



Hörselskadades förening
i Enköping-Håbo

Höstens program

2026

Höstens program 2026

Kalender

Tisdag 8 sept	kl 18	TSS startar
Tisdag 8 sept	kl 14	Guidad tur i Konsthallen
Tisdag 29 sept	kl 14	Medlemsmöte
Torsdag 24 sept	kl 14	Promenad vid Dyarna
Tisdag 13 okt	kl 14	Guidad tur i Konsthallen
Torsdag 15 okt	kl 12	Information på Stora Torget
Lördag 17 okt	kl 11	Hörseldagen i Enköping
Torsdag 22 okt	kl 14	Promenad vid Dyarna
Tisdag 27 okt	kl 14	Medlemsmöte
Fredag 6 nov	kl 11	Webbinarium Förstå din hörsel
Tisdag 10 nov	kl 14	Guidad tur i Konsthallen
Torsdag 19 nov	kl 14	Promenad vid Dyarna
Tisdag 24 nov	kl 14	Medlemsmöte/Föreningsmöte
Lördag 5 dec	kl 14	Medlemsmöte: Julmat och julsånger
Tisdag 8 dec	kl 14	Guidad tur i Konsthallen
XX, se info nedan		Samtalsgrupper Bli vän med din hörsel

Torsdagar kl 10-12 Batteriförsäljning på Kryddgården. Titta gärna in om du vill prata hörsel med oss.

Guidade turer i Konsthallen

Vi tar del av Konsthallens utställningar med Bo Sundqvist som suverän guide.
Tillgänglighet: Hörslinga.

Tisdag 8 sept kl 14:	Veikko Kuuzela (29/8 – 20/9)
Tisdag 13 okt kl 14:	Daniel Ewerman (26/9 – 18/10)
Tisdag 10 nov kl 14:	Amalia Årfelt, Eva Kerek (24/10 – 15/11)
Tisdag 8 dec kl 14:	Olof Bendz (21/11 – 13/12)

Anmälan vid behov av hörslinga: Lena Thorén, tel 070 517 28 89 (sms), e-post enkoping.habo@hrf.se

Tecken som stöd (TSS)

Gruppen har blandade kunskaper i TSS, men det är en fördel om du har lite kunskaper i TSS tidigare.

Tid: Tisdagar udda veckor kl 18-20 med start 8 september

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kyrkogatan 18, Enköping

Anmälan till Elsie Johansson, tel 070 608 15 99

eller e-post enkoping.habo@hrf.se

Höstens program 2026

Samtalsgrupper Bli vän med din hörsel

En samtalsgrupp där vi delar erfarenheter, tips och strategier om hur det är att leva med hörapparat. Vi träffas 4 ggr i ca 2 timmar varje gång.

Enköping: Intresseanmälan till Ann-Kristin Bergström, tel 070 220 95 82, eller e-post ann-kristin@bergstrom.eu

Tid: 13/10, 20/10, 3/11, 10/11, 17/11 (reservdag), kl 14-16

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kyrkogatan 18, Enköping

Bålsta: Intresseanmälan till Gunilla Westerlund (070 509 59 29) eller epost enkoping.habo@hrf.se

Tid och plats är i skrivande stund inte klar.

Obs! Begränsat antal deltagare i båda grupperna. De som inte får plats i den första gruppen får förtur till nästa omgång.

Medlemsmöten

Tisdag 29 sept kl 14-16

Vid höstens första medlemsmöte får vi besök av Josephine Närholm, ordförande i Vård- och omsorgsnämnden. Då kan vi passa på att prata om hörselombud, bemötande, vårdboende m m. Övrigt i mån av tid: Frågesport och TSS.

Tisdag 27 okt kl 14-16

Den här gången har vi fokus på hörslingor och hoppas att någon från Tekniska nämnden/förvaltningen ska berätta hur man arbetar med hörslingor i kommunen. Vi har anledning att ta upp vilka konsekvenser det blir när vi inte kan höra i publika lokaler. Vi passar också på att prata om andra hörhjälpmedel.

Tisdag 24 nov kl 14-16

En person från Upplandsstiftelsen kommer och visar bilder/film och informerar om Tillgänglig natur.

Samråd om förslaget till nästa års verksamhet och budget.

För ovanstående möten gäller:

Tillgänglighet: Hörslinga och skrivtolkning*.

Plats: Föreningarnas Hus, samlingssalen, Sandbrogatan 1, Enköping

Anmälan till Lena Thorén, tel 070 517 28 89 eller e-post enkoping.habo@hrf.se

**Skrivtolkning är beställd men kan inte garanteras.*

Lördag 5 dec kl 13 - ca 15

Julavslutning. Socialt, trevligt och julstämning med julmat och julsånger.

Pris: 50 kr

Plats: A-salen, Ljunggården, Kraftgatan 14A, Enköping

Anmälan till Elsie Johansson, tel 070 608 15 99 eller e-post enkoping.habo@hrf.se

Höstens program 2026

Hörselveckan

Torsdag 15 oktober kl 12-15

Plats: Stora Torget i Enköping

Vi står på torget och delar ut informationsmaterial, gör reklam för HRF och pratar med besökare.

Lördag 17 oktober kl 11-14

Plats: Kompassen, Lilla kongressen, Kaptensgatan 4, Enköping

Årets hörseldag har tema Anhöriga, och vi kommer att få lyssna till både föredrag och personliga berättelser. Se bifogad programinformation, som gärna får spridas på olika sätt.

Övrigt

Webbinarium Förstå din hörsel, 6 november kl 11-13

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kyrkogatan 18, Enköping

HRF (förbundet) sänder ett webinarium kl 11-11.45 som vi kan se gemensamt. Kom i god tid så att du är på plats kl 11 då sändningen startar. Efteråt är vi kvar en stund och diskuterar innehållet. De som önskar kan sedan äta en gemensam lunch i närheten.

Innehåll: I det här webinariet får du en introduktion till olika typer av hörselmätningar, såsom ton- och talaudiometri och hur du tolkar ditt audiogram. Vi går igenom centrala begrepp som nivå, frekvens, decibel (dB), Hertz och de symboler som används i hörseltest. Du får också en överblick av tonmedelvärde, olika grader och typer av hörselnedsättning samt hur vardagens ljudnivåer och talljud – från lövprassel till flygplan – illustreras i den så kallade talbananen. Slutligen belyser vi andra viktiga dimensioner av hörseln, som dynamik, tidsuppfattning och förmågan att uppfatta riktning.

NYTT: Promenader 24 sept, 22 okt och 19 nov kl 14

Vi gör sällskap ut på en promenad vid Dyarna, där det är både vackert och bekvämt att promenera, t ex längs den fina spången. Vi går i lagom takt för att hinna njuta av naturen. Ingen anmälan behövs.

Samling vid infarten närmast parkeringen på baksidan av sjukhuset (Nyängsvägen)..

