
Luren



Hörselskadades förening
i Uppsala

Medlemstidning
2013:2
september

Styrelsen för Hörselskadades förening i Uppsala

Anette Nyberg Grau, ordförande
018-14 67 14, anette.nyberggrau@hrf-uppsala.se

Nathalie Colombo, kassör
018-406 23 28, nathalie.colombo@hrf-uppsala.se

Margareta Lundell, sekreterare
018-10 17 56, margareta.lundell@hrf-uppsala.se

Ywonne Colombo
018-15 80 55, ywonne.colombo@hrf-uppsala.se

Lena Enlund
018-24 31 11, lena.enlund@hrf-uppsala.se

Agnetha Rosenlund
018-32 45 45, agnetha.rosenlund@hrf-uppsala.se

Kontaktpersoner, funktionärer

Badgruppen

Ywonne Colombo, Nathalie Colombo

Implantatgruppen - Hörselplantorna

Eva Alsén Eklöf
018-32 11 04, eva.alseneklof@hrf-uppsala.se

Eftermiddagsgrupp, läsecirkel

Agnetha Rosenlund o Styrelsen i HRF Uppsala

Menière och tinnitusgruppen

Styrelsen i HRF Uppsala

Studieorganisatör

Ywonne Colombo

Yrkesverksamma

Margareta Lundell

IT och hörselteknik

Håkan Rasmusson o Styrelsen i HRF Uppsala

Hemsidan

Nathalie Colombo, Anja Castensson,

Vuxendövföreningen i Uppsala län

Anita Wallin, ordförande
018-50 32 46, anita.m.wallin@gmail.com

Hörselskadades distrikt i Uppsala län

Eva Alsén Eklöf
Lena Hård och Per Mattsson, adjungerade
Ombud. Nathalie Colombo, Lena Enlund

Hörselrådet

handhar hörselpolitiska frågor

tillsätts av distriktet

Eva Alsén Eklöf, Nathalie Colombo, Lena Hård,
Per Mattsson, Anita Wallin

Förbundets kansli,

Hörselskadades Riksförbund (HRF) 08-457 55 00
www.hrf.se

Hörsellinjen vardagar 9-15 0771-888 000

Luren

Ansvarig utgivare:

Anette Nyberg Grau

Redaktionskommitte:

Styrelsen

Annonser:

Kontakta kansliet eller någon i styrelsen
Priser från 750 kr (1/8 sida) till 6000 kr (helsida)

Nästa nummer av tidningen som innehåller vårens
program utkommer i mitten av januari 2014
Manusstopp 15 december 2013
HSO:s tryckeri - Upplaga 600 ex

*Omslagsbild Höst i Uppsala Foto: Johan Jonson
som även fotograferat tavelbilder och höstlöv.
Övriga bilder där fotograf ej särskilt anges, har
tagits av Anette Nyberg Grau.*

**HRF, Hörselskadades
förening i Uppsala**
Kungsgatan 64
753 18 UPPSALA



**Hörselskadades förening
i Uppsala**

HRF Postgiro: 29 30 29-5

Telefon: HSO:s växel **018-56 09 00**

E-post: kansliet@hrf-uppsala.se
eller till info@c.hso.se

HSO-lokalen har telefontid

måndag - fredag 9 - 13

Efter klockan 13 besvaras telefonsamtal bara till-
fälligt, dvs om någon anställd finns på plats.

Medlemsavgift per rullande år:

Enskild medlem 250 kr

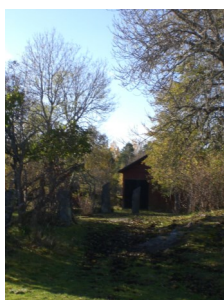
Rabatterat pris för ungdom och familjemedlemmar

...och Luren varar ända fram till januari 2014...

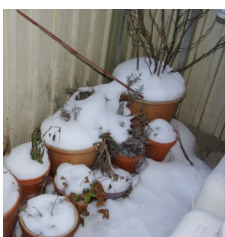
Sommaren 2013
har snart passerat



hösten väntar oss



och sen blir det jul
och ett nytt år



och en ny **LUREN**
som kommer i
januari 2014

Nu hoppas vi ni kommer på våra träffar i höst...

Vi i styrelsen har försökt att ta fram ett höstprogram, som skall locka många medlemmar.

Vissa besparingar har gjorts under året, bland annat har vi valt att ge ut vår tidning Luren bara två gånger om året. Det innebär att vårt program presenteras halvårsvis. Men då det skrevs om detta i januari-numret fick vi en stor uppskattning från våra föreningsmedlemmar, så vi upplevde att alla besparingar inte behövde vara negativa.

Vi gav ut ett kort nyhetsbrev under våren då det hände något intressant. Det kommer vi att fortsätta med.

Öppettiderna på HSO-kansliet har ändrats under året. En ny lokal har kommit till. Sal 2 är mycket populär bland alla HSO:s föreningar, eftersom den har en permanent slinga. Nu hoppas vi på att HSO köper in ännu en permanent slinga till det nya konferensrummet.

Inom styrelsen har vi diskuterat ny slingustrustning, men vi har inte tagit beslut om inköp ännu. Fortfarande har vi en fungerande slinga, men den är omodern och tung och därför arbetsam att ta med ut.

Ibland får vi i styrelsen samtal intalade på våra privata telefonsvarare som vi inte kan höra ordentligt. Vi är ju hörselskadade, och viktiga siffror och bokstäver kan falla bort, oavsett hur ofta vi repeterar meddelandet. Den som inte har en nummerpresentatör kan inte ringa tillbaka. Tänk därför på att tala extra tydligt och upprepa gärna när du ringer till en hörselskadad person som du inte känner väl.

I det här numret av Luren har vi lagt till en översiktlig kalender på sista sidan. Vi hoppas den kan vara dig till hjälp så du inte glömmer bort våra cirklar och träffar. Vi ses i höst!

Anette Nyberg Grau, ordförande HRF Uppsala



Vad gör du ...om du får en Luren-tidning du inte vill ha...?

Svar: Ingenting,
men skänk gärna tidningen till någon du
känner som kan tänkas vilja läsa den.

Adressetiketterna på tidningen kommer
från Förbundet i Stockholm. Vi på lokal
nivå har ingen möjlighet att manuellt sor-
tera bort oönskade tidningar och utskick
utan att det skulle bli kostsamt för före-
ningen. Det är därför bäst för oss alla
om du själv lämnar din oönskade tidning
till din pappersinsamling.

Var i Uppsala hittar du HRF:s billiga batterier?

Svar: Vi kommer att sälja batterier vid
HRF-träffar och mässor. Du betalar med
kontanter.

Du kan också besöka HSO på Kungsga-
tan 64 och köpa batterier i receptionen.

HSO:s kontorstid: Måndag-Fredag 9-13
Du betalar dina batterier kontant.

Du kan lämna meddelanden till HRF:s
styrelse via HSO:s växel på telefon
018-56 09 00. Berörd styrelsemedlem
får då ett mail från receptionen med ditt
meddelande.

Godkända audionommottagningar i Uppsala län

Enköping

Hörcentralens audionommottagning

Besöksadress: Linbanegatan 8
Journottagning för service: tisdagar 14-16, fredagar 8.30-11
För övriga tider gäller förbokade besök.
Tel: 018-611 67 11 (vardagar 8-11)
E-post: audionom@lul.se
Webb: www.lul.se/audionom

Heby

Hörcentralens audionommottagning

(Filial till Hörcentralens mottagning i Enköping)
Besöksadress: Vårdcentralen Heby, Brogatan 16
Boka ditt besök i förväg.
Tel: 018-611 67 11 (vardagar 8-11)
E-post: audionom@lul.se
Webb: www.lul.se/audionom

Tierp

Hörcentralens audionommottagning

(Filial till Hörcentralens mottagning i Enköping)
Besöksadress: Bägeby, Västra Tämnavägen 7
Journottagning för service: onsdagar 8.30 -11
För övriga tider gäller förbokade besök.
Tel: 018-611 67 11 (vardagar 8-11)
E-post: audionom@lul.se
Webb: www.lul.se/audionom

Östhammar

Hörcentralens audionommottagning

(Filial till Hörcentralens mottagning i Enköping)
Besöksadress: Östhammars Vårdcentrum, Lasarettsvägen 1
Boka ditt besök i förväg.
Tel: 018-611 67 11 (vardagar 8-11)
E-post: audionom@lul.se
Webb: www.lul.se/audionom

Avesina hörsel Uppsala

Besöksadress: Dragarbrunnsgatan 15
Journottagning må, on, fr 8-11
Tel: 018-15 04 50 (må-fre 8-17)
E-post: horsel.upsala@avesina.se
Webb: www.avesina.se

Din Hörsel Uppsala

Besöksadress: Svartbäcksgatan 41
Journottagning varje tis och tor 8-10 utan tidsbeställning.
Tel: 0771-82 00 45 (mån-fre 8-16)
E-post: upsala@dinhorsel.se
Webb: www.dinhorsel.se

Din Hörsel Enköping

Besöksadress: Sandgatan 13b
Tel: 0771-82 00 45 (se Uppsala ovan)

Audionomerna Uppsala

(endast tidsbeställda besök)

Besöksadress: Kungsgatan 43
Tel: 018-44 44 339
E-post: info@audionomerna.se
Webb: www.audionomerna.se

Hörsam Uppsala

(endast tidsbeställda besök)

Besöksadress: Kålsängsgränd 10 C.
Ingång via Apotek Samariten.
Öppettidet: må, on 8-17, ti, to 8-19, fr 8-14.30
Tel: 0200-11 14 50
E-post: audionom.upsala@horsam.se
Webb: www.horsam.se

Hörsam Enköping

Besöksadress: Linbanegatan 8, 1 tr
Tel: 0200-11 14 50 (se Uppsala ovan)

HRF-föreningar i Uppsala län

I vårt län finns två **länsföreningar**.

Familjeföreningen i Uppsala län

Daniel Bäckström tel 076-852 71 82
E-post: dbnoni@yahoo.se

Vuxendövas förening i Uppsala län

Anita Wallin tel 018-50 32 46
E-post: anita.m.wallin@gmail.com

Förutom vår förening finns följande **lokala föreningar** i vårt län:

Enköping

Lotta Nilsson tel 076-168 47 10
E-post: lotta5909@hotmail.com

Tierp

Annette Thorell tel 070-652 57 91
E-post: annette1942@hotmail.se

Östhammar

Arne Westerberg tel 0173-700 24
(saknar mail)

Skutskär

Rose-Marie Westerholm
tel 070-797 31 18
E-post: rose-marie@westerholms.se
(som även är distriktsordförande)

Fler adresser som är bra att känna till

Uppsala kommun

telefon 018-727 00 00
Webb: www.upsala.se

Äldreombudsman för Uppsala

telefon: 018-727 12 39

Tolkcentralen

telefon 018-611 67 34
telefontider:
Måndag-Torsdag 8-12, 13-15
Fredag 8-12, 13-15
E-post tolkcentralen@lul.se

Hörcentralen

Kungsgårdets center
S:t Johannesgatan 28 A
telefon: 018-611 67 10
telefontider: Måndag-Fredag 8-11

1177 ger råd om vård på webb och telefon

Hemsida och Facebook

Nu har den nya **Hemsidan** som HRF-Förbundet planerat kommit igång. Adressen är **www.hrf.se**, varifrån du kan surfa vidare till Uppsalasidan. Förbundet har också öppnat **Facebooksidor** där olika "specialgrupper" kan diskutera aktuella problem. Du når dem via HRF:s hemsida.

Vår medlem Sonia Chacon har tagit fram en **Facebook-profil** för bara vår förening. Du kan maila till sonia.chacon@hrf-uppsala.se så får du besked om hur du ska göra för att hitta Facebook-sidan.

Tillgänglig kultur

På **www.hrf.se** och **textad kultur** kan du läsa om aktuella textade föreställningar på teater och svensk bio i Stockholm. Se även på vår lokala Hemsida

Textat på bio i Uppsala

I annonser och vid bokning på nätet står numera vilken version som är textad. Filmerna byts varje fredag. Se hemsida **www.sf.se/textade filmer**

Reginateatern

Uppsala kommuns gästspelsscen

Lokalen har hörslinga och lokalen är tillgänglig för rullstolar.

Läs om program på **reginateatern.se**

Stockholms Stadsteater

För Stadsteatern gäller att en kvot på 16 biljetter är låsta till 14 dagar innan föreställningen. **kundtjanst@stadsteatern.stockholm.se**
Tel 08-506 20 200 tis-sön kl 12.00 - 16.00
Ange textad föreställning vid beställning. Textningen visas på "textrullar" vilket fungerar alldeles fantastiskt bra för oss hörselskadade.

Vi från HRF i Uppsala har bokat platser till en föreställning i september. Läs om detta längre fram i Luren.

Textat på Dramaten

20 biljetter till varje föreställning på Dramaten är kvoterade för hörselskadade. Biljetterna hålls till en vecka före föreställningen. Några sista-minuten-biljetter hålls ofta till dagen innan. Fråga! För bokning av biljetter: **publicservice@dramaten.se**, Tel 08-667 06 80
Ange textad föreställning vid beställning.

Text i TV: Så här gör du!

- 1 Tag fjärrkontrollen
- 2 Tryck på text-tv-knappen
- 3 Tryck enligt nedan

Kanal	Sid	Kommentar
SVT1	199	Flertalet program är textade
SVT2	299	Flertalet program är textade
SVT24	793	De program som sänds i repris i SVT24 är textade
Barnkanal	793	Vissa program är textade
Kunskap..	794	Alla program är textade
SVT World	795	För svenskar i utlandet
TV4 TV4plus TV4fakt TV400 TV4Film TV4Sport	890	Alla svenska icke direkt sända program är textade
Kanal 3 Kanal 5 Kanal 9	199	Alla svenska icke direkt sända program är textade

OBS! Gå in på önskad kanal innan du trycker på text-tv. Avsluta text-tv innan du byter kanal. Det går inte att byta kanal med text-tv inlagt. Betydligt fler program är textade än de flesta känner till.

Du som inte har tillgång till en dator

kan även ringa HRF Förbundets kansli och få information om textade föreställningar på Stockholms teatrar.

Telefonnumret är 08-457 55 00

Verksamhetsberättelse 2012 - godkänd på årsmötet 2013



**Hörselskadades förening
i Uppsala**



Verksamhetsberättelse 2012

Styrelsens sammansättning

Styrelsen var fr o m årsmötet den 13 mars 2012:

Ordförande	Anette Nyberg Grau
Kassör	Nathalie Colombo
Sekreterare	Margareta Lundell
Ledamot	Sonia Chacon
	Ywonne Colombo
	Agnetha Rosenlund
	Bo Svahn
Revisorer	Lennart Pettersson
	Åke Palm
Ersättare	Kjell Ewerlid
Valberedning	Marie Nordström, sammankallande
	Lena Hård
	Pirjo Palm

Styrelsen har haft 10 styrelsemöten under året.

Antal medlemmar

Vid årets slut var antalet medlemmar 395 st.
Av dessa var 363 huvudmedlemmar, 17 st familjemedlemmar, 1 st ungdomsmedlem och 14 st dubbelanslutna

Föreningsmedlemmar som representerar vår förening i andra organisationer

Hörselskadades Distrikt i Uppsala län, styrelsen: Kjell Ewerlid, kassör, Eva Alsén Eklöf

Ombud till Distriktets höstmöte 2011 och årsmöte 2012: Anette Nyberg Grau och Nathalie Colombo

Hörselrådet, Distriktet: Eva Alsén Eklöf, Per Mattsson, Margareta Lundell och suppleant Anette Nyberg Grau

HSOs styrelse i Knivsta: Anna Andersson

Information om HRF Uppsala

Hemsidan har skötts av Lena Hård och Nathalie Colombo
Medlemstidningen *Luren* har givits ut 3 gånger under året.
Eva Alsén Eklöf har varit redaktör för årets första tidning, därefter har Anette Nyberg Grau varit redaktör.
Information om HRF har också spridits genom våra olika aktiviteter, kurser och projekt.

Kansli

Elisabeth Andersson har varit "vår HRF-kanslist" under hela år 2012. Hon avgick dock i pension under januari 2013.
Övriga anställda på HSO har också tagit emot telefonsamtal och sålt batterier under kontorstid.

Påverkan /Intressepolitik

Eva Alsén Eklöf och Per Mattsson har fortsatt sitt stora engagemang under året för att tillsammans med Hörselrådet i Uppsala och Distriktet i Uppsala län samt HRF:s Riksförbundet ta fram regler och krav på privatiseringen av den privata hörselvården.

Den 1 november 2011 genomfördes "fritt val" i vårt lands-ting.

Medlemsaktiviteter/program

Årsmöte 2012

Årsmötet hölls den 13 mars i HSO:s lokal "Storan" Kungsgatan 62 i Uppsala. Ca 20 personer besökte mötet och efter förhandlingarna informerade studierektor Anders Nordström från Wiks folkhögskola om de fleråriga kurserna i TSS (Tecken som stöd) som gravt hörselskadade och deras anhöriga kan få delta i på Landstingets bekostnad. En enkel förtäring serverades.

Medlemsmöte (höstmöte)

Mötet hölls den 13 november HSOs lokal på Kungsgatan 62. 10 medlemmar kom till mötet.
Som avslutning på kvällen berättade Eva Alsén Eklöf om hur fritt vårdval och friare val av hjälpmedel påverkar oss hörselskadade. En enkel förtäring serverades.

Information till allmänheten

Informationsarbetet har skett i samarbete med olika aktörer och hörselföretag.

19 april hade Akademiska sjukhuset en jubileums-träff för CI-opererade. Det var nu 10 år sedan första implantatoperationen ägde rum i Uppsala. Alla, även från andra landsting, som opererats i Uppsala var inbjudna till träffen. Vår förening deltog med ett informationsbord.

2 oktober hade Avesina Hörsel en informationsdag i Missionskyrkan. Många av våra förenings-medlemmar besökte dagen.

12 oktober hölls Äldremässan i Uppsala Konsert och Kongresshus. Föreningen deltog med informationsbord.

18 oktober hölls Hörseldagen på "Torget" i HSO:s entreplan Kungsgatan 64. Det var ett "öppet hus" och Avesina Hörsel visade upp olika hjälpmedel. Vår förening informerade om våra aktiviteter.

Detta år var första gången som HRF höll en Hörselvecka. Våra föreningsmedlemmar kunde därför resa till de närliggande orterna och delta i arrangemangen där, om tidpunkten passade bäst.

...forts verksamhetsberättelse...

Intressegrupper inom vår förening

Under året har flera grupper träffats regelbundet, oftast en gång i månaden. Grupperna har arbetat på olika sätt.

Eftermiddagsgruppen

Under året har gruppen träffats ett tiotal gånger. Olika gruppdeltagare har berättat om skilda ämnen som intresserat gruppen. Ämnesvalet har beslutats sent. Det viktigaste för gruppen har varit att kunna samtala med hjälp av hörselslinga och att kunna dricka kaffe tillsammans i en lugn miljö.

Läsecirkeln

Gruppen har skett på eftermiddagstid. 8 träffar har varit under 2012 och efter en introduktionsträff har gruppen således läst och diskuterat 7 böcker. Tillgång till slinga och lugn miljö har varit funnits och kaffe med tilltugg har serverats vid varje träff.

Menière-gruppen

Margita Tanndal har varit ledare för gruppen, som träffats vid ett tiotal gånger under året. Vid några tillfällen har föreläsare bjudits in. Gruppen har varit igång sedan 2008.

Hörselplantorna i Uppsala

Hörselplantorna bildades under 2010 som intresse-grupp under HRF Uppsala i samarbete med CI-teamet på Akademiska sjukhuset. Den vänder sig till alla patienter inom länet som blivit opererade där liksom till blivande plantor och andra intresserade.

Ett nyhetsbrev med information skickas ut via mail till dem som anmält sig till någon ansvarig för gruppen, Eva Alsén Eklöf, Margareta Lundell eller Gun-Britt Olsson, kurator på "Audiologen".

Gruppen har haft två välbesökta träffar under året. Den 7 maj diskuterade man CI-barn, teckenspråk och TSS och den 24 november berättade operasångerskan Linnea Bergling om sin väg från dövhet tillbaka till hörsel och musik. Vid båda mötestillfällen var det information om tekniska hjälpmedel.

Kurser/cirklar/utbildning

Ledarna för cirklar i vår förening ställer upp gratis och det är därför utan kostnad att delta i våra cirklar. Cirklarna har träffats från 5 till 25 gånger under året.

Under året har följande cirklar hållits: *Akvarellmålning* med Pirjo Palm

TSS på mellannivå med Johan Jonson

Tennbroderi med Lena Hård

Äldreprojektet med Lena Hård

En mindre summa för tillgång till datorer och dataprogram togs ut av deltagarna för en nybörjarkurs i :

Släktforskning med Agnetha Rosenlund

Gruppen höll till i ABF:s lokaler och kursen avslutades med ett besök på Landsarkivet i Uppsala.

Vandringar/Friskvård

Johan Jonson har i flera år varit ledare för våra *vandringar* ute i naturen. Vid tiotiden en söndag-morgon har vi startat vandringen och först vid halv femtiden har vi kommit tillbaka. Vi har grillat korv och ätit matsäck på en naturskön plats.

27 maj vandrade vi till Vedyxa

25 september var det vandring till Stordammen i Norra Lunsen.

Vattengymnastiken uppe på Kungsgärdet har pågått varje måndagskväll under terminstid. I en ljum rehabiliteringsbassäng och i en varm bubbelpool har hörselskadade fått avslappning för spända muskler. Ywonne Colombo har varit gruppledare.

Föreläsningar och kulturaktiviteter

Under året har föreningen samarbetat med andra hörsel-föreningar i Uppsala. De aktiviteter som våra medlemmar är välkomna att besöka har angivits på hemsidan och i tidningen Luren. Vår förening har ansvarat för följande träffar:

28 mars visade Ingrid Seeger bilder och berättade om sina resor till Burkina Faso. En sjuksköterske-skola är under uppbyggnad.

2 maj besökte vi Industriminnesföreningen. Vi fick höra om föreningens historia och vi fick se filmer från tvåttillverkning i Uppsala.

9 juni i samband med HRF Uppsalas 90-årsfirande besökte vi Slottsbiografen och tittade på två 90 år gamla stumfilmer.

90-årsfirandet den 9 juni

fortsatte efter stumfilmerna på Slottsbiografen med en festmiddag på Blåsenhus

Styrelseutbildning

Vart 4:e år anordnar HRF en kongress. År 2012 ägde den rum i Västerås. Vår förening deltog med två personer. Dessutom hade vi två observatörer från vår styrelse. Vår för- enings-medlem Lena Hård blev invald i HRF Förbundets styrelse.

1-3 juni

Kongressen inleddes med en forskningskonferens Därefter kom två konferensdagar.

19-21 oktober hade hela styrelsen en konferens för styrelse- medlemmar i Gysinge. Bland annat demonstrerade Bo Svahn föreningens Sling-och Guideutrustning

Ekonomi

Föreningens ekonomiska årsredovisning anges på ett separat dokument.

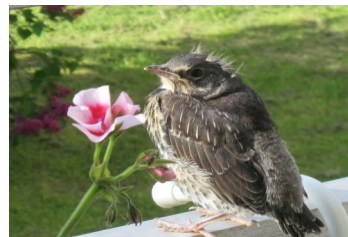
Slutord

Att vår lokalförening nu funnits i 90 år har varit det som utmärkt detta år mest. Vi firade med fest i början av juni.

Men år 2012 har som föregående år dominerats av diskussionerna kring privatiseringen av vården och särskilt förändringen av Hörselvården. Vi har inte sett slutresultatet ännu. Styrelsen kommer att fortsätta att informera om vad som händer med Hörcentralen och de privata hörselvårdsföretagen i Uppsala.

Uppsala i mars 2013

Anette Nyberg Grau,
Nathalie Colombo,
Margareta Lundell,
Sonia Chacon,
Ywonne Colombo,
Agnetha Rosenlund
Bo Svahn



Vad har hänt sen sist?

Vi har haft många cirklar och kurser igång under våren...

Många cirklar har pågått i flera år. Det gäller **Meniere-gruppen** och **TSS-cirkeln på mellan-nivå** som träffats regelbundet på kvällstid. Men meniere-gruppen har haft färre deltagare den senaste tiden, så vi gör ett annorlunda försök nu i höst. Kanske vi kan locka fler tinnitus-drabbade till gruppen.

Fler deltagare har vi däremot fått till **Vattengymnastiken** uppe i Kungsgärdet. Vi har träffats på måndagkvällarna.

Den nya cirkeln för **Yrkesverksamma** har kommit igång under våren. Gruppen har valt att träffas och umgås i varandras hem. Man lagar mat tillsammans och diskuterar hörselskadeproblemen vid matbordet.

För daglediga har vi haft en **Akvarellcirkel**, som träffats på måndagförmiddagar. Till hösten byter vi lokal.

Även vår **Eftermiddagsgrupp** och vår **Läsecirkel** har riktat sig till daglediga. Vi har träffats i HSO:s sal 2 så att vi kunnat använda slingan.

Under våren har Agnetha berättat och visat bilder från sin resa i Vietnam. Vid de två följande träffarna talade vi om utflyktsmål i Uppland, och vid den sista träffen berättade Anette om sin resa till Cypern 1990 och deltagandet i en arkeologisk utgrävning utanför Larnaca.

Vårens böcker som vi läst i vår läsecirkel har följt samma tema som tidigare, invandring, krig och hur livet är i andra länder. Vi har känt oss nästan obehagligt aktuella i våra bokval. I både Nordkorea och i Bangladesh har det inträffat tragiska händelser denna vår.

Om du vill ha hela listan på alla de böcker vi hittills läst i vår cirkel kan du höra av dig via mail till kansliet@hrf-uppsala.se.

TSS-cirklarna har pågått hela våren. Tillsammans med Vuxendövas förening i Uppsala län har vi haft cirklar för olika kunskapsbakgrunder bland våra medlemmar. Några grupper har dessutom träffats en helg i Wik.

Hörcentralens TSS-café har också uppskattats av våra föreningsmedlemmar.

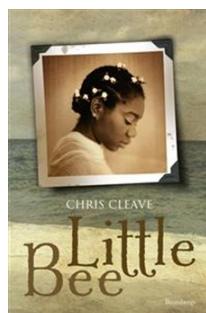
...och vi vandrade i våras...

Nu hade vi tur - fint väder på båda våra vandringar.

Första tillfället var den 14 april när vi hade en skulpturvandring i Uppsala centrum. Tänk att det finns så mycket att titta på som man inte lägger märke till om ingen pekar på det. Ofta finns en osäkerhet på om vad som är offentligt eller privat när det gäller gårdar. Men med guider, Marie Nordström och Johan Jonson vågade vi oss in på platser vi aldrig besökt tidigare.



Vår andra vandring gick till Hammarskog söndagen den 20 maj. Johan Jonson har mångårig erfarenhet av korvgrillning från sin scoutverksamhet. Det kunde vi glädja oss åt nu.



...och det här har också hänt...



Vi fick en ny styrelsemedlem på årsmötet

Lena Enlund berättar här om sig själv:

Hej! Mitt namn är Lena Enlund och jag bor i Uppsala. Jag anser mig vara en positiv person och jag tycker att ju mer nyfiken man är desto större blir världen. Mina intressen är att läsa, fika och promenera, se bio och mycket annat som på något sätt berikar livet. Särskilt hälsa, musik, samhälle och historia intresserar mig.

Jag arbetar på ett socialt företag i Sthlm som samordnare, handledare och arbetsledare. Jag hoppas att kunna tillföra HRF nya impulser. Mitt mål är att alla ska känna sig välkomna i HRF och att vi tillsammans kan skapa ett bra samhälle för alla.

Hörselplantorna

hade ett välbesökt möte den **23 maj** där flera personer från Akademiska sjukhuset informerade om olika typer av implantat. Ännu är det oklart hur plantagruppen skall organiseras. Nu är den en intressegrupp inom HRF, men det finns tankar på att den skall bli en egen förening.

Du kan läsa mer om gruppen på annan plats i Luren.

Vuxendövas utfärd till Forsmark

den 29 juni lockade ett flertal HRF-are. Det var som oftast denna sommar ett vackert väder, och vi uppskattade arrangemanget mycket.

Det är alltid roligt att träffa hörselskadade från andra föreningar, särskilt om man flyttat omkring i Sverige och har bekanta från olika orter.



Sommarresa till Åre

Den **4-7 juli** var vi två HRF-are från Uppsala-föreningen som deltog i en visningsresa till Åre. En inbjudan hade gått ut till olika pensionärs- och hörselskade-föreningar i Stockholm och Uppsalatrakten.

En full buss lämnade Uppsala på torsdagmorgonen och med många intressanta stopp på vägen kom vi fram till det trevliga hotellet Åre Fjällsätra på kvällen. Under fredagen och lördagen fick vi se mängder av vacker natur och sevärdheter i trakten kring Åre.

Tanken var förstås att vi som föreningsrepresentanter skall locka fler deltagare till en liknande resa nästa sommar. Och vi blev alla för-tjusta. Det var även mycket intressant att få träffa hörselskadade från andra föreningar. Vi tänker oss därför att samla ihop namn på intresserade HRF-are som är villiga att på ett enkelt sätt komma upp till fjällen några dagar sommaren 2014. Vi behöver vara en hel busslast för att vi skall kunna hålla nere kostnaden.

Vi som deltog i resan var Anette Nyberg Grau och Gunilla Eklöv.

Vij Trädgårdar i Ockelbo

hade "rosendagar" i juli. Två bilar med HRF-are for dit på en heldagsutflykt **den 12 juli**. Vi fick utmärkt visning av hela trädgården. Guiderna bar en bärbar högtalare på ryggen.

Det finns så många vackra rosor! Men också andra vackra och spännande växter. Vi hade plats för växtinköp i bilarna.



Vad händer i höst - Cirklar, grupper och kurser



Hörselskadades förening
i Uppsala

För cirklar anmäler man sig via mail, telefon eller på första träffen. Sker någon ändring får du därmed ett personligt meddelande.

Alla våra cirklar och kulturarrangemang sker i samarbete med ABF. Den som behöver skrivtolk vid en cirkelträff beställer tolk själv. Till kulturarrangemang beställer HRF-föreningen skrivtolk.



Badgruppen - avslappningsbad

Vi som är hörselskadade spänner oss ofta och mår därför bra av att slappna av i det ljumma bassängvattnet uppe i **Kungsgärdet**. I badet har vi givetvis glädje av kunskaper i TSS.

En **avgift på 150:- / termin** kommer att tas ut för deltagarna. Avgiften kan betalas in på vår HRF-förenings **postgirokonto 29 30 29-5**. Anmäl dig till Ywonne Colombo som är huvudansvarig för avslappningsgymnastiken.

Ditt första besök i badgruppen är **gratis**. Du får då prova om avslappningsbadet är något du tycker om och vill fortsätta med. Ywonne ger dig också besked om hur du tar dig in i lokalen

Badgruppen träffas varje måndagkväll mellan 18 - 19 med början den 16 september

Meddela alltid Ywonne eller Nathalie om du får förhinder att komma, efter att du anmält dig till gruppen. Det är viktigt att minst två personer kommer till badet, eftersom du aldrig skall bada ensam.

Läsecirkeln

Cirkeln fortsätter på samma sätt som förut. Vi träffas i HSO:s lokaler på tisdageftermiddagar **mellan 15 - 16.30**.

Vi dricker kaffe och diskuterar böcker. Slinga finns men inga skrivtolkar. Huvudansvariga för läsecirkeln är Agnetha Rosenlund och Anette Nyberg Grau. Vi väljer oftast böcker som är aktuella och därför lätta att hitta på centralstationens pocket-shop eller i bokhandeln.

Till höstens första träff tänker vi oss att prata om Agnetha Pleijels bok "Syster och bror".

Ingen föranmälan behövs
Första träffen blir tisdagen den 17 september
Sedan ses vi igen den 15 oktober och den 26 november



Akvarellcirkeln

fortsätter på **måndagförmiddagar mellan klockan 10 - 12**. Senare kommer vi att byta lokal till ABF, dock först då vårt ABF-ombud återkommit till Sverige. Till dess träffas vi hemma hos varandra och beslutar nästa träff vid varje mötestillfälle.

Vi startar **den 16 september** och då är vi hemma hos Anette Nyberg Grau på **Hjalmar Brantingsgatan 10a**. Ytterdörren har kodlås, så den kommer att stå uppställd från klockan 9.50. Telefon 018-14 67 14. Nya deltagare hälsas särskilt varmt välkomna.

Eftermiddagsgruppen

Cirkeln fortsätter också på samma sätt som förut. Vi träffas i HSO:s lokaler och dricker kaffe och talar om aktuella saker. Någon i styrelsen finns alltid på plats. **Vi träffas mellan 15-16.30**

Ingen föranmälan behövs
Första träffen blir tisdagen den 2 oktober
Sedan ses vi igen den 29 oktober och den 10 december

Vid decemberträffen byter vi som vanligt julklappar - vi väljer ett paket med något vars värde är max 50:-



Vid något tillfälle på eftermiddagsgruppen kommer vi att visa bilder och berätta om den fina resan till Åre. På en sådan här resa kan även de med gångsvårigheter komma till fjälls. Att ta med en rullator på buss går utmärkt, och en fjällvandring behöver inte vara lång. Kostnaden för några dagars resa och vistelse med mat kommer att bli omkring 3500:-. Du som är intresserad av en bussresa med hörselskadade sommaren 2014 skall höra av dig till Anette Nyberg Grau tel 018-14 67 14

...mer om kommande cirklar och grupper...

Yrkesverksamma

Gruppen fortsätter på samma sätt som förut. Margareta Lundell berättar här om hur det varit:

Yrkesverksamma i HRF Uppsala har under våren 2013 träffats vid fyra olika tillfällen. Syftet är att under trevliga och avslappnande former träffa andra med liknande funktionshinder. Vid dessa träffar har vi möjlighet att utbyta erfarenheter, stärka och stödja varandra samt ge tips på olika strategier och fungerande, användbara hjälpmedel.

För att komma med i gruppen måste du höra av dig till Margareta antingen på tel. 018-10 17 56, eller via mail.

margareta.lundell@hrf-uppsala.se

Du får då besked om tid och mötesplats. Under hösten kommer gruppen ha hälsa som tema.

Meniéreggruppen

Gruppen har av olika skäl minskat. Bara några få personer har haft möjlighet att komma till träffarna. Om du är intresserad av att arbeta inom gruppen ber vi dig kontakta någon i styrelsen. Vi hoppas kunna arbeta fram ett program som lockar fler tinnitus- och meniérrabbade under hösten

En studiedag på Ekolnsnäs

På vår 90-årsfest fick vi en gåva av HSO - en studiedag på Ekolnsnäs. Vi hoppas kunna göra något i höst.

Vi vill dokumentera **vår förenings historia**. Vi tänker oss ett projekt som kommer att fortgå i flera år. Du som vill vara med får skicka in en **intresseanmälan** till någon i styrelsen eller till Lena Hård, så skall vi ta fram en dag som passar oss alla.

Hör av dig till Lena Hård tel 018-432 32 81 eller lena.hard@hrf-uppsala.se

På vinden finns några gamla tavlor, bland annat ett porträtt på "donator Märta Johansson". De tavlorna skall vi ta med i vår dokumentation.



Hörselplantorna

Gruppen bildades i Uppsala 2010 i samarbete med CI-teamet på Akademiska sjukhuset i Uppsala. Syftet var att bilda en grupp för information om CI och andra implantat till brukare och intresserade samt att fungera som påtryckningsgrupp i dessa frågor mot landstinget.

Hörselplantorna fungerar tills vidare som en självständig intressegrupp under HRF Uppsala i väntan på en organisationsutredning inom Hörselskadades Riksförbund. Frågorna vi driver ligger normalt under distriktet/länet men vi vänder oss också till alla som fått implantat i Uppsala eller är under utredning här. Det innebär att vi välkomnar patienter utanför Uppsala län inom upptagningsområdet för Akademiska sjukhuset. Vi får stöd för vår verksamhet från både HRF Uppsala och HRFs distrikt.

Hörselplantorna är representerade i **Hörselrådet**, hörselskadades samrådsgrupp med landstinget i intressepolitiska frågor. Hörselrådet ligger under HRF-distriktet.

Intressegruppen är tills vidare ingen förening och därför behöver du inte betala medlemsavgift. Däremot vill vi gärna att du meddelar oss din mailadress så att du får nyhetsbrev och kallelser från oss. Till dem som saknar e-post skickar vi nyhetsbrevet med vanlig post. Men du måste själv anmäla dig till Hörselplantorna. Vi vet inte vilka som har implantat och vi kan inte sätta upp dig på sändlistan om du inte själv bett om det. "Medlemmarna" bildar också ett nätverk som kan bli så interaktivt som vi själva vill.

Kontakta oss på e-post:
horselplantorna@hrf-uppsala.se
eva.alseneklof@hrf-uppsala.se
tel: 018- 56 09 00 (HSO)

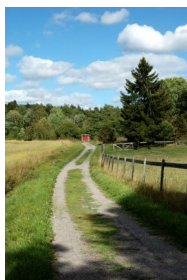
Hörselplantorna

Träffarna med Hörselplantorna brukar alltid vara välbesökta. Intresset är stort både från dem som har implantat och från dem som är i behov av ett sådant.

Möte i Storan den 23 maj



Höstens vandringar



Skogspromenad med HRF och god tillgänglighet

**Söndag
den 22 september
klockan 10**

Vid regn flyttas promenaden fram en vecka, dvs till den 29 september.

Tider och mötesplatser:

För de som inte har egen bil är det **samling kl. 09.45 på Storgatan vid "lämna-hämta-parkeringen"** på östra sidan av Resecentrum

Färdtjänståkare och de som åker i egen bil tar sig direkt till **parkeringen vid Hammarskog, där vi samlas kl. 10.30.**

Avslutning kl. 13.00 vid samma plats.

Vid lite regn tar vi på regnkläderna och vid mycket regn ställs utflykten in.

Packning: Kläder efter väder, grillkorv och bröd. Johan tar med senap och ketchup.

Anmälan till utflyktsledaren Johan senast 20 september. Alternativt kan du anmäla dig på telefon till någon i HRF:s styrelse, som vidarebefordrar din anmälan till Johan

Utflyktsledare: Johan Jonson, 018 - 40 48 75,

Guidad konst- vandring genom Uppsala centrum

**Söndag
den 6 oktober
klockan 14**



...och vid kraftigt regn flyttas promenaden fram till ett senare tillfälle. Meddela dig via telefon eller mail till kansliet, så får du besked om ny tidpunkt.

Vårens promenad blev en stor succé, så nu fortsätter vi att titta på fler skulpturer.

Ingen föranmälan - bara kom!

Johan Jonson och Marie Nordström leder en skulpturvandring genom Uppsala centrum. Med hjälp av HRF:s guideutrustning kan du höra dem berätta om konstverken.

Källa till det de berättar är boken av Lisen Hessner "Staden genom konsten".

Vi startar vandringen klockan 14.00 utanför HSO, Kungsgatan 64, där du kan parkera din bil om så behövs.

Vi går sakta fram genom vår skulpturtäta stad och **ca 15.30 avslutar vi med fika på något av stadens caféer.** Var och en betalar för sig själv.

Foton:

Gångväg i Hammarskog, Johan Jonson
Fadimes plats Ang

...mer som händer i höst...

Kulturnatten lördag den 14 september

Vi kanske ses någonstans?

HRF-föreningen kommer att låna ut sin slinga till **Stadsarkivet** under kvällen. Gå därför gärna dit och lyssna på deras aktiviteter.

Stadsarkivet och Folkrorelsearkivet ligger på S:t Olofsgatan 15, samma byggnad som biblioteket.

Tisdag den 24 september klockan 18-20 kommer det att hållas en **föreläsning** på Stadsarkivet "Skriv din förenings historia" Mycket lämplig förberedelse inför vår träff på Ekolnäs. En **kurs i arkivvård** kommer att hållas på Stadsarkivet **tisdag den 26 november**

Äldremässan fredag den 11 oktober kl 10-15

Platsen är som vanligt

Uppsala Konsert & Kongress.

Mässans tema i år är **Leva livet-hela livet.**

HRF-föreningen kommer att vara med. Vi står vid ett bord och berättar om vår förening, och vi kommer att sälja våra billiga batterier.

Fler aktiviteter som kan vara intressanta för våra medlemmar att besöka:

Fritid för alla söndag den 8 september 13-19 i **Stenhagens bildnings- och kulturcentrum**

Frågestund med **Försäkringskassan** **måndag den 21 oktober 17.30-19.30** (anmälan till HSO senast 14 oktober) **Plats Storan.**

...och ännu mer som händer i höst...

Stockholms Stadsteater lördag den 7 september: "I Sista minuten".

Nu har ni chansen att se en fantastisk föreställning på Stadsteatern, lördagen den 7 september kl 15. Vi har köpt tio seniorbiljetter för 270 kr/st. Till dig som inte är senior kan vi nog också ordna några biljetter om du bestämmer dig genast. Pris 300 kr.

BOKA DIN BILJETT TILL "I SISTA MINUTEN" NU!

Stockholms Stadsteater har "världens?" bästa tillgänglighet för hörselskadade. De har textrullar, där meningarna rullar fram, bit för bit. Textrullarna läggs i knäet och texten syns bra. Teatern har dessutom fungerande teleslinga.

Eldsjälen bakom denna metod är *Jakob Tigerschiöld*, som besökte oss i Uppsala förra våren. Han undrade om man de skulle sluta med textade föreställningar, nu när alla blir opererade.

- Nej, absolut inte, sade vi. Det dröjer länge innan tekniken blir så bra att vi inte behöver text. Vi är jättegglade över textrullarna och andra lösningar som kanske kommer.

Riksteatern håller på att ta fram en app för mobiltelefon eller surfplatta. Projektet löper fram till nästa sommar. Men även här måste man läsa mening för mening.

"I Sista Minuten" är en komedi skriven av *Carin Mannheimer* med *Meg Westergren*, *Meta Welanders* och *Yvonne Lombard*. Skådespelarna är mycket etablerade, superprofessionella och dessutom med avsevärd livserfarenhet. Alla är i 80-årsåldern men still going strong. Pjäsen har fått fantastiska recensioner.

Passa på tillfället att på ett enkelt sätt komma iväg till Stockholm och denna pjäs i talad och textad version. För dem som vill kan vi åka i grupp.

Kontakta Eva snarast,

horsesplantorna@hrf-uppsala.se **helst** med e-post. Det går också att ringa till HSO-kansliet 018-56 09 00 mellan 9-13, så vidarebefordras ditt önskemål via mail.

Biljetterna finns redan i Uppsala och kan avhämtas på vårt kansli eller på annat sätt som vi kommer överens om, kanske i teaterns foajé.

Pekplattor och smarta telefoner

Unik föreläsning onsdagen den 25 september

Smarta telefoner och pekplattor. Vad ska vi med dem till? En onödig pryl eller är det tvärtom? En ny teknik som gynnar oss hörselskadade mer än de flesta? Varför inte ta reda på vad det handlar om?

En verklig pionjär inom detta område är *Christina Ternström Frostensson*, utsedd till **Sveriges modernaste pensionär och presenterad i Sveriges Television**. Hon är aktiv inom SeniorNet på förbunds nivå och expert på pekplattor.

Och hon kommer till oss:

**Tid: onsdagen den 25 september
klockan 17.30**

**Plats: Kungsgatan 62, 5 tr, Storan.
Ingen föranmälan behövs**

Visste du att vi nu är inne i en ny datarevolution? Försäljningen av datorer minskar och ersätts av pekplattor och /eller smarta mobiler. Den först smarta mobilen kom 2007, den första pekplattan, Ipad, kom 2010. Utvecklingen har varit svindlande och det rör sig inte om en övergående trend, något man kan bortse från.

För hörselskadade är dessa produkter små mirakler. Tänk att kunna sitta i sängen och se TV med så god ljudvolym att man inte ens behöver halsslinga. Eller läsa dagens tidning direkt i pekplattan. Att kunna stå i ständig kontakt med sina nära och kära utan att behöva prata i telefon. Och vill man ändå det klarar många av det utan hjälpmedel tack vare hög volym. Högtalartelefonen är också mycket bra. Dessutom finns bra lösningar med halsslinga för den som hör mycket dåligt och kräver teleslinga.

Kom och lyssna på denna introduktion till den nya tekniken.

Alla är välkomna!

...mer om kultur för hörselskadade...

Textade föreställningar på Stockholms Stadsteater

Ni som inte lyckades få tag i biljetterna som HRF bokade för "I sista minuten" får fler chanser här att se textade teater-föreställningar. Läs på sidan 5 i Luren hur du bokar biljetter.

Tider för föreställningarna visas på HRF:s hemsida www.hrf.se. Detta är dock vad som planerats just nu, men kontrollera gärna om det blir någon ändring.

I sista minuten	7/9	15:00	
"	25/9	18:00	
From Sammy with love	5/9	19:00	Klarascenen
"	14/9	19:00	"
Även eng. text	5/11	19:00	Stora Scenen
"	27/11	19:00	"
Kung Lear	6/11	19:00	
"	6/11	13:00	
"	28/11	19:00	
Sweeney Todd	15/1	19:00	(2014)
"	30/1	19:30	(2014)
"	11/2	19:00	(2014)
"	22/2	19:30	(2014)
Stulna Juveler	6/9	19:00	
"	27/9	19:00	
"	13/10	13:00	
Blodsbröder	12/10	19:00	
"	26/10	19:00	
"	8/11	19:00	
Macbeth	19/1	19:00	

Vänliga hälsningar
Jakob Tigerschiöld

Heby - opera

Från Uppsala ordnas det ibland bussresor till Folkets Hus i Heby, där man kan se **Operaföreställningar direkt från Metropolitan i New York.**

Vuxendövas förening planerar för att åka till en föreställning den 14 september klockan 13. Det finns biljetter kvar. Tala med Kåke Eklund på Folkets Hus telefon 0224-308 35 om du är intresserad.

Höstens program:

AIDA	14/9	kl 13
Eugin Onegin	5/10	
Tosca	10/11	
Falstaff	15/12	

På Stockholmsoperan den 16 november med MedEI

MedEI (Möllerströms Medical) är ett hörsel-implantatföretag som har bildat en kundklubb. Företaget intresserar sig speciellt för hörselskadade och musik. Sedan tre år tillbaka har företaget haft en "Stora hörselimplantatdag" och i år kommer man att ha implantatdagen på Operan i Stockholm. Deltagarna kommer då att få lyssna på delar av Svansjön.

För att få den förmånen skall man vara medlem i kundklubben, vilket man kan bli genom att anmäla sig till

www.mollerstrommedical.com

Klubben vänder sig främst till dem som berörs av hörselimplantat, antingen nuvarande eller kommande brukare och deras anhöriga.

Alla hörselskadade gillar inte musik...



Särskilt inte i närheten av biljettautomaterna i tåg tunneln vid Uppsala Central med dess kraftiga eko. Vi i HRF önskar oss ett förbud för musikanter där.

...men fotoutställningar gillar vi

...och alldeles särskilt den som Johan Jonson hade i somras. Nu kan du som missade den få se den i Storan på HSO i höst. Utställningen kommer att finnas där under oktober/november månad. Vernissage blir på VXD:s höstmöte den 17 oktober och utställningen skall sitta uppe till minst vårt höstmöte den 12 november.



Höstmöte 12 november 2013

Kallelse till höstmöte tisdag den 12 november



Hörselskadades Förening i Uppsala kallar härmed sina medlemmar till medlemsmöte.

Tisdag den 12 november kl 18.00
Plats Storan, Kungsgatan 62, 5 tr
Slinga och skrivtolkar kommer att finnas
Enkel förtäring

Ingen föranmälan behövs.

Vid mötet kan medlemmar lämna synpunkter på verksamheten och ekonomin utifrån verksamhetsplan och budget för 2013. Dessa handlingar kommer att finnas på mötet samt på Kansliet någon vecka före mötet. Verksamhetsplanen kommer också att presenteras på vår hemsida.

Program efter mötet

Eva Alsén Eklöf

for i början av det här året på en jordenrunt-kryssning tillsammans med sin make. Resan varade i 100 dagar. Flera HRF-are kunde följa hennes resa via Eva och Lars-Olofs blogg, så vi vet redan att de fick uppleva fantastiska saker. Nu kommer Eva att visa bilder och berätta för oss om sevärdheter de besökt under sin långa resa.



DAGORDNING

1. Mötets öppnande
2. Kallelsens behörighet
3. Val av ordförande och sekreterare för mötet
4. Val av justerare
5. Information om medlemsavgifter och antal medlemmar
6. Information om och synpunkter på verksamhetsplanen för 2014
7. Information om och synpunkter på ekonomi och budget för 2014
8. Övriga frågor
9. Avslutning

FAKTA

Årsmötet, som skall äga rum före mars månads utgång, är föreningens högsta beslutande organ enligt HRF:s stadgar. Kallelse till årsmötet skall sändas ut av styrelsen senast fyra veckor före mötet.

Medlemsmötet (föreningsmötet / höstmötet) är föreningsstyrelsens rådgivande organ. Vid mötet skall samråd ske kring styrelsens förslag till verksamhetsplan och budget för kommande år. Medlemsmötet sammanträder minst en gång per år. Kallelse till medlemsmötet skall sändas ut av styrelsen senast två veckor före mötet.

MEDLEM I FÖRENINGEN

För att bli medlem i HRF-Uppsala måste du anmäla dig via hemsidan www.hrf.se eller ringa **08-457 55 00** alternativt skicka in ett kort eller brev med namn, adress och ev. telefonnummer till **HRF, Hörselskadades Riksförbund Box 6605, 113 84 Stockholm**. Inbetalningskort och en blankett kommer från Förbundet via post.



Hörselskadades förening
i Uppsala

HRF:s Guideutrustning och HRF:s Slingutrustning

har försetts med utförliga bruksanvisningar, så de är lättare att använda nu än tidigare.

Tala med någon i styrelsen om du vill låna eller hyra dem.

Ring 018-56 09 00 eller skicka mail till kansliet@hrf-uppsala.se

Tänk på att guideutrustning och slinga behöver ett dygns laddningstid före användning.

Var därför alltid ute i god tid.

...höstens TSS-grupper och kurser...

Vi är många som gillar TSS

Vi har trivts med vår undervisning. Vi har haft nytta av det vi lärt oss och vi vet att vi behöver öva ständigt för att behålla kunskaperna. Vi vill därför gärna träffa varandra i Uppsala eller på Wik och fortsätta att öva TSS.

Ofta har en grupp som bildats på en kurs på Wik fortsatt att träffas. Ibland är gruppen "lagom stor" och ibland har gruppen blivit en "privat grupp" som träffas hemma hos varandra. Även återträffar på Wik förekommer.

De grupper som anges här i Luren är grupper som är öppna även för **nya deltagare**. Träffarna hålls på HSO i ett rum med slingustrustning.

Du som vill gå en längre kurs i Wik bör **tala med Hörcentralen (tex på TSS-kaféet) eller med personalen på Wik.**
Ring då 018-611 66 54 eller
Läs på www.wik.nu

TSS-kurs på Wik lördag 12 - söndag 13 oktober



Vuxendövas förening
i Uppsala län

4 föreningar
VIS-Stockholm
VIS-Uppland
VIS-Örebro och

VXD-Vuxendövas förening i Uppsala län
arrangerar en helgkurs

Alla är välkomna - även nybörjare

Kursen pågår från lördag klockan 10 till söndag klockan 15.

Anmälan måste ske senast 5 september, 34 platser finns, "först till kvarn" gäller. Avbokar man efter 11 september krävs läkarintyg om avgiften skall återbetalas.

Priset för de här två dagarna, inklusive mat och logi, beräknas bli 400 kr i dubbelrum och 665 kr i enkelrum. Detta är under förutsättning att SPSM-bidrag beviljas, vilket har gjorts vid tidigare tillfällen.

Anmäl dig till :
Katrín Petersson,
Dirigentvägen 163, 75654 Uppsala
Mobil, endast sms 073-327 72 76
eller e-mail: i.k.petersson@telia.com



Nathalies TSS-grupp för nybörjare



Hörselskadades förening
i Uppsala

Gruppen träffas på
tisdageftermiddagar direkt efter läsecirkeln
alternativt eftermiddagsgruppen på
HSO i sal 2 **klockan 16.30 -18.**

**Första träff den 17september
och vid det tillfället beslutar gruppen själv
vilka dagar man skall träffas på under
hösten.**

Ring Nathalie om du vill ha mer info
tel 018-406 23 28 eller skicka mail till
nathalie.colombo@hrf-uppsala.se

Gunillas TSS- grupp



Vuxendövas förening
i Uppsala län

Gunilla Rickardsson leder den
här gruppen som passar dag-
lediga som fått en grundutbild-
ning i TSS.

TSS-träffarna blir på **torsdagar** på HSO Sal 2
mellan **klockan 14.00-15.30**

**Första träff den 12 september
sedan den 26 september
och den 10 oktober
och den 24 oktober
och den 7 november
och den 21 november
och till sist den 5 december**

Jojos TSS- grupp



Vuxendövas förening
i Uppsala län

Gruppen under ledning av
Johan Jonson passar dem som
har fått en gedigen utbildning i TSS.
**TSS-träffarna blir på torsdagkvällar mellan
16.00 till 19.00**

Vid första träffen den 19 september
träffas gruppen i Vänge
Kallelse med info kommer att skickas ut till de
som deltagit i gruppen tidigare.

Därefter träffas gruppen på HSO i Sal 2
**den 3 oktober
och den 17 oktober
och den 31 oktober
och den 14 november
och den 28 november
och till sist den 12 december**

Tolkcentralen och TSS-caféet

Nyheter från tolkcentralen

Den 1 september går Anita Franzén i pension. Hon skriver här till oss:

Det har varit många stimulerande och intressanta år med er tolkanvändare. Ett stort TACK för det goda samarbetet som samordnare under flera år och som tolk!

Den 2 september hälsar tolkcentralen Terese Åkerberg välkommen som skriv- och TSS-tolk. Terese har arbetat som tolk under många år, bl a vid Stockholms tolkcentral och som undertextare vid Sveriges television. Många av er har nog redan träffat Terese eftersom hon också har frilansat vid Uppsala tolkcentral.

Vi i HRF tackar Anita för den hjälp vi fått.

Vi på Tolkcentralen i Uppsala hälsar alla våra tolkanvändare välkomna till det årliga informationsmötet.
Tid: Måndagen den 28 okt kl 19:00

Plats: Infoteket, Kungsgärdet center
S:t Johannesgatan 28 D, Uppsala

Med vänlig hälsning

Hans Näverskog
Enhetschef

Landstinget i Uppsala län
Habilitering och Hjälpmedel
Tolkcentralen
Box 26074
750 26 UPPSALA
Tel: 018 - 611 67 33
Mobil: 0703 - 44 78 02
E-post: hans.naverskog@lul.se
Hemsida: www.lul.se/hoh

Fakta om TSS (Källa VIS och HRF)

För den som helt eller delvis förlorat sin hörsel i vuxen ålder är det inte en självklarhet att lära sig ett nytt språk, som ju teckenspråket är, men att stödja sin talade svenska med tecken som lånas från teckenspråket, att tala och teckna samtidigt, har för många vuxendöva och deras anhöriga visat sig vara en framkomlig väg till en säkrare kommunikation.



Som synes har vi det trivsamt på TSS-caféet. Vi pratar och får hjälp med de tecken vi saknar. Här syns en grupp tillsammans med Maria Gustavsson från Hörcentralen.



Habilitering och hjälpmedel

Välkommen till Hörcentralens TSS-kafé

Under fem tisdagseftermiddagar framöver kan du träffa andra TSS-intresserade över en kopp kaffe och lite tecken. Vi tecknar, umgås och har det trevligt tillsammans.

Ta gärna med en anhörig eller vän så får också de prova på att använda TSS (tecken som stöd).

10 september kl 15–16.30
24 september kl 15–16.30
22 oktober kl 15–16.30
19 november kl 15–16.30
17 december kl 15–16.30

Valfiskens, blå uppgång, plan K (källarplanet)
Kungsgärdets center,
S:t Johannesgatan 28 A, Uppsala

Fika till självkostnadspris.

Anmälan till Hörcentralen
på telefon 018-611 67 10 eller via
e-post till hoercentralen@lul.se

Landstinget i Uppsala län



VXD – nytt hösten 2013

Anita Wallin, ordförande, berättar här om vad som hänt i föreningen under våren och sommaren 2013

Alla vxd-träffar är öppna för alla medlemmar i HRF



**Vuxendövas förening
i Uppsala län**

Hoppas att ni alla har kunnat njuta av sommaren! Som alltid så här års så finner man att sommaren gått fort! På sommaren är vi ju ofta väldigt upptagna med allt möjligt. Nu när hösten kommer så lugnar det ner sig och vi börjar sakna kontakten med de hörselskadade vännerna och suget att starta om börjar kännas!

Vera, Birgitta och Sven i vår förening har varit väldigt aktiva i sommar och deltagit i den nordiska sommarveckan i Danmark! Se mer nedan!

Själv låg jag i hängmattan och läste tanttidsning, M magasin, och läste om hur man kunde förverkliga sina drömmar i senare delen av sitt arbetsliv! Till min stora glädje fann jag ett reportage om vår skrivtolk Anneli Svahn. Anneli har bytt från kontor till skrivtolk! Visst hade vi hört om detta och vi har ju vetat att Anneli skiftat uppgift men här kunde man läsa mer! Grattis Anneli! Vi gravt hörselskadade är så tacksamma för våra kompetenta och duktiga tolkar!

På tekniksidan alltid något nytt! Efter ¾ år utan texttelefon så har jag nu fått en installerad i min Ipad av Hörcentralens tekniker. Vid bostadsbyte fick jag nya digitala telefonanslutningar och de gamla analoga prylarna fungerade inte. Idag kan man kommunicera med de flesta via E-mail och sms men ibland behöver jag hjälp av en telefonist i kontakt med vårdcentral, taxi eller myndigheter. Vi hörselskadade hatar ju systemet när man skall välja nummer och trycka för att komma fram till företag och myndigheter. Texttelefonen är en vän i nöden!

Nordiska sommarveckan för Vuxendöva

De nordiska länderna har sedan 1981 ordnat en veckas gemensam sammankomst vart annat år. I år var det Danmarks tur. Vi var tre från Uppsala som var med. Totalt åtta svenskar. Platsen var Den Danske Höreföreningens kursgård Castberggård på Jylland, nära Vejle.

Lokalerna var mycket väl anpassade för hörselskadade. Bl.a. hade alla 50 deltagarna sin egen skrivtolkningsskärm på eget språk.

Veckan skiljer sig från den svenska sommarveckan så till vida att det inte är teckenlektioner. Här ges information och föredrag kring vårt gemensamma ämne Hörsel. Den sociala biten genomströmmade hela veckan med hjälp av arton tolkar, varav fyra svenska.

Danskarna använder det internationella handalfabetet och MHS-Mun-Hand-Systemet. Finnarna har mest Teckenspråk, och "vink-metoden från Frankrike-Cued-Speech men även MHS. Norrmännen en form av TSS. Det betydde att det var mest kroppsspråk som användes om man inte hade en tolk bredvid sej.

Översättningstolkarna jobbade intensivt. Det är påtagligt hur snabbt man finner gemenskap när alla har fokus på samma sak - kommunikation.

Vi fick t.ex. lyssna till föredrag av dansken Gert Rune (40 år och hörande) som mycket livfullt berättade sin historia. Hans ena ben amputerades vid 16 och med sin målfokusering som ung sportsman har han 2011 vunnit tävlingen IRONMAN se www.gertrune.dk



...mer om Nordiska sommarveckan...

Vi fick också höra musikprofessor Björn Peder-
sen, Århus som hade projekt med titeln CI/ mu-
sikträning, CI/ telefoni, CI/hörapparat, Tinitus före
och efter CI. Han hade också följt en grupp små
barn som CI-opererats och nu var vuxna och
flera av dem nu mycket musikaktiva.
(Tyvärr missade jag www-adressen men ska för-
söka få tag på den.) Hela veckans tema var
Hälsa och Välbefinnande.

På kvällarna förlustade man sej med att lära/lära
ut linedans, att framföra teaterspex mm. sociala
aktiviteter Till avslutningsmiddagen skulle varje
land se till att det egna bordet fick en nationell
prägel. Vi svenskar gav oss ut i det danska land-
skapet och hittade blå cikoria och gul renfana
som blev till ett riktigt fint arrangemang.

En heldagsutflykt med tvåvåningsbuss gjordes till
Danmarks största vildmark TYR, en 55 km lång
kustremsa längs Vesterhavet med varierande

natur. En halv dags besök till ett stort, gammalt
fängelse. Intressant men skönt att komma ut ef-
teråt.

Varje land rapporterade situationen och nyheter
och vad man fokuserar på framledes i sitt land.
Många diskussionstillfällen gavs och man jämför-
de.

En punkt:

Nytt från VDNR- VuxenDövasNordiskaRåd- var
intressant för oss att höra eftersom vi aldrig varit
med tidigare. Styrelsen byts ut vart annat år och
uppgifter fördelas mellan medlemsländerna. Frå-
gan om Islands, Färöarnas och Grönlands delta-
gande nämndes bl.a.

Se på www.vdnr.org

Nästa sommarmöte blir 2015 i Norge.

Text och foton: Birgitta Samuelsson

...och det här tänker vi vuxendöva göra i höst...

Utflykt till Skogsbacka utanför Vänge fredagen den 20 september kl 14.

Speciellt för Dig som tycker om
fåglar och blommor eller vill
klappa getter! Mer information
finns på www.skogsbacka.se

På Skogsbacka hos Kenneth
Andersson finns prydnadsfjä-
derfå dvs påfåglar, fasaner, du-
vor i voljärer samt hund, katt,
kaniner, getter, guldfiskar och
karp och mycket mer!

Gården var något alldeles extra
och måste ses det förstod Bir-
gitta, Sven och Anita som for ut
och tittade och trivdes! 700 per-
soner kom på vårens djurdag!



*Sven Anér
har tagit det
här fotot av
en guldfasan.
Den är ett
exempel på
vad man kan
se på utflyk-
ten den 20
september.*

För 100 kr får Du lyssna på
Kenneth Andersson som driver
gården, titta runt och får fika i en
härlig miljö! (Ha en hundralapp
tillgänglig under resan ut!)

Gemensam avresa i bil från
**Stenhagens Centrum utanför
Bellis blommor kl 13.**

Anmäl om ni kan köra bil och
hur många ni kan ta i bilen alter-
nativt om ni behöver plats i bil!

**Anmälan senast den 15 sep-
tember** till Birgitta Samuelsson
tel: 018-46 33 50 ,
mobiltel: 076-809 25 83 eller
E-mail:
samuelsson.birgitta@gmail.com

Medlemsmöte torsdagen den 17 oktober

Vi äter en gemensam lunch på
Korfu kl 12.30. Anmälan till
lunchen sker till Birgitta Samu-
elsson Se t.v. Senast mån-
dagen 14 oktober!

**Möte i HSO:s lokal Storan
Kungsg. 62 kl 14.00.** Efter
mötet är det sedvanlig TSS-
kurs i Johan Jonsons grupp.

FN konventionen lördagen den 9 november på Ekolnsnäs

fortsätter informationen om FN
konventionen. Ett samarbete
med VIS Uppland. Mer infor-
mation kommer senare!

Information om våra
TSS-cirklar och träffar
kan du kan du läsa på en sepa-
rat plats i tidningen.

Kom ihåg
att alla HRF-medlemmar är
välkomna på våra träffar!

Översiktlig kalender hösten 2013

	SEPTEMBER		OKTOBER		NOVEMBER		DECEMBER
<u>1</u>		1	EM-GRUPP	1		<u>1</u>	
2		2		<u>2</u>		2	AKV x BAD
3		3	TSS-JJ	<u>3</u>		3	TSS-CAFE
4		4		4	AKV x BAD	4	
5		<u>5</u>		5	TSS-CAFE	5	TSS-GR
6		<u>6</u>	KONSTPR	6		6	
<u>7</u>	TEATER STHLM	7	AKV x BAD	7	TSS-GR	<u>7</u>	
<u>8</u>		8	TSS-CAFE	8		<u>8</u>	
9		9		<u>9</u>	KURS VXD	9	AKV x B AD
10	TSS-CAFE	10	TSS-GR	<u>10</u>		10	LÄSEC
11		11	ÄLDREMÄSSA	11	AKV x BAD	11	
12	TSS-GR	<u>12</u>	WIK-VXD	12	HÖSTMÖTE HRF	12	TSS-JJ
13		<u>13</u>	WIK-VXD	13		13	
<u>14</u>	KULTURNATT	14	AKV x BAD	14	TSS-JJ	<u>14</u>	
<u>15</u>		15	LÄSEC	15		<u>15</u>	
16	AKV x BAD	16		<u>16</u>	MED-EL OPERA STHLM	16	AKV x BAD
17	LÄSEC x TSS-NC	17	HÖSTM. VXDxTSS-JJ	<u>17</u>		17	TSS-CAFE
18		18		18	AKV x BAD	18	
19	TSS-JJ	<u>19</u>		19	TSS-CAFE	19	
20	UTFLYKT VXD	<u>20</u>		20		20	
<u>21</u>	DISTR-UTBILDN -HÖSTM	21	AKV x BAD	21	TSS-GR	<u>21</u>	
<u>22</u>	SKOGSPR	22	TSS-CAFE	22		<u>22</u>	
23	AKV x BAD	23		<u>23</u>	WIK-T	23	
24	TSS-CAFE ARKIVET	24	TSS-GR	<u>24</u>	WIK-T	<u>24</u>	
25	OM LÄSPLATTOR	25	WIK-U	25	AKV BAD	<u>25</u>	
26	TSS-GR	<u>26</u>	WIK-U	26	LÄSEC ARKIV	<u>26</u>	
27		<u>27</u>	WIK-U	27		27	
<u>28</u>		28	AKV x BAD x TOLKC	28	TSS-JJ	<u>28</u>	
<u>29</u>	alt-SKOGSPR	29	EM-GRUPP	29		<u>29</u>	
30	AKV x BAD	30		<u>30</u>		30	
		31	TSS-JJ			<u>31</u>	

Ovan syns en kalender över aktiviteter som erbjuds HRF-medlemmar under hösten 2013.

Kalendern visar förkortningar som du själv får lista ut genom att läsa om aktiviteten i Luren.

Styrelsemöten kommer att hållas enl. ök. på tisdagskvällar efter nybörjarkurs i TSS.

Med liten stil står aktiviteter som bara berör vissa personer i föreningen. Textad teater i Stockholm saknas här