

*Helena Proos, ordförande i Regionstyrelsen i Uppsala, inledningstalade vid HRFs kongress i maj 2025. Efter förfrågan har Helena godkänt att vi publiceras denna utskrift av hennes tal, som jag personligen tyckte inspirerade mycket till fortsatt påverkansarbete. // Lena Thorén*

Tack så mycket för att jag fick komma till er kongress. Och välkomna att ni kommer till min stad och min region. Jag är ledsen att ni möter ett kallt och blåsigt och regnigt Uppsala. Men inom några dagar kommer ni ha fattat många kloka beslut, molnen kommer att skingra sig och när ni åker hem på söndag kommer ni också se solen. Det är en fördel att det inte finns fönster här när dagarna är mörka, men också kanske faktiskt när solen skiner och man längtar ut.

Ni är bilden för många och för mig, av det som vårt samhälle behöver mer idag än någonsin. Människor som står upp och slåss, gör sin röst hörd. Människor som inte jobbar med populism och enkla lösningar. Ni vet att det tar lång tid och ett hårt arbete att förändra ett samhälle. Vi fick en otroligt bra inledning av er ordförande Ulf om det arbete ni lagt ner under många, många år och långa, långa timmar. Det hade inte varit möjligt, om allt det som skulle göras, skulle göras av någon som är anställd i en kommun eller i en region.

Utan det är bara möjligt när människor som själva känner, upplever och förstår - vad behöver vi göra annorlunda för att förändra den värld vi finns i idag? Det har de som gått före er gjort, ni, genom att lägga er tid här idag. Men det behöver



också vara fler som gör det i framtiden. Vi som jobbar med regionpolitik - om vi inte haft er som partners hade vi inte fattat kloka beslut. Ni är förutsättningen för att vi ska kunna göra det. Jag kan tro att jag vet vad som behövs men ni är våra bästa spetspatienter. Ni är inte bara de som kanske behöver en hörapparat utan ni känner känslan av hur samhället möter er, hur vi ska jobba med förändring.

Något som HRF lokalt ofta säger är att "ni alltid tänker på oss som bara patienter och inte som samhällsmedborgare, att vi också har anhöriga som vi behöver hjälpa, att vi också behöver göra saker för att se och träffa någon annan". Där är vi fortfarande väldigt dåliga och ni är otroligt bra. Om inte ni är vår blåslampa, är jag rädd att det blir andra grupper som hela tiden prioriteras.

Ni har varit vår blåslampa i region Uppsala, vilket gör att vi nu automatiserar hörseltester. Det här ska göra att vi minskar våra köer med minst hälften. Vi har sett till att vi och så ska jobba med AI, vilket gör att vi ska använda audionomerna när man väl kommit förbi hörseltesten och vet att man får hjälp. Vi ska säkerställa att audionomerna

får mer tid att hjälpa dem med störst behov.

Vi jobbar med att ta bort köerna, och med det Ulf pratade om, vad ett hjälpmedel får kosta. Vi har något som heter sammanvägt högkostnadsskydd. Men i dag finns inte de här hjälpmedlen inkluderade. Vi har givit ett uppdrag, vi som styr region Uppsala. Det är Socialdemokrater, Miljöpartister, Vänsterpartister och Centerpartister. Vi har givit uppdrag att se hur vi får ett rättvist högkostnadsskydd. Hade det inte varit för er kanske vi inte vetat om att det inte var inkluderat. Det är tack vare er, er fight och er vilja att skapa förändring som gör att vi tar ett steg åt rätt håll.

Jag vet att ni gör skillnad. Jag hoppas ni själva känner att ni gör stor skillnad, men jag hoppas också att ni tänker att ta med er det som vi kallar "pass it forward". Ni har fått kunskap om de som kom före er, ni har fått utbildning av er fantastiska organisation, ni har fått mod och sett att påverkan gör skillnad. Ni måste också lära nästa generation det. Vi måste få en generation som också vill engagera sig i alla våra föreningar, för att skapa och göra skillnad. Ibland kan jag känna, som regionstyrelsens ordförande, att de som skriker högst är de företag som levererar de produkter som ni använder. Kanske har de rätt, kanske pratar de i egen sak, men bara ni kan säga vad behoven är.

Folkrörelsen tar vi ibland för givet men tillsammans, vi som är engagerade i olika föreningar, måste visa dem som kommer efter att det är viktigt och inte minst att det är så roligt. Att hänga med folk som ser samma utmaningar och har samma intressen, men det är så, så viktigt att också få känslan att just jag kan göra skillnad.

Jag hoppas ni får tre fantastiska dagar här i Uppsala. Jag hoppas att ni får lite sol på näsan och att ni kanske också hinner se lite av vår fantastiska stad. Jag hoppas framför allt att ni fattar kloka beslut och att ni känner när ni åker härifrån - det gjorde skillnad att just jag var på kongressen 2025 i Uppsala- och berättar för folk omkring er: Jag var med och fattade det här beslutet, jag var med och gjorde skillnad. Om ni får fler att känna det får ni fler att göra skillnad.

Vi måste skapa känslan av framtidstro och möjliggörare men också att ni jobbar för att få effekt. Det blir skillnad på riktigt, inte bara beslut. Ni kan påverka politiken. I det så vill jag säga också att det är val nästa år. Försök att få så många av era vänner som möjligt att engagera sig. Det är jättemånga olika partier i vårt land. Det är fantastiskt att vara en del av det demokratiska samhället och förändra.

De kunskaper ni besitter är ovärderliga. Hoppas fler känner att de kan ta det steget, ta kompetensen och kunskapen in i kommunen, regionen eller riksdagen. Säkerställ att det finns ett gäng från HRF som är valbara 2026.

Tack för att jag fick komma hit. Hoppas ni får fantastiska dagar. Ni från Region Uppsala ni vet var jag finns. Mejla och ring så ska vi göra det bästa för att ni ska få det så bra som möjligt. Ett jämlikt Sverige tjänar alla på!