på vår hemsida (nyheter).



Föreningens sociala värd, Andreas Lindblom, och verksamhetsledare, Sandy Wadnor, förbereder inför årsmötet och packar material, som ska fraktas till årsmöteslokalen.

Styrelsen är valberedning

Eftersom inget förslag på ny valberedning förelåg och inga av mötesdeltagarna erbjöd sig under årsmötet, beslutades att valberedningsuppdraget hänskjuts till styrelsen. Skulle du vara intresserad av att engagera dig i en valberedning inför nästa år? Kontakta då styrelsen: styrelse@hrfstockholm.se



Föreningens nuvarande styrelseordförande och tidigare styrelseledamot Dorota Kuczynska minglar före årsmötet.



Årsmötet hölls i extern lokal p.g.a. den stora uppslutningen – vi växte ur vår egen lokal.

Nya styrelsen

för Hörselskadades förening i Stockholm 2025–2026

Ordförande

Jan Lamby

jan.lamby@hrfstockholm.se

Vice ordförande

Kerstin Thörngren

kerstin.thörngren@hrfstockholm.se

Kassör

Lautaro Aranda

lautaro.aranda@hrfstockholm.se

Christer Bjurälf Nygren

christer.nygren@hrfstockholm.se

Jonathan Lefvedahl

jonathan.lefvedahl@hrfstockholm.se

Mikael Hedlund

mikael.hedlund@hrfstockholm.se

Niklas Wikman omvaldes på årsmötet till ordförande men avgick av privata skäl den 5 maj. Det går att läsa mer om detta på föregående sida och på vår hemsida.

Nya ledamöter presenterar sig

Nya styrelsen för Hörselskadades förening i Stockholm 2025–2026 består av bland annat tre helt nya ledamöter. Lär känna dem lite närmare här!

Lautaro "Lattan" Aranda kassör

Mitt namn är **Lautaro Aranda** och jag kallas för Lattan. Jag är nyvald i styrelsen som kassör och ser fram emot att bidra till vår förening med mina erfarenheter och kunskaper.

Jag är född i Buenos Aires. Mina föräldrar flydde från diktaturen i Argentina. När jag kom till Sverige var jag fem år och då upptäcktes min hörselskada. Min första kontakt med Stockholmsföreningen var 1982, då jag deltog i HiSUS kolloverksamhet, som på den tiden var en del av föreningen.

Under flera år var jag engagerad inom föreningen i olika roller som ledare inom ungdomsverksamheten och olika förtroendeuppdrag. Genom mitt engagemang i föreningen fick jag möjlighet att lära mig om min hörselskada och utvecklas som person tillsammans med likasinnade.

"Genom mitt engagemang i föreningen fick jag möjlighet att lära mig om min hörselskada och utvecklas som person."

Till vardags arbetar jag som förvaltningsledare för Sveriges största assistansbolag, som ägs av sina medlemmar. I min roll ingår allt ifrån bygga upp förvaltningsstrukturer till informationssäkerhet.



Jag har även arbetat inom HRF i olika roller, allt från projektledare till VD för HRF Hörteknik. Ett av mina roligaste uppdrag var att få förmånen att ingå i ett projekt som ledde till att starta en ny förening för hörselskadade i Bolivia.

Vår förenings största utmaning just nu är vår ansträngda ekonomi. Vi kommer behöva arbeta på ett fokuserat sätt och hitta nya vägar för att få en budget i balans. I det stora hela handlar det om att vår fantastiska förening ska vara kvar och kunna bidra till att vi blir fler hörselmedvetna personer.

Jag ser fram emot att få träffa våra fantastiska medlemmar, fortsätta utvecklas och bidra till vår förening. Jag är entusiastisk över de möjligheter som framtiden har att erbjuda trots våra utmaningar.

Mikael Hedlund ledamot

Jag heter Mikael Hedlund och är född med Cerebral Pares, troligtvis utan hörselskada men med en dubbelsidig öroninflammation i tidig ålder samt ett skalltrauma i vuxen ålder som har gett mig en grav hörselnedsättning. Detta blev starten på min mycket spännande hörselresa. Jag kom i kontakt med HRF genom hörselrehabiliteringen på Rosenlund. Syrebristen gav mig även en synskada.

Jag anser att det kan vara en fördel i min förståelse för samhällets utmaningar. Mitt engagemang för HRF grundar sig i en nyfikenhet på hur vi kan göra samhället så smart som möjligt utifrån de behov som personer med flera nedsatta sinnen och funktioner har.

Mitt övergripande mål som nyvald styrelseledamot är att bidra till att få föreningen att må bättre. Det vill säga, vi måste bli fler och kanske viktigast av allt, vi måste få ekonomin i balans. Under tiden vet jag att jag kommer att träffa otroligt många härliga människor och ha väldigt roligt, men det är ju en ren bonus.

Jag arbetar idag deltid med IT på ett sjukhus i Stockholm. På fritiden gillar jag att umgås med vänner, gärna över en öl på HYViS (Förening för hörselskadade i yrkesverksam ålder i Stockholms län, red. anm.) pubträffar. Jag är även gammal ryttare men har just nu inte tillgång till en häst.



Kerstin Andersson Thörngren vice ordförande

Jag heter Kerstin Thörngren och är född hörselskadad, eftersom min mamma hade röda hund när hon väntade mig. Min hörselnedsättning upptäcktes tre års ålder då jag inte pratade så bra. Jag hörde på båda öronen då. Jag har gått i vanlig skola med hjälp av talpedagog och läxhjälp, men det var tungt. Jag blev ofta mobbad. När jag var 15 år fick jag mina första hörapparater, kanske inte den lämpligaste tiden i livet...

Min hörsel blev sämre och 2022 fick jag CI (cochleaimplantat red. anm.) på ena örat och har hörapparat på det andra.

Jag är mycket intresserad av språk, så det blev naturligt att börja lära sig teckenspråket. Jag har tre barn och två barnbarn. Ingen av dem har hörselnedsättning.

Jag började gå på HRF för att lära mig mer tecken men även för att komma i kontakt med andra hörselskadade och byta erfarenheter. Jag tror mycket på att vi är starkare tillsammans! Jag har varit engagerad i olika klubbar inom HRF.

Att jag gick med i styrelsen är för att vi behöver en förening som verkar för oss hörselskadade – och som det ser ut nu behöver föreningen all hjälp för att överleva.

På fritiden kör jag husbil runt om i Sverige och har även seglat från Stockholm till Marbella i Spanien.



Anne-Marie lämnar styrelsen men inte föreningen

Text: Anne-Marie Persson

Jag har varit med i Stockholmsföreningen ett antal år och även suttit med i styrelsen i några år. Det har varit mycket intressant många gånger och även mycket lärorikt att få vara med och ta del av det som händer i en förening.

Och det är mycket som händer ibland och mycket syns inte. Man får också träffa många olika människor med olika bakgrunder och alla bidrar med sina kunskaper till föreningens bästa.

Dock önskar jag att fler hörselskadade kvinnor tar uppdrag som styrelsemedlem för jag tror vi kan bidra mycket till föreningen. Jag tror också att vi kvinnor vågar ta upp lite mer känsliga saker som bland annat har med hörseln att göra – om det har med att vi vågar erkänna våra hörselskador låter jag var osagt... men jag tror faktiskt att det är så.

"Förhoppningsvis ses vi i flera år till!"

Det som bland annat ligger mig varmt om hjärtat är TSS (tecken som stöd). Det passar oss hörselskadade då vi pratar svenska och lägger till tecken som vi kan avläsa. Det ger oss ett verktyg samtidigt med talet och gör oss mer delaktiga i allt som har med närhet att göra. Att kunna kommunicera med andra utan problem. Att få förmånen att lära andra hörselskadade är ju extra roligt och jag kan också bidra med mina egna erfarenheter som gravt hörselskadad.

Jag är fortfarande medlem i föreningen och kommer att fortsätta så länge jag orkar ta mig dit. Så förhoppningsvis ses vi i flera år till!



Anne-Marie Persson avgick från styrelsen i vår. Förutom styrelsearbete har hon engagerat sig som TSS-lärare samt i stort och smått. Alltid har hon funnits där för att hjälpa till. Vi är tacksamma att hon fortsätter som TSS-lärare och som en resurs för kansliet och medlemmarna.

Stort tack för din insats i styrelsen, Anne-Marie!

Karl-Erik Spens

28/5 1940–11/3 2025

Beskedet att Karl-Erik Spens (oftast kallad Kalle) avlidit, kom helt oväntat och orsakade stor sorg hos hans närmaste och hos hans många, många vänner.

En kort tid efter att Kalle hade gått i pension från sin anställning hos Kungliga Tekniska Högskolan så lyckades vi som höll i föreningens bistandsverksamhet att värva Kalle till oss.

Kalle deltog såväl vid kontroll av insamlade hörapparater, så att vi endast fick med oss fungerande apparater vid våra resor. Kalle kom med på vår andra resa till Odessa, sedan till flera andra städer och länder, senast ett flertal gånger till Georgien. Vid alla platser vi besökte, provade vi ut och gav hörappara(er) främst till skolbarn men också till lärare och pensionärer som hade observerat vår verksamhet och kom till oss och bad om hjälp.

"Saknaden efter Kalle är och förblir stor."

Kalle var en mycket allsidig och kunnig person. Han hade bland annat konstruerat en vibrator som reagerade på ljud. Jag minns en döv flicka som bodde i ett hyreshus. Grannarna var mycket arga på henne och ville få bort henne, då hennes hund skällde så mycket. Med vibratorn uppmärksammades hon på detta och kunde tysta hunden. Det blev frid och fröjd i huset.



Under många, många år åkte Kalle varje måndag eftermiddag/kväll under skolverterminerna till Husby och hjälpte skolbarn att förbättra sina kunskaper, främst i matematik.

Kalle, som själv hade typ1-diabetes, arbetade tillsammans med två kollegor på ett projekt som gick ut på att förhindra och läka komplikationer vid typ1-diabetes med hjälp av ämnet c-peptid. Som diabetiker och privatperson gav han därmed ett viktigt bidrag till denna forskning. Projektet, initierat av Kalle, fortlöper och resultaten pekar åt rätt håll.

Kalles begravning hölls i Gustav Adolfskyrkan i Stockholm och den var fylld till sista plats av närstående, släkt och hans många vänner.

Saknaden efter Kalle är och förblir stor!

Helena Lanzer-Sillén
f.d. kanslichef och f.d. projektledare



PÅ GÅNG I FÖRENINGEN

HRF Stockholms bokcirkel

I höst träffas bokcirkeln på torsdagar 13.30–15.00 dessa datum:

11 september, 9 oktober, 13 november och 11 december.

Bokcirkeln träffas i föreningslokalen och använder hörslinga.

Kontaktperson:

Eva Sjögren
evajsgjogren@gmail.com

Önskemål?

Har du förslag inför hösten? Vad vill du att vi erbjuder för kurser, föreläsningar eller gästspel på våra Öppet hus? Varmt välkommen att kontakta oss på:

kansli@hrfstockholm.se

Yoga

Till hösten kommer vi att ordna en yogakurs. Precis som tidigare kommer det att vara en kurs i hörselsmart och snäll yoga med yogalärare **Kasia Lindahl**, där man kan sitta på en stol om man vill. Vi bokat skrivtolk och använder hörslinga.

Vid tidningens utgivning har vi ännu inga datum att informera om. Läs mer på vår hemsida.



Bli vän med dina hörapparater

I höst genomför vi en samtalsgrupp i konceptet "Bli vän med dina hörapparater" med start **4 september** 15.00–17.00. Det är totalt fem träffar under hösten.

Gruppen leds av medlemmarna **Ewa Ericsson** och **Pirkko Jonsson**. Mer information finns på vår hemsida! Vill du ha hjälp kan du alltid kontakta oss via telefon, e-post eller prata med oss i lokalen.

Samtalsgrupp till hösten

Tillsammans med Svenska Kyrkan

kommer vi på nytt att arrangera en samtalsgrupp i höst med start **9 oktober** 14.00–16.00. Det är totalt fem träffar under hösten och vi håller till i våra lokaler med hörteknik och skrivtolk. Är du intresserad av att delta i en livsberättargrupp eller kanske en sorgegrupp? Meddela gärna önskemål i samband med din anmälan. Gruppen leds av **Maria Sterner**, diakon i Sofia församling. Se mer information på vår hemsida.

TSS (tecken som stöd)

I höst blir det en ny fortsättningskurs i TSS med **Anne-Marie Persson**.

Det är en uppskattad aktivitet för våra medlemmar. Planen är att vi kommer att starta torsdagen den **18 september**. Du kan anmäla intresse redan nu, se hemsidan.

Medlemsundersökning i höst

Vad tycker du som medlem? Vår medlemsundersökning har blivit flyttad till hösten. Vi hoppas att så många som möjligt vill vara med och tycka till! Mer information kommer!

Föreningsmöte 6 november

Save the date!

Välkommen att göra din röst hörd på föreningsmötet i höst! Kallelse kommer i nästa nummer av Språkröret. Boka in datumet redan nu!

Bridgeklubben söker medlemmar!

Föreningens egen hörselsmarta bridgeklubb vill välkomna nya bridgespelare.

Bridgespelet är lämpligt för personer med hörselnedsättning eftersom budgivningen sker med hjälp av budkort samt spelföring med hjälp av spelkort.

Enligt senaste forskning motverkar bridgespel minnesförlust och är därför en bra aktivitet för äldre.

Du kan lära dig bridge genom att läsa Svenska Bridgeförbundets anvisningar för "Bridge för nybörjare" samt spela bridge gratis med hjälp av flertal appar på internet.

Se mer information och kontaktuppgifter på nästa sida!

Öppet hus varje tisdag

Varje tisdag kl. 13.00–15.00 håller vi öppet hus i vår lokal. Vi bjuder på hörselsmart fika med trevligt sällskap. Ofta har vi externa föreläsare eller speciella teman. Skrivtolkning och hörslinga används.

Programmet fastställs allt eftersom och du kan vara med och påverka innehållet. Du behöver inte anmäla dig men kom gärna i tid, då vi sitter ner tillsammans och har ett samtal eller lyssnar på en föreläsare.

En gång i månaden gästas vi av **SeniorNet Södermalm**, som hjälper till med diverse digitala bekymmer med mobiler och surfplattor.



De kan ge individuell rådgivning. De kommer till oss i höst den **2 september, 7 oktober, 4 november och 2 december**.

Se hela vårt program i kalendern på vår hemsida. **Varmt välkommen!**

TSS-klubben



Vi fortsätter att träffas och träna TSS (tecken som stöd) varje torsdag kl. 11.00–13.00 i föreningslokalen. Höstterminen startar **18 september** och avslutas 4 december.

Klubbavgiften i TSS-klubben för 2025 är 50 kr. Avgiften betalas in på vårt Plusgirokonto i Nordea 22 24 02-0.

Välkommen till oss i TSS-klubben!

Kontaktperson:

Lars Svensson
070-255 63 50
tssklubben@hrfstockholm.se

Hör & Håpna

Vi planerar "Öppet hus" till hösten på tisdagarna den **23 september**, **4 november** och **9 december**. Då lyssnar vi till föreläsningar och äter god mat tillsammans. Vi använder hörslinga och bokar skrivtolk genom kansliet.

Innan dess arrangerar vi även en utflykt till Gustafsberg **26 augusti**.

Inbjudan skickas ut till klubbens medlemmar. Varmt välkommen!

Klubbavgiften är 50 kr om man vill ha information per mejl. Om man vill ha informationen via brev, så är avgiften 130 kr. Inbetalningen görs till vårt Plusgirokonto i Nordea: 212 92 45-3.

Kontaktperson:

Lars Svensson
070-255 63 50
hoh@hrfstockholm.se



Konstklubben

Våra konstbesök är öppna för alla HRF Stockholms medlemmar! Till de guidade visningarna har de som betalat Konstklubbens årsavgift företräde.

Kommande program:

I september planerar Konstklubben ateljébesök hos bild- och textilkonstnären **Anita Ullerstam**. Anita är medlem i HRF Stockholm och går på TSS på torsdagarna. Hon är utbildad på Konstfack och hennes konst finns representerad på bland annat Karolinska.

I november planerar vi en sedvanlig **konstutlottning**.

Datum och mer information kommer! Håll utkik i din mejl och på HRF Stockholms hemsida och i sociala medier.

Årsavgift för 2025 är 175 kr, denna summa finansierar till större delen inköp av konst inför det årliga konstlotteriet. Den som betalar årsavgiften senast 30 september är med i konstutlottningen i november. Betalning via swish 1235182332 eller plusgiro 1951923-0. Glöm inte att ange din e-postadress!

Vill du vara med i konstklubben?

Skicka gärna ett mejl till oss: konstklubben@hrfstockholm.se

Mahjong-klubben



Vi träffas och spelar i föreningens lokal varje helgfri onsdag kl. 11.00–14.00 fr.o.m. **27 augusti**.

Vi hälsar nya och gamla medlemmar välkomna!

Ta gärna kontakt med oss om du vill vara med och spela.

Kontaktpersoner:

Maj-Lis Janzon, 070-334 66 31
Eveline Hedenström, 070-226 29 65
mahjong@hrfstockholm.se

Bridge-klubben

I vår spelar vi bridge och fikar tillsammans varje helgfri tisdag kl. 10.00–12.00.

Höstterminen startar **2 september** och avslutas 9 december.

Vi vill gärna bli fler, så kontakta oss gärna om du vill vara med och spela!



Kontaktperson:

Abdul Khakee
bridgeklubben@hrfstockholm.se



Sommarstängt

Kansliet stänger för besök och medlemsaktiviteter efter midsommar. Sista dagen vi har öppet på kansliet är onsdag **18 juni**. Vi öppnar igen tisdag **26 augusti**. Välkommen då!

Personal

Vi som jobbar på föreningens kansli är kommunikatör/koordinator **Elna Lassbo** (sjukskriven på deltid), projektledare **Josefin Säfström** (Stockholmare United – att höras och höra till), social värd

Andreas Lindblom, och verksamhetsledare **Sandy Wadnor** (sjukskriven på deltid).

Information

På **Facebook**, **Instagram** och **hemsidan** lägger vi ut mycket information mellan tidningarna. Genom att gå in där kan du hålla dig uppdaterad med vad som är på gång. Vi har också ett **nyhetsbrev** där vi skickar ut information per e-post till våra medlemmar och andra intresserade. Har du inte fått nyhetsbrevet så

kan du behöva **registrera din e-postadress** i medlemsregistret. Kontakta oss om du behöver hjälp. Nyhetsbrevet går också att prenumerera på för vem som helst, se länk på vår hemsida: **hrfstockholm.se**

Medlemsavgifter

Medlemskap i HRF kostar **300 kronor per år** eller endast **25 kronor per månad** (autogiro) för huvudmedlem. Ni betalar **max 375 kronor per år**, oavsett hur många i familjen som är medlemmar.

Vid årsskiftet 2026 höjs avgiften till 360 kronor per år (autogiro 30 kronor per månad). *Obs! Välj lokalföreningen i Stockholm om du vill bli medlem i vår förening.*

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. Mejla oss på kansliet för att reservera slingor: **kansli@hrfstockholm.se**

Hyra lokalen

Vår lokal går att hyra. Som ideell förening får ni 20 % rabatt och som medlem har du hela 50 % rabatt. Se mer information på vår hemsida eller hör av dig till oss för mer information. Boka gärna en tid för att komma och titta på våra fina lokaler!

Hörselskadades förening i Stockholm

Besöks- och postadress:
Malmgårdsvägen 63 A
116 38 Stockholm

Telefon: se telefonnummer till personalen på **hrfstockholm.se**

E-post: **kansli@hrfstockholm.se**

Hemsida: **hrfstockholm.se**

Facebook: **facebook.com/HRFsthlm**

Instagram: **instagram.com/HRFsthlm**

Ordförande: Jan Lamby
jan.lamby@hrfstockholm.se

Öppettider kansli

Våra ordinarie öppettider är
tisdag–torsdag kl 12.30–15.00.

Plusgiro 15 66 88-4

Swish 123 183 46 88

Organisationsnr 802001–5551

Bokning av våra lokaler görs via e-post:
kansli@hrfstockholm.se

Adressändring och medlemsanmälan:

Kontakta HRF:s medlemservice via e-post **medlemservice@hrf.se** eller telefon 08-457 55 00 (växel).

Bli medlem här: **www.hrf.se/medlem**