



**Hörselskadades distrikt
i Uppsala län**

Verksamhetsplan och budget 2025

HRF är hörselskadades intresseorganisation, som genom föreningar, distrikt och förbund verkar för full delaktighet och jämlikhet för alla hörselskadade. Ingen som hör dåligt ska behöva känna sig utanför på grund av sin nedsatta hörsel.

Vårt mål är ett samhälle där alla hörselskadade respekteras som individer, får stöd efter behov och kan vara delaktiga. Vi vill väcka opinion för åtgärder som gör att alla som hör dåligt kan kommunicera och ta del av information så obehindrat som möjligt.

Följande föreningar ingår i Hörselskadades distrikt i Uppsala län:

Lokalföreningar: Enköping-Håbo, Uppsala-Knivsta, Östhammar, Tierp-Heby och Skutskär.

Länsföreningar: Vuxendövas förening och Familjeföreningen.

Hörselskadades distrikt i Uppsala län ska, utifrån HRF:s prioriterade områden, organisationsprogram, intressepolitiska program, och andra angelägna frågor, leda och samordna verksamheten inom distriktet.

Prioriterade områden är Tillsammans växer vi, Ett hållbart, hörselsmart arbetsliv, Hörselvård att lita på samt Textat, hörbart, demokratiskt och de utgör en grund till distriktets verksamhetsplan. I slutet finns övriga administrativa områden.

Verksamhetsplan 2025

Tillsammans växer vi

Utbildning: Distriktet ordnar en utbildningsdag per år, där alla föreningsstyrelser, ombud och andra intresserade är välkomna att delta.

Vårt mål är att ha kunniga ledamöter i våra styrelser. Där så är lämpligt och möjligt bör vi söka samarbete med andra distrikt.

Information/Marknadsföring

Vi ska öka hörselskadadekunskapen och väcka opinion för ett hörselsmart samhälle. Det sker genom att vi sprider information vid utåtriktade verksamheter samt via medlemstidningen Luren. Den skickas till vårdcentraler, audionommottagningar och hörsel/öronkliniker. Därigenom når vi ut till fler hörselskadade, beslutsfattare och opinionsbildare.

Luren har tidigare haft HRF Uppsala som utgivare, men från och med 2025 planerar distriktet att ta över utgivningen och, om det är ekonomiskt möjligt, skicka Luren till samtliga medlemmar, digitalt och/eller via post.

Varje förening får fem extra ex av HRFs medlemstidning Auris. Dessa sprids lokalt till lämpliga mottagare, t ex bibliotek.

Distriktets egen folder delas ut av hörselvården till nya hörselskadade som därigenom får kontaktuppgifter till alla föreningar i länet.

Vi ska erbjuda stöd till föreningar som behöver hjälp med att hålla ordinarie verksamhet igång samt information och marknadsföring i samband med utåtriktade aktiviteter.

Under 2025 ska vi visa digitala föredrag om hörsel (t ex HRF Talks, Tinnitus) på olika platser i länet.

Under 2025 kommer HRFs kongress att genomföras i Uppsala. Det ska uppmärksammas på olika sätt och vi ska finnas på plats utanför kongresshallen och informera om aktuella områden inom distriktet.

Ett hållbart, hörselsmart arbetsliv

Vi ska fortsätta samverka med andra distrikt i närområdet för att erbjuda kurser för hörselskadade i yrkesverksam ålder. Under 2025 planeras en kurs i samverkan med Hyvis (Stockholm) som huvudarrangör.

I de fall det efterfrågas ska vi erbjuda information på arbetsplatser,

Hörselvård att lita på

Vi ska fortsätta föra en dialog med representanter för regionens hörselvård (Hörselrådet). Hörselrådet träffas vid två tillfällen per år varav HRF ansvarar för och beslutar om tema vid ett tillfälle.

Textat, hörbart, demokratiskt

Vi ska informera och påverka regionen, organisationer och andra aktörer att det audiovisuella material de tar fram på webben, i sociala medier och i andra sammanhang, ska vara både textat och ha god hörbarhet.

Föreningsutveckling och övrig verksamhet

Föreningsutveckling, ljudmiljö: Under 2022 bildades en arbetsgrupp med uppgift att hitta bra och effektiva arbetssätt som leder fram till att lokalägare/verksamhetsansvariga uppmärksammas på vikten av en bra ljudmiljö.

Under 2025 fortsätter arbetsgruppen sitt arbete.

Föreningsutveckling, äldre: Genom utbildningar och information är målet att hitta bra och effektiva arbetssätt som leder fram till att vi kan påverka kommunerna att

- a) öka antalet hörselombud på vård- och omsorgsboenden
- b) öka tillgängligheten i form av hörslingor och andra tekniska hörhjälpmedel.
- c) öka personalens kunskaper inom hörselskadeområdet
- d) öka samarbetet med pensionärsorganisationerna.

Slingkollen: Distriktet ska stödja föreningarna i deras arbete med att genomföra Slingkollen, ett nationellt HRF-projekt som syftar till att inventera förekomsten av teleslingor i offentliga och publika lokaler.

Delaktighet och trygghet

Distriktet ska verka för att skapa bättre förutsättningar för hörselskadades kommunikation och delaktighet i vården. Målet är att alla hörselskadade vårdtagare snabbt kan erbjudas tolkning, samtalsförstärkare och andra kommunikationshjälpmedel. Det gäller även i situationer där man söker kontakt med vården, t ex tidsbokning.

Tillgängligheten i apotekslokaler behöver förbättras. Sedan 1 januari 2019 finns en lag med krav på att apotekslokaler ska vara utformade för att stärka kundernas integritet. Enligt Läkemedelsverkets föreskrift ska "lokaler vara utformade och inredda så att konsumenten har möjlighet att få information och rådgivning om egenvård på en plats som skyddas mot överhörning och insyn. (HSLF-FS 2018:57). Det innebär att vi kan ställa krav på att det finns ett särskilt utrymme där man kan stänga en dörr och sitta ner i lugn och ro. Vi ska också fortsätta påminna om att hörslingor bör finnas i receptionsdiskarna.

Under 2025 ska vi

- Fortsätta (bevaka tillgängligheten vid de nya vårdcentrum som bildas i regionen.
- Fortsätta bevaka tillgängligheten och integriteten i apotekslokaler och anmäla brister till Läkemedelsverket.

Verksamhetsbidrag

Distriktet stödjer verksamheten i länsföreningarna Vuxendövas förening och Familjeföreningen med en stor del av det bidrag vi får från Regionen.

Distriktet stödjer föreningarna i deras arbete med att sprida kunskap och väcka opinion. Stödet ges i form av aktivitetsbidrag med krav på redovisning av aktiviteter.

Distriktet ger en förening per år ett riktat bidrag för att de ska kunna göra en särskild satsning under Hörselveckan i oktober, med syftet att värva medlemmar och få fler att testa sin hörsel.

Under 2025 genomförs HRFs kongress och bidraget delas inte ut till någon förening på grund av kostnader för deltagande i kongressen.

Möten

Distriktet genomför årsmöte och minst ett medlemsmöte per år, där föreningarna representeras av ombud. Minst fem ordinarie protokollförda styrelsemöten genomförs per år. Dessutom ska styrelsen ha minst en planeringsdag per år. Arbetsutskottet (AU) träffas vid behov (mötesanteckningar). AU består av ordförande, vice ordförande, sekreterare och kassör. Andra kan adjungeras vid behov.

Samverkan

Kontakter och samarbete sker med övriga HRF på olika nivåer. Ordförande deltar i regelbundna förbundsmöten. Distriktet är medlem och aktiv i Funktionsrätt Uppsala län och representeras i Rådet för delaktighet, Hörselrådet och Tolkrådet. Distriktet är också medlem i ABF.

De lokala föreningarna är också aktiva i Funktionsrättsföreningen i respektive kommun.

Varje förening bör under året besökas av någon/några från distriktets styrelse för att fånga upp synpunkter och förbättra personkännedomen.

Styrelsen för Hörselskadades distrikt i Uppsala län genom

Rose-Marie Westerholm
Ordförande