



### Varmt eller kallt? Positivt eller negativt?

Ja, tillvaron varierar. I skrivande stund är det snö på väg och jag våndas lite över att behöva transportera mig med vår slingväska till ett möte. Men vi har lovat att det ska finnas hörslinga så det är bara att påsa på sig.

Tänk vad enkelt det skulle vara om vi hade en "egen" föreningslokal med fast hörslinga och högtalarsystem så att alla kan uppfatta vad som sägs. Där kunde vi också förvara viktiga dokument. I vårt arbete med att gå igenom verksamhetsberättelser m m saknas flera dokument från de första årens verksamheter men också från 1980-talet. Tro-  
ligtvis har dessa förvarats hemma hos någon och till följd av okunskap kasserats av någon anhörig. Nu ska vi lämna över det mesta till Folkrorelsearkivet, men de senaste åren bör vara tillgängliga för styrelsen så dessa behöver vi ha ett säkert rum för.

Positivt då? Ja, det kommer inte att bli några hörselcheckar i Region Uppsala! Det är skönt att veta att det finns några kloka politiker. Läs mer om det på nästa sida.

Sämre är det här i Enköping där man nu planerar för att öka ensamheten för de äldre. Precis den fara som vi försöker informera om i olika sammanhang. Man riskerar bli ensam i högre grad när man har en hörselnedsättning, och att dessutom förlora de enstaka besök man kanske har från t ex hemtjänst ökar isoleringen ytterligare.

Nu har vi snart avslutat de första samtalsgrupperna, både för hörapparat användare och för anhöriga, och det har bara varit positiva omdömen. Så det är helt klart att vi fortsätter med dessa till hösten, men först ska vi göra en utvärdering och se om upplägget behöver justeras något.

Och snart ska vi visa upp oss i Enköping igen. Den 12 maj arrangerar vi Vad sa-loppet för andra gången. Denna gång i lite ny tappning. Det blir bara en aktivitet i år och det blir i form av ett "lopp", men man väljer själv om man vill promenera, springa eller kanske rulla fram. Syftet är att sprida kunskap om hörsel till de som inte vet så mycket. Därför vill vi att Ni som redan är medlemmar hjälper till att sprida information om loppet och lockar med både släkt och vänner för att de ska få möjlighet att lära sig lite mer.

Lena Thorén, ordförande

## Vårens aktiviteter

### 18 april kl 17-19 Medlemsmöte

Plats: Wallinska gården, Kryddgårdsgatan 8A, Enköping  
Den här kvällen är det fokus på hörapparater och hjälpmedel. Karin Almgren, syn- och hörselinstruktör finns på plats för att hjälpa oss. Vad finns och hur fungerar det? Får man något via hörselvården eller köper man privat?

### 4 maj kl 12.30-16 En dag om hörsel i Uppsala

Passa på att få mer kunskap om hörsel.  
Programmet har skickats ut till samtliga medlemmar i distriktet via e-post.

### 12 maj kl 12-14 Vad-sa-loppet

I år ska vi ta oss runt Å-promenaden.  
Se bifogat anslag.

### 10 och 17 maj Lär dig spela Boule kl 11-12

Plats: Stora Torget, Bouleplanen  
Pia Rosenberg ska lära oss grunderna i boule, men även vana boulespelare är välkomna.

## Sommarens aktiviteter

### 14 juni kl 17.30 - ca 20 Grillkväll på Sommarro

Vår grillkväll på Sommarro börjar nu bli tradition. Var och en tar med sig det man vill grilla/äta och dryck. Vi bjuder på kaffe och kaka efteråt.  
Anmälan till Tilda, tel 0171-316 23 eller 073-237 6315, e-post [enkoping.habo@hrf.se](mailto:enkoping.habo@hrf.se)

### 2 aug Sommarutflykt till Gysinge i egna bilar

Avfärd kl 8.30 från Traktorparkeringen.  
Ta med eget fm-fika!  
Brandbilsmuséet, guidad visning kl 10.  
Gemensam lunch kl 12.30 i Orangeriet. Före och efter lunchen kan man välja mellan olika besöksmål:  
\* Byggnadsvård + butik och utställning (ligger strax före Brandbilsmuseet!)  
\* Naturrum, utställning, butik, film om Färnebofjärdens nationalpark  
\* Café Udden  
\* Stor park m många byggnader, fin natur vid Dalälven  
\* Gammal lanthandel (vid in-utfart t Gysinge)  
Anmälan till [elsijohansson@gmail.com](mailto:elsijohansson@gmail.com)

Hörselskadades förening  
i Enköping - Håbo

Telefon: 073-237 6315

E-post: [enkoping.habo@hrf.se](mailto:enkoping.habo@hrf.se)

Hemsida: [www.hrf.se/enkoping](http://www.hrf.se/enkoping)



### Försäljning av batterier: Torsdagar kl 10-12

Plats: Källgatan 1B, Kryddgården

Hörsellinjen är HRFs rådgivningstjänst.

Ring 0771-888000 för personlig rådgivning, ställ frågor via e-post eller sök fakta via [www.hrf.se/alltomhorsel/](http://www.hrf.se/alltomhorsel/)

## Hänt sen sist .....

### Årsmötet 16 mars

Under ledning av Linda Johansson, vice ordförande i Upplevelsenämnden, genomfördes årsmötet under trevliga former. Vår information om bl a Slingkollen ledde till att Linda bad om att följa med på en granskning av hörslingor (se nedan).

Vid årsmötet avtackades Lotta, Maud och Gunbritt med blommor. Maud kommer att fortsätta ansvara för bokföring, men avgår på egen begäran från styrelsen.

En ”nygammal” ledamot, Irene Björklund, valdes in som ersättare och Ann-Kristin Bergström är nu ordinarie ledamot.

I valberedningen hade Gunbritt Karlström undanbett sig omval. Hon efterträds av Maud Sundqvist.

Den nya styrelsen ser efter konstituering ut så här:

Lena Thorén, ordförande

Elsie Johansson, kassör

Tilda Holstius, sekreterare

Ann-Kristin Bergström, vice ordförande

Gunilla Westerlund, ledamot, kontaktperson för medlemmar i Håbo

Ersättare: Lars Alatalo och Irene Björklund

Valberedning:

Maud Sundqvist, sammankallande, Sonja Algvik och Solveig Gustafsson

Efter årsmötet kunde vi avnjuta Gudruns och Elsie's hembakta fikabröd som alltid är lika uppskattat.



### Slingkoll i Åkersberg

Elsie och Ann-Kristin fick sällskap till Åkersberg äldreboende av årsmötesordförande och politiker Linda Johansson (S), som ville veta mer om hur vi genomför en Slingkoll. Det var mycket uppskattat och vi fick bra reklam för verksamheten på Facebook.

### Kunskaphöjande föredrag!

Är du en av alla som deltagit i förbundets webinarier?

Om inte, kan vi rekommendera ett försök. Det är inte alls svårt, men du behöver en e-postadress för att kunna ta emot länken till mötet.

Testa gärna detta föredrag.

Tyvärn infaller det samtidigt som vårt medlemsmöte, men vi ska försöka visa åtminstone en del av det under mötet.



Webinarium: Aktiv fritid med hörselnedsättning

**När: Torsdag 18 april: kl. 17.00–17.45**

**Vem:** Öppet för alla med hörselnedsättning och anhöriga. Du behöver inte vara medlem i HRF för att delta.

**Innehåll:** Återkommande missförstånd mellan dig och din partner? Stimmigt när du träffar barn och barnbarn? Ingen lust att följa med på föreläsningar och teater? Med hörselmarta strategier, kunskap om hörselnedsättningens konsekvenser och koll på hörteknik kommer ökad självsäkerhet samt lust till ett aktivt liv.

### Sparbanken har nu en receptionsslinga

Vi har testat att slingan fungerar och att inte någon i närheten kan lyssna på vad som sägs via sin telespole. Slingan ser ut som en svart dataskärm där symbolen för teleslinga visas. Den ska stå uppe på disken, nära kunden, för att ljudet ska överföras till hörapparaten. Prova gärna nästa gång du gör ett besök på Sparbanken!



### Samtalsgrupperna blev en lyckad satsning!

Sextio personer har deltagit i ”Bli vän med din hörapparat”. De var överens om att de fått en ökad kunskap som de har nytta av i framtiden. Man har diskuterat strategier, teknik, hörselvård, ljudmiljö och mobiltelefoner.

Tre personer har deltagit i anhöriggruppen. Där var kanske behovet ännu större, av att få träffa andra i samma situation och utbyta erfarenheter.

Nu har vi utvärderat innehåll, frekvens och tid. Det är möjligt att vi gör några mindre förändringar. Men helt klart är att vi vill att fortsätta erbjuda dessa samtalsgrupper så länge det finns intresserade och tillgång till samtalsledare.

### Aktuellt inom hörselvården

Det blev inte någon hörselcheck!! Det beslutet fattade den nya Vårdstyrelsen den 25 mars.

Den 18 mars träffade distriktet och representanter från förbundet Vårdstyrelsen precidium.

Det mötet var inplanerat sedan tidigare eftersom vårt förbund gör en Sverige-turné för att besöka alla distrikt och prata hörselvård. Politiken funderade på hur man snabbt ska kunna minska på köerna samtidigt som man behöver minska kostnaderna. Men vi försökte argumentera för vinster i samhället om man istället ger hörselvården mer resurser. Nu har vi (distriktet) åtminstone fått löfte om att delta i den kommande utredningen då man ska försöka hitta lösningar.

### Audika ”återuppstår” i privat regi

Audika avslutade sitt avtal med regionen den sista februari. De har haft två mottagningar i Uppsala, en på Dragarbrunnsgatan och en på Kålsängsgränd. Nu har de öppnat en helt privat mottagning i lokalen på Kålsängsgränd. Dit kan man vända sig om man är beredd att betala fullt pris för hörapparater och hjälpmedel.

På deras webbplats finns följande information för de som tidigare varit kund hos dem, och som då valt hörapparat ur regionens sortiment:

”I och med att vi har sagt upp avtalet med Region Uppsala kan vi inte längre hjälpa dig att justera eller ge service av region-hörapparater som du har provat ut hos Audika. Vi kan endast justera eller ge service av hörapparater ur vårt privata sortiment.”

Tyvärn skriver man också att man inte har några lediga tider för utprovning av hörapparat för tillfället och man kan inte heller ställa sig på en väntelista.

### Eartech öppnar en mobil mottagning i bygdegården Övergran, Bålsta

Bra att det finns fler möjligheter att få tillgång till hörapparatutprovning. Vi hoppas att det fungerar lika bra som på mottagningen i Uppsala, men till Övergran kommer man med en ”hörselbuss”. Vi vill gärna veta vad ni tycker som har varit där.