

SPRÅKRÖRET

Nr 3 2025
årgång 82

för Hörselskadades förening i Stockholm

Höstens medlemsaktiviteter

Välkommen!



Omorganisation
Förändringar på gång



Johan Dahlén Strömgren om
volontärverksamhet

Innehåll nr 3 2025

3 Styrelsen har ordet

4–5 Att engagera sig i volontärverksamhet

6 Jubilarer

7 Teater Hipp Happ

8 Minnestext

9 Kallelse till föreningsmöte

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
Johan Dahlén Strömberg,
Volontärbyrå.

Upplaga 1800 ex
Tryck Åtta.45 Tryckeri
ISSN 1404-6121

Språkrörets utgivning 2025
nr 4 utkommer vecka 50
manusstopp 10 november

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

Osäker höst

Jag hoppas att sommaren har varit fin för dig som läser det här. Jag har själv haft både härliga dagar men också några mörka moln på himlen privat i form av anhöriga som är sjuka. Livet kan ju vara både fint och svårt på samma gång. Det gäller att ta tillvara på det som bra.

Precis före sommarsemestern fick vi i personalen veta att det är en omorganisation på gång, som med största sannolikhet kommer att resultera i en mindre personastyrka, där både jag och vår sociala värd föreslås sägas upp. Detta på grund av föreningens mycket dåliga ekonomiska läge. Läs mer om det på nästa sida.

Det känns förstås mycket tråkigt. I skrivande stund vet jag inget mer och inget är klart rent juridiskt men det är fackliga förhandlingar på gång. Trots detta har vi på kansliet en god stämning och tar hand om varandra så gott det går.

Jag har förberett ett, som jag hoppas, fint och trevligt program under hösten med kurser i TSS (tecken som stöd) och yoga, samt samtalsgrupperna "Fortsätt leva" och "Bli vän med dina hörapparater". En del har redan kommit igång när tidningen kommer ut och vår yogakurs blev fullbokad nästan på en gång!

Vårt "Öppet hus" fortsätter som vanligt. Programmet för höstterminen är klart och finns att ladda ner som pdf på hemsidan eller att hämta i vår lokal. Som vanligt bokar jag skrivtolk till våra aktiviteter och vi använder hörslinga för att umgås på bästa sätt. Läs mer på sidan 10. Som vanligt är du välkommen att kontakta oss via telefon, e-post eller prata med oss när du kommer till lokalen under våra öppettider.

Trevlig höst och varmt välkommen till föreningslokalen!

Elna Lassbo
redaktör för Språkröret
samt föreningens
kommunikatör och
koordinator



Ordförandes spalt

Bästa medlemmar och andra läsare! Denna höst står föreningen inför den största utmaning som förekommit under föreningens 80-åriga historia. Till klubbarnas ansvariga har vi redan kommunicerat ut huvuddragen i de förändringar vi tvingas vidta. Tyvärr måste vi lämna vår lokal på Malmgårdsvägen. Det blir också förändringar vad gäller personalen.

Detta innebär förhandlingar med de fackliga organisationerna. Dessa har inte påbörjats när detta skrivs i mitten av augusti. Således kan jag inte här lämna någon ytterligare information. Förhandlingar om personalen beräknas börja i september.

Vad gäller lokalen så finns ännu inte något bestämt besked om när vi lämnar den. Vi räknar med att höstens verksamhet fortsätter i nuvarande lokal men lämnar ingen garanti för att så kan ske. Kontraktet gäller till 30 april 2026, men om vi kan, bör vi lämna lokalen tidigare. Det vill säga, om vi slipper betala hyra för perioden från flytt till ovannämnda datum. Nu har jag framfört de tråkiga nyheterna!

Så med detta sagt, rullar verksamheten igång planenligt med Öppna hus och klubbträffar. Här finns åtskilligt klart, vilket också syns i denna tidning. Vi hoppas de tråkiga beskederna inte kommer märkas så mycket under hösten.

Som brukligt är kommer vi ha ett föreningsmöte under hösten, den 6 november, se kallelsen på sidan 9. Där ska vi som vanligt lägga fram förslag till verksamhetsplan och budget. Dessa kommer naturligt nog bli påverkade av de förändringar som jag skriver om ovan. Helt säkert kommer vi då också ha ny information att lämna.

Varmt välkomna till hösten i föreningen och jag hoppas vi ses!

Jan Lamby,
styrelseordförande HRF Stockholm



Planerad omorganisation och förändringar Kommunicerat digitalt i juni 2025

Bakgrund

Föreningen har under många år levt med ett betydande underskott. Verksamheten och vår lokalhyra samt personal kostar betydligt mer än vad vi har i intäkter. Avkastningen från vår förmögenhet förmår inte heller täcka upp för underskottet. De bidrag vi får av staden är mycket välkomna tillskott, men rubbar inte i grunden obalansen i resultatet. De externa hyresgäster som föreningen har och har haft förmår inte heller täcka upp den årliga förlusten. Varje år har vi därför tvingats ta av vårt kapital för att täcka upp. Detta tapp minskar förstås också den avkastning vi får följande år.

Styrelsens ställningstagande

Styrelsen har kommit fram till att vi nått vägs ände. Fortsatt tapp av föreningens förmögenhet äventyrar vår existens. Därför har vi fattat några beslut:

- Föreningens lokal på Malmgårdsvägen kommer att sägas upp; den 30/4 nästa år (2026) upphör kontraktet. Vi är alla medvetna om att lokalen är omtyckt och att stora investeringar gjorts för att anpassa den till våra behov.

Årshyran är nu uppe i drygt 800.000 kronor. Det är inte försvarbart att en så stor del av våra kostnader går till hyra. Vi letar förstås efter en ersättning för Malmgårdsvägen, där vi kanske kan hyra in oss när verksamheter pågår.

- Förhandlingar med de fackliga organisationerna kommer inledas efter sommaren för att minska personalen. En budget i balans rymmer bara en (1) heltidstjänst. Verksamheter/aktiviteter måste i största möjliga utsträckning skötas av medlemmarna själva/ansvariga i klubbar etc. Verksamhetsledarens uppgifter kommer fortsatt vara att administrera och söka bidrag. Innan förhandlingarna slutförts går det inte att säga när omorganisationen är genomförd. Uppsägningstider påverkar detta. Målsättningen är att omorganisationen ska vara klar före årsskiftet.

Styrelsen för HRF Stockholm

För frågor, kontakta:

Jan Lamby, styrelseordförande
jan.lamby@hrfstockholm.se

Att engagera sig i volontärverksamhet

Text: Josefin Säfström

Att engagera sig frivilligt i en fråga man brinner för kan vara otroligt givande. Sverige har en lång historia av volontärt engagemang i olika former och anledningen till att man ger av sin fritid ser olika ut för alla. En vanlig anledning är att man drivs av en specifik fråga och vill göra något meningsfullt.

Johan Dahlén Strömgren, utbildningsansvarig på Volontärbyrån, säger att vi är ett engagerat folk. Han berättar att personer ofta har närmare till ideellt engagemang om de har haft det i sin närhet under uppväxten, men nätverk och hur pass etablerad man är i samhället spelar också in. För många är det avgörande steget att man får frågan, att någon säger, "jag tror att du skulle passa i det här uppdraget".

Som utbildningsansvarig jobbar Johan bland annat med att stötta föreningar med att rekrytera ideella och att jobba med volontärer långsiktigt i föreningen genom att ta hand om dem på ett bra sätt. På frågan om vem som är den typiska volontären svarar Johan: "Jag vet inte om en sådan finns, men om man ska kolla på forskningen så är det dels personer som har förutsättning att engagera sig ideellt, som exempelvis har ekonomiska förutsättningar att vara ideellt engagerade och som överlag lever ett stabilt liv".

"En volontär kan vara 16 eller 96 år."

Han fortsätter med att poängtera att en volontär kan vara 16 eller 96 år och att det är svårt att säga vem den typiska ideellt engagerade är. Han menar att vi är engagerade i alla åldrar men att det kan se ut på lite olika sätt.

Det som engagerar är ofta **möjligheten** att få vara en del av en förändring eller en del av att lösa ett problem. Johan förklarar att känslan av att vara med och bidra till något som man själv ser som en positiv utveckling, särskilt när det gäller aktuella frågor som uppmärksammas på nyheterna eller liknande, tenderar att föda ett engagemang. Men många engagerar sig också för att få nya erfarenheter och lära sig nya saker eller för att få delta i ett socialt sammanhang.

"Genom att bidra till något man tror på så brukar man få mycket tillbaka."

Johan har, via sin inblick i det ideella engagemanget, sett att det ger individen mycket. Genom att bidra till något man tror på så brukar man få mycket tillbaka. Om man exempelvis arbetar för en specifik målgrupp så kan man ofta konkret se glädjen och värdet av det man bidrar till. "Det skulle jag säga är den stora vinsten", säger Johan.

"Sedan är det det här med att få möta nya människor," tillägger han. Genom att engagera sig i en förening kanske man möter personer som är utanför sin egen krets, personer med andra erfarenheter och syn på livet – man kommer lite utanför sin bubbla. Det kan vara nyttigt för många, men också glädjande att träffa personer som man annars inte skulle träffa.

**"För många är
det avgörande
steget att man får
frågan."**



Johan Dahlén Strömgren, utbildningsansvarig på Volontärbyrån, jobbar bland annat med att stötta föreningar med att rekrytera ideella och att jobba med volontärer långsiktigt.

KONTAKT

Har du egna idéer för volontärt engagemang på föreningen eller är du nyfiken på vad vi planerar?

Hör av dig till:

Josefin Säfström

Projektledare *Stockholmare united*

– att höras och höra till

josefin.safstrom@hrfstockholm.se



Grattis Hjördis och Andreas!

HJÖRDIS 102 ÅR!

Vår hedersmedlem Hjördis Bengtsson fyllde 102 år den 20 augusti och föreningens sociala värd var på plats för att gratulera från hela föreningen med blommor och choklad!

Hjördis är den som varit medlem allra längst hos oss i HRF Stockholm, ända sedan 1957, vilket är helt fantastiskt! För två år sedan, när Hjördis fyllde 100 år, blev hon hedersmedlem i HRF Stockholm.

Förutom att vara en trogen medlem har Hjördis varit mycket aktiv i Hörselskadades förening genom åren. Hon var bland annat en av dem som startade Konstklubben och TSS-klubben, sociala verksamheter som fortfarande är mycket aktiva och viktiga i vår förening.

Tack, Hjördis, och stort grattis från alla oss – kansli, styrelse och medlemmar!



ANDREAS 40 ÅR!

Föreningens sociala värd Andreas Lindblom har fyllt 40 år i sommar! Stort grattis till föreningens "solstråle" (som medlemmarna kallar honom)!

Tusen tack till alla underbara medlemmar som kom och uppvaktade Andreas den 27 maj på Öppet hus. Det var fullt med folk och köerna ringlade långa för att gratulera med dikter, blommor, presenter och kramar! Det serverades tårta och bubblande Pommac. Ett fint minne för hela föreningen!

Foto: Elna Lassbo

Teater Hipp Happ gav välbesökt föreställning

MÅNGA SKRATT OCH HÖG IGENKÄNNING

När Teater Hipp Happ hade föreställning den 21 maj 2025 var det fullsatt. Pjäsen var en berättelse om bland annat äldreboenden och hur hörselskadades värld ser ut.

Skådespelarna tog upp ämnen som att använda hörapparater och att Hörsellinjen finns till för oss hörselskadade. Många nya medlemmar har upptäckt Hörsellinjen och var nyfikna på detta.

Ovanligt många i yngre åldrar besökte vår förening och umgicks denna kväll! Det är alltid roligt att mötas över generationsgränserna. En del hade frågor till Hipp Happ-gruppen.

Totalt kom femtio personer för att se och lyssna på Hipp Happ, det var väldigt roligt med den stora uppslutningen! Föreningen överlämnade blommor och chokladask till Hipp Happ, och hoppas vi får se dem igen i höst!



Foto: Andreas Lindblom

OM TEATER HIPPI HIPP

Teater Hipp Happ bildades 2010 av Hörselskadades förening i Stockholm och Sensus Stockholm-Gotland med stöd från Allmänna arvsfonden, för att berätta hur det är att leva med en hörselskada – en "osynlig" funktionsnedsättning – och hur omvärlden bemöter oss.

Teatergruppen samlar ständigt på roliga, dråpliga och tråkiga händelser i vardagen som på något sätt har att göra med hörselskador, och hur omvärldens bemötande av denna "osynliga" funktionsnedsättning ser ut. Namnet Teater Hipp Happ kommer från att hörapparater kallas "happar" bland oss som använder dem.

Teater Hipp Happ består just nu av fyra skådespelare:

Ulla Jensen
Rigmor Blomqvist
Claes Mattsson
Maud Holmberg (även regissör)

För bokning och information, kontakta:

Maud Holmberg
070-493 40 50 (sms)
hipp-happ@hrfstockholm.se

Till minne av Sven Karl Erik "Kalle" Spens 28 maj 1940–11 mars 2025

Text: Parviz Tabrizi

Kalle Spens har, tillsammans med Helena Lanzer-Sillén (tidigare kanslichef på HRF Stockholm), gjort många resor till svåråtkomliga och utsatta delar av Europa de senaste 25 åren. Med hjälp av svenska volontärer och audionomer har de hjälpt tusentals hörselskadade personer till ett bättre och enklare liv i Moldavien, Ukraina och Georgien.

Av hälsoskäl gjorde Kalle sin sista resa till Georgien 2019. Sedan dess har han fokuserat på att hjälpa oss med projekten på hemmaplan: med ansökningar, att samla hörapparater och att ge goda råd. Det är ett otroligt stort arbete – allt han gjorde för barn och vuxna i de fattiga länderna förändrade många människors liv till det bättre.

"Han kommer att finnas i våra tankar för den oförglömlige hjälte han var och för alla hans goda gärningar."

Ett barn som säger att hon kan höra sina skor eller en leende kvinna som hör förbipasserande bilar framfart bakom ett stängt fönster. Det finns så många fina minnen och Kalle kommer att vara med oss så länge våra hjärtan slår. Han var en osjälvisk ledare som gjorde allt för projekten och för gruppen – alla älskade Kalle.

Jag vet inte hur vi ska kunna fortsätta med projekten utan hans närvaro och råd. Saknaden är stor: goda minnen, hans leende – med glasögonen i pannan – och trevliga kommentarer. Han kommer att finnas i våra tankar för den oförglömlige hjälte han var och för alla hans goda gärningar.

Lanzer Spens Clinic, Tbilisi Georgien – nytt projekt 2025

Nu, efter så många resor och lyckade projekt, kommer Georgien-projektet att öppna en hörselklinik i Tbilisi, för att där hjälpa barn i Georgien till bättre hörselvård i landet.

Helena Lanzer Sillén och Kalle Spens är grundarna av alla dessa fantastiska projekt som har hjälpt tusentals barn och vuxna till en bättre hörsel och därmed underlättat deras liv. Hörselskadades förening i Stockholm (HRF Stockholm) har under alla dessa år hjälpt till med ansökningar för bidrag till projekten och samordnat donationer av hörapparater.

Kliniken kommer att finansieras av privata medel och donationer. Maia och Lukas Jonsson kommer att ta hand om kliniken. Med hjälp av Tamilla Matitashvili ska kliniken till en början screena alla barn i första klass i Tbilisi – och senare i hela Georgien.

Efter förhandlingar kommer själva hörsel-screeningen av barnen (kostnad: cirka 45 SEK) att betalas av kommunerna. De behövande barnen kommer att få hörapparater utan kostnad, som doneras från Sverige. Det kommer även att finnas en ÖNH-läkare som jobbar deltid vid kliniken. De svenska projekten kommer förhoppningsvis att fortsätta en gång om året med audionomer från Sverige, för att hjälpa till med screening av barnen i olika regioner i Georgien. Vi har redan samlat in en del begagnade hörapparater och ser fram emot att få fler donationer. Företaget HearU kommer att donera en 3D-skrivare för tillverkning av insatser vid vår klinik och flera andra företag i hörselvård har under åren donerat audiometrar och material.

"Vi hoppas att kliniken ska förverkliga Kalle och Helenas visioner för hörselvård i Georgien."

Kliniken beräknas öppna i september 2025 och till en början screena cirka 500 barn i veckan. Därefter utökas antalet tester. Hörseltekniker kommer att åka ut till olika skolor och screena barnen i skolorna – de barn som har nedsatt hörsel kommer sedan att få hörapparater. Svenska audionomer kommer att vara behjälpliga online eller resa till Georgien vid behov.

HearU Stockholm kommer i början att hjälpa till med 3D-utskrifter online av hörselgångsinsatser (öronproppar). Själva utskriften sker på plats vid kliniken i Tbilisi. Kliniken kommer även att ta emot vuxna för screening (men de får själva stå för sina kostnader).

Vi hoppas att kliniken ska förverkliga Kalle och Helenas visioner för hörselvård i Georgien.

Parviz Tabrizi
projektledare för HRF Stockholms Georgien-projekt
(sedan 2019)



Hörselskadades förening
i Stockholm

Medlemmarna i Hörselskadades förening i Stockholm kallas till

Föreningmöte

TORSDAGEN DEN 6 NOVEMBER 17.30

i vår lokal på Malmgårdsvägen 63 A, Södermalm



PRELIMINÄRT PROGRAM

17.30 Registrering och servering

18.00 Föreläsning/information

18.30 Föreningsmöte inleds

Vi återkommer med exakt program.

Handlingar:

Möteshandlingar finns i pappersform i vår lokal och digitalt på hemsidan från och med den **23 oktober**.

Tillgänglighet:

Hörslinga finns i lokalen och kansliet bokat skrivtolk.
Det finns hiss.

FÖRSLAG TILL DAGORDNING

1. Mötet 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 2026
7. Förslag till budget för 2026
8. Rapporter
9. Övriga frågor
10. Mötet avslutas

Anmälan:

Anmäl dig gärna till kansli@hrfstockholm.se
(för serveringens skull samt för att vi ska veta att lokalens storlek passar för mötet).

Varmt välkommen!

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

evajgsjogren@gmail.com



Yogakurs (fullbokad)!

Den här hösten kommer vi att ordna en yogakurs. Den har dock blivit fullbokad snabbt. Precis som tidigare kommer det att vara en kurs i hörselsmart och snäll yoga med vår uppskattade yogalärare **Kasia Lindahl**, där man kan sitta på en stol om man vill. Vi bokat skrivtolk och använder hörslinga. Kursen hålls vid fem tillfällen varannan söndag 15.00 med start **12 oktober**. Den är kostnadsfri för våra medlemmar. Varmt välkomna till er som har anmält er!

Samtalsgrupp "Fortsätt leva"

Tillsammans med Svenska Kyrkan

kommer vi på nytt att arrangera en samtalsgrupp i höst. Kanske har du för något eller några år sedan varit med om en sjukdom, skilsmässa eller en sorg över något du har förlorat? På våra träffar pratar vi om ämnen som behov av trygghet, gemenskap, självkänsla och kroppens behov.

Gruppen är kostnadsfri för våra medlemmar och vi bjuder på fika. Välkommen att delta! Start torsdagen den **9 oktober** 14.00–16.00. Det är totalt fem träffar under hösten.

Gruppen leds av **Maria Sterner**, diakon i Sofia församling.

Obs! Beroende på hur många medlemmar som anmäler sig, så håller vi antingen till i våra egna lokaler eller i kyrkans lokaler. Se vår hemsida för uppdaterad information.



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. Vi kommer att starta torsdagen den **18 september** och ses varje vecka 11.00–13.00 under tio tillfällen. Du kan anmäla intresse på hemsidan (med reservation för att platserna hinner ta slut).

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.

Bridgeklubben spelar och fikar tillsammans varje helgfri tisdag kl. 10.00–12.00. Välkommen!

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.

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 den **7 oktober, 4 november och 2 december**.

Höstens program bjuder också på teman som berättelser från medlemsresan till Bohuslän,



hörteknik och tillgänglighet, "Ska jag verkligen boka tolk?", filmvisning med reflektion, "Så skyddar du dig mot bedrägerier" och pepparkaksbak!

Det var ett axplock. Se hela vårt program på vår hemsida, i kalendern och som pdf att ladda ner. Programmet finns också i pappersform i vår lokal.

Varmt välkommen!

TSS-klubben



Välkommen till en ny termin i TSS-klubben! Höstterminen börjar torsdagen den **18 september** 11.00–13.00. Sedan fortsätter vi att träffas och träna TSS (tecken som stöd) varje torsdag. Terminen avslutas med en traditionell höstavslutning den 4 december. Mer information om den kommer senare.

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

Kontaktperson:

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

Hör och Häpna

Höstens första "Öppet hus" är tisdagen den **23 september** 16.00. Övriga tillfällen under hösten blir **4 november** och **9 december**. Då lyssnar vi på föreläsningar och äter god mat tillsammans. Vi använder hörslinga samt skrivtolk under föredraget. Inbjudan skickas ut till Hör och Häpnas medlemmar.

Preliminärt program den 23 september är medlemsresan till Bohuslän i juni. Alla som var med på resan är välkomna den 23 september.

Klubbavgiften är 50 kr för information per mejl. För informationen via brev är avgiften 130 kr. Inbetalning görs till 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:

Den **16 september** 15.00 anordnar 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.

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 11.00–14.00 (då tidningen kommer ut är höstsäsongen igång).

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 höst spelar vi bridge och fikar tillsammans varje helgfri tisdag 10.00–12.00. Höstterminen startar **2 september** och avslutas 9 december.

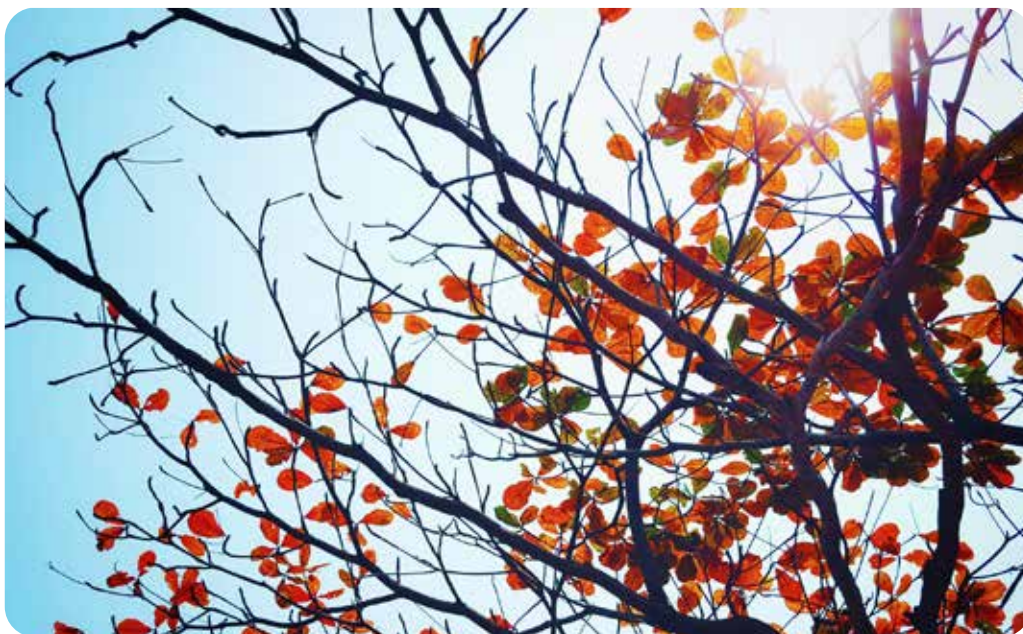
Bridge är ett hörselvänligt och minnesstimulerande kortspel.

Vi vill gärna bli fler, så kontakta oss om du vill vara med och spela! Baskunskaper i bridgespel är önskvärt.



Kontaktperson:

Abdul Khakee
070-961 85 39 (gärna sms)
bridgeklubben@hrfstockholm.se



Välkommen i höst!

Kansliet har öppnat för säsongen (dörrarna öppnades 26 augusti). Välkommen till oss!

Personal

Vi som jobbar på föreningens kansli är kommunikatör/koordinator **Elna Lassbo**, projektledare **Josefin Säfström** (Stockholmare United – att höras och höra till), social värd **Andreas Lindblom**, och verksamhetsledare **Sandy Wadnor**.

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 då och då. 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 **25 kronor per månad** (autogiro) för huvudmedlem.

Ni betalar **max 375 kronor per år**, oavsett hur många i familjen som är medlemmar.

Obs! Välj lokalföreningen i Stockholm om du vill bli medlem i just vår förening.

Vid årsskiftet 2026 höjs avgiften till 360 kronor per år (autogiro 30 kronor per månad).

Låna slinga

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

Utlåning sker för privata sammankomster såsom dop, begravning eller födelsedagsfirande, eller vid personlig rådgivning exempelvis hos läkare, fastighetsmäklare eller bank. Mejla oss på kansliet för att reservera slingor.

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