



Program för öppet hus i september 2026

Hörselskadades förening i Stockholm



Öppet hus är ett tillfälle för Stockholmsföreningens medlemmar att mötas.
Vi träffas på tisdagar mellan klockan 13.00 till 15.00 och fikar, ibland bjuder vi in föreläsare eller tar upp olika ämnen som vi pratar kring.

Skrivtolkning och hörslinga används

På grund av stambyten i 82:ans lokaler med lite osäkert slutdatum, har vi bestämt att vi anordnar Öppet hus i HRF Distrikts lokaler under september månad.

Välkommen till:

Solna, Skytteholmsvägen 2, våning 6. (Ingång Folkets hus, ta hiss upp till våning 6).

Datum	Tema	Programbeskrivning
1 sep	Säsongsstart	Äntligen dags att träffas igen! Vad har vi gjort i sommar? Vi fikar och berättar för varandra.
8 sep	Hur tillgängligt är egentligen valet?	Hur tillgängligt är egentligen valet? Vi diskuterar hur tillgängligheten har fungerat för oss hörselskadade i valinformationen, är det textat överallt? Tycker vi att vi fått den information som krävs för att göra vårt val? Har vi några förslag hur vi kan göra det bättre?
15 sep	Föreläsning: Hur påverkas kroppen av en hörselnedsättning?	Sjukgymnasten Ann-Kristin Nyström föreläser om hur en hörselnedsättning påverkar kroppen främst ur ett sjukgymnastiskt perspektiv. Föreläsningen belyser bland annat sambandet mellan hörsel, balans, hållning och muskelspänningar samt hur ökad ansträngning vid lyssnande ökar trötthet, stress och ibland också smärta. Ann-Kristin lyfter även förslag på vad som är värt att tänka på vid kommunikation. Strategier och rutiner är lämpligt för att på ett bra sätt ta hand om sin hörselnedsättning och därmed sig själv på bästa sätt.
22 sep	Medlemmarna visar sina sommarbilder.	Vad gjorde du i sommar? Tog du något fint, roligt, spännande foto som du vill dela med dig av, kanske berätta om? Vi fikar och tittar på våra bilder. Röstar fram en bild som vi tycker ska pryda framsidan på hemsidan.
29 sep	Inställt på grund av upptagen lokal.	
OBS:	Från och med oktober håller vi öppet hus i våra ordinarie lokaler på St Göransgatan 82 A (ÅttiotvåAn) i stora lokalen. Program kommer senare.	

