
Luren



Hörselskadades förening
i Uppsala

Medlemstidning
2015:2
med
höstens program

Styrelsen för Hörselskadades förening i Uppsala

Nathalie Colombo, ordförande
018-406 23 28, mobil 0709 10 27 83
nathalie.colombo@hrf-uppsala.se

Claes Mattsson, kassör
018-25 28 31, caes.mattsson@hrf-uppsala.se

Shahrokh Modiri, sekreterare
018-255608, shahrokh.modiri@hrf-uppsala.se

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

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

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

Vivian Wollmo
018-406 20 42, vivian.wollmo@hrf-uppsala.se

Kontaktpersoner, funktionärer

Badgruppen
Ywonne Colombo

Läsecirkel
Anette Nyberg Grau

Skrivarcirkel
Vivian Wollmo

IT och hörselteknik
Håkan Rasmusson o Styrelsen i HRF Uppsala

Hemsidan, www.hrf-uppsala.se
Nathalie Colombo, Anja Castensson

Implantatgruppen - Hörselplantorna
Eva Alsén Eklöf
018-32 11 04, eva.alseneklof@hrf-uppsala.se
eller Anita Wallin från Vuxendövföreningen

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

Hörselskadades distrikt i Uppsala län
Eva Alsén Eklöf, Hörselplantorna
Nathalie Colombo
Lena Thorén, studieorganisatör
Ombud. Lena Enlund, Claes Mattsson

Hörselrådet
Rose-Marie Westerholm, Eva Alsén Eklöf,
Nathalie Colombo, Lena Thorén, Anita Wallin

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

Hörsellinjen vardagar 9-15 0771-888 000

Luren

Ansvarig utgivare:
Nathalie Colombo

Redaktionskommitte:
Styrelsen

Annonser:
Kontakta kansliet eller någon i styrelsen
Priser från 750 kr (1/8 sida) till 6000 kr (helsida)
Postgiro HRF Uppsala 29 30 29-5

Nästa nummer av tidningen som innehåller vårens
program utkommer i mitten av januari 2016
Manusstopp 13 december 2015
HSO:s tryckeri - Upplaga 500 ex
Under hösten kommer ett nyhetsblad.

*Omslagsbild Uppsalamotiv Foto: Ywonne Colombo
Övriga bilder där fotograf ej särskilt anges, har
tagits av styrelsemedlemmar.*

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



**Hörselskadades förening
i Uppsala**

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 300 kr
Rabatterat pris för ungdom och familjemedlemmar

*För att bli medlem i Uppsalaföreningen måste du
höra av dig till Riksförbundets kansli (HRF)
via telefon eller via mail.*

Nu är hösten på intåg...



*Kan ni se vad som står? Gatukonst när den är som bäst.
Huset finns på Granitvägen 12.
Texten lyder: "tecno".*

Men det märks inte när man tittar ut! Med augusti kom så äntligen sommaren och vi hoppas den stannar kvar lite till. Men vi startar igång som vanligt med vår verksamhet så jag hoppas ni har laddat batterierna.

Apropå batterier, vill jag påminna att vi säljer p13-batterier för 30 kr kartan, eller 4 för 100 kr. De säljs i receptionen på HSO under deras öppentider, eller när vi har aktiviteter där.

I detta nummer får vi lära känna vår nya sekreterare och läsa lite om vårt intressepolitiska arbete. Vi har också som vanligt planerat en hel del aktiviteter. Vi kommer att satsa på **Hörselskadades dag**. Vi har en bowlingkväll igen och lite nya cirklar.

Vi vill förnya oss lite och bli lite mer digitala. Vill du få nyhetsbrev från oss via e-mail? Anmäl dig då till nathalie.colombo@hrf-uppsala.se. Då kan du få information från oss via mail också.

Vi vill gärna höra av er medlemmar vad ni skulle vilja läsa om i tidningen, ge oss synpunkter på vad vi kan förbättra!

Maila: styrelsen@hrf-uppsala.se

Spara tidningen så att du inte missar något. Glöm inte att all information även kan läsas på vår hemsida. Vi har en översiktlig kalender på sista sidan. Vi hoppas den ska vara till hjälp.

Fotografen Anders Tukler, från HRF:s tidning Auris, besökte oss en vacker sommandag. Han fotograferade styrelsen, som sedan kom med i tidningen. Vår senaste ledamot Shahrokh var inte med vid det tillfället, men nedan kan du se hur han ser ut.

Vi ses i höst!

Nathalie Colombo, ordförande HRF Uppsala



Vi vill presentera vår nya sekreterare!

Namn: Shahrokh Modiri

Använder CI sen 2004

Utbildning: Ekonomi/Informationsteknologi från Stockholms Universitet

Yrke: Redovisningskonsult och utbildare

Samverkat med HRF och Arbetsförmedlingen för

hörselskadade sedan 1991 och utbildat yrkesverksamma hörselskadade i datorer och datorprogram i uppdrag från Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan i Uppsala.

Jag har min egen redovisningsbyrå sedan drygt 2 år tillbaka. Jag har aldrig känt mig som handikappad pga hörselskadan. Jag har omvandlat det som folk tror är handikapp, till enorma möjligheter. Sedan våren 2015 ingår jag styrelsen för HRF i Uppsala. Mitt mål är att vara med och göra mina insatser för att hjälpa hörselskadade att ta vara på möjligheterna.

Valbara audionommottagningar i Uppsala län

Hörcentralens fördjupade rehabilitering
Kungsgårdets center, S:t Johannesgatan 28A
tel 018-611 67 10, vardagar 8-11
E-post: hoercentralen@lul.se www.lul.se

**Hörcentralens audionommottagning
i Enköping, Tierp, Heby och Östhammar**

tel 018-611 67 11, vardagar 8-11

Jourmottagning i Enköping,
Linbanegatan 8, nb.
tis 14-16, fred 8.30-11.

Tierp:
Endast tidsbokade servicebesök

Heby och Östhammar:
Endast tidsbokade besök

*Audionommottagningarna är primär hörsel-
vård och dit kan man söka utan remiss. Alla
mottagningarna tillhandhåller landstingets
sortiment av hörapparater liksom dyrare pro-
dukter på marknaden, som man får betala
själv. (Landstingets audionommottagningar
har bara landstingssortimentet). För lands-
tingets hörapparater krävs endast förskriv-
ningsavgift, för närvarande 300 kr.*

Avesina,

Dragarbrunnsgatan 15, **Uppsala**, 018-150 450,
jourmottagning: måndag, onsdag, fredag
kl 8-11, butik, tekniker
e-post: horsel.upsala@avesina.se

Din Hörsel,

Svartbäcksgatan 41, **Uppsala** och
Sandgatan 13 B, **Enköping**,
tel 0771-82 00 45,
butik och jourmottagning i Uppsala,
tisdag o torsdag 8-10
e-post: upsala@dinhorsel.se eller
enkoping@dinhorsel.se

Audionomerna & Hörsam,

Kålsängsgränd 10 C, ingång via
Apotekssamariten, **Uppsala**,
och Linbanegatan 8, 1 tr, Dr Wahlunds
Läkarmottagning, **Enköping**;
tel: 0200-11 14 50,
e-post: info@audionomerna.se,
info@horsam.se
"drop-in-service" finns hos tekniker i Uppsala
tisdagar 9 -16.

HRF-föreningar i Uppsala län

Övriga lokala föreningar i vårt län:

Enköping
Lotta Nilsson tel 076-168 47 10
E-post: lotta.nilsson@telia.com

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

Östhammar
Arne Westerberg tel 070-765 46 45

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

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

Inom distriktet finns en **intressegrupp**

Hörselplantorna
Eva Alsén Eklöf tel 018-32 11 04
E-post: eva.alseneklof@hrf-upsala.se
eller horselplantorna@hrf-upsala.se

En **lokalgrupp** för **Unga hörselskadade** finns i
Uppsala - se hemsida www.uh.se

Fler adresser som är bra att känna till

Uppsala kommun tel 018-727 00 00
Webb: www.upsala.se

Äldreombudsman för Uppsala
telefon: 018-727 12 39

Tolkcentralen tel 018-611 67 34
Vardagar 8-12, 13-15
E-post: tolkcentralen@lul.se
Webb: www.lul.se/tolkcentralen

1177 ger råd om vård på webb och telefon

Tillgänglig kultur

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

Textat på bio i Uppsala

Numera skall alla svenska filmer som går på bio vara textade.

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.

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.

Du som inte har tillgång till en dator

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

Telefonnumret är 08-457 55 00

Från mars 2014 finns all tv-textning på en sida ...

Text i TV: Så här gör du!

- 1 Tag fjärrkontrollen
- 2 Tryck på text-tv-knappen
- 3 Tryck 199

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.



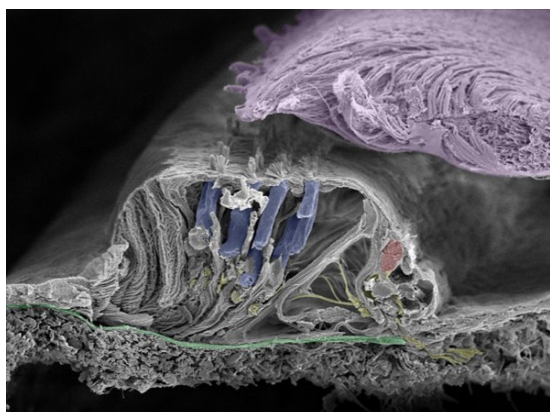
TEXTADE FÖRESTÄLLNINGAR PÅ
STOCKHOLMS STADSTEATER

Läs om hösten program på stadsteaterns hemsida.

...HRF:s slingustrustning...

HRF:s Guideustrustning och HRF:s Slingustrustning 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 guideustrustning och slinga behöver ett dygns laddningstid före användning. Var därför alltid ute i god tid.



Mitt i midsommartid besökte jag Strömstads Akademi högtidliga årsmöte. Jag hade med mig Helges bilder från innerörat. Dessa bilder klädde väggarna i hallen till stadens Rådhus och var utgångspunkt för mitt invignings-tal. De studerades flitigt av de ca 30 konferens-deltagarna särskilt i pauserna mellan föreläsningar då de bl. a. fungerade kontaktskapande mellan blyga akademiker.

De vackra, intressanta bilderna från innerörat fick jag också tillfälle att visa och berätta om i ett föredrag. Precis som jag väntat blev många slagna med häpnad över komplexiteten och skönheten och frågorna haglade.

Marie Nordström

Verksamhetsberättelsen 2014 - godkänd på årsmötet 2015



Hörselskadades förening
i Uppsala



Verksamhetsberättelse 2014

Styrelsens sammansättning

Styrelsen var fr o m årsmötet den 19 mars 2013:

Ordförande	Nathalie Colombo
Kassör	Claes Mattsson
Sekreterare	Margareta Lundell
Ledamot	Anette Nyberg Grau
	Ywonne Colombo
	Lena Enlund
	Vivian Wollmo
Revisorer	Per Mattsson, sammankallande
	Lennart Pettersson
Ersättare	Kjell Ewerlid

Valberedning Marie Nordström, sammankallande
Lena Hård

Styrelsen har haft 8 styrelsemöten och ett längre och ett kortare arbetsmöte under året.

Antal medlemmar

Föreningen har ca 390 medlemmar, men av dessa är ett flertal dubbelanslutna. Antal huvudmedlemmar är ca 360.

Föreningsmedlemmar som representerar vår förening i andra organisationer

Hörselskadades Distrikt i Uppsala län,
vice ordförande: Eva Alsén Eklöf,
ledamot. Nathalie Colombo
studieorganisatör: Lena Hård
Ombud till Distriktets höstmöte 2014 ,och årsmöte 2015: Claes Mattsson och Lena Enlund
Hörselrådet, som handhar hörselpolitiska frågor,
tillsätts av distriktet: Eva Alsén Eklöf, Nathalie Colombo, Lena Hård, Anita Wallin
HSOs styrelse i Knivsta: Anna Andersson

Information om HRF Uppsala

Hemsidan har skötts av Anja Castensson och Nathalie Colombo

Medlemstidningen *Luren* har givits ut 2 gånger under året. Ett nyhetsblad har skickats ut efter årsmötet. Anette Nyberg Grau har varit redaktör före årsmötet, sedan övertogs redaktörskapet av Nathalie Colombo.

Kansli

Anställda på HSO har tagit emot telefonsamtal och sålt batterier under kontorstid. Kommunikationen mellan styrelsen och medlemmarna har oftast skett via mail.

Påverkan /Intressepolitik

Påverkansarbetet har främst skett av våra föreningsmedlemmar som tillhör Distriktet i Uppsala län samt Hörselrådet. På föreningsdagen deltog flera politiker från Uppsala och våra medlemmar kunde då under "mingel" framföra våra åsikter.

Medlemsaktiviteter/program

Årsmöte 2014

Årsmötet hölls den 25 mars i HSO:s lokal "Storan" Kungsgatan 62 i Uppsala. Ca 20 personer besökte mötet och efter förhandlingarna berättade *Hörcentralens fördjupade rehabilitering* om det aktuella regelverket. En enkel förtäring serverades.

Föreningsdagen

Lördagen den 5 april hade föreningen hyrt Lilla Teatern på S:t Persgatan i Uppsala. Hela arrangemanget var gratis för våra medlemmar. Så många av allmänheten som rymdes i lokalen kunde se teaterföreställningen. Dagen blev mycket uppskattad. Vi startade med lunch och mingel där vi diskuterade "meningen med föreningen" och fortsatte med teaterföreställningen "Hör upp!" som framfördes av den för hörselskadade välkända gruppen "Hipp Happ". Vi avslutade dagen med en frågestund.

Medlemsmöte (höstmöte)

Mötet hölls den 25 november i HSO:s lokal "Storan". 12 föreningsmedlemmar kom till mötet. Som avslutning på kvällen visade och berättade Marie Nordström om den utställning av konstnärliga bilder på örat, som några dagar i somras ställdes ut i Gustavianum. Bilderna har tagits fram ur professor Helge Rask-Andersen och Wei Lius forskararkiv, men valts ut ur lekmanaperspektiv. En enkel förtäring serverades.

... forts verksamhetsberättelse ...

Information till allmänheten

Informationsarbetet har skett i samarbete med olika aktörer och hörsselföretag. Tidningen Luren lämnas ut till sjukhuset och till hörsselföretag där vi tror det finns ett intresse. Kommunkontoret delar också ut tidningen till de som vill ha den

Intressegrupper och cirklar inom vår förening

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

Under året har flera grupper träffats regelbundet, oftast en gång i månaden. Nystart av Akvarellgrupp och de nybildade grupperna med Textil och med Friskvård visade sig dock inte bli någon succé.

Gruppen för *yrkesverksamma* har träffats på kvällstid eller på helgerna under våren, men då det blev svårt att finna lämpliga tider som passade alla lades gruppen ner under hösten.

Cirklar som varit igång under hösten är:

Tennbroderi med Lena Thorén

Skrivarcirkel med Vivian Wollmo

Båda dessa cirklar är av typ "hemma hos"

TSS-cirklar

"TSS för nybörjare" med Nathalie Colombo

"TSS på mellannivå" med Gunilla Rickardsson

"TSS på avancerad nivå" med Johan Jonson

Möjlighet till att delta i fler TSS-cirklar i andra föreningsars regi har också funnits för våra medlemmar.

Våra medlemmar har flitigt besökt *Hörcentralens TSS-kafé*. Flera medlemmar har också deltagit i *TSS-kurser på Wik*.

Cirklar för daglediga med tillgång till hör-slinga

Eftermiddagsgruppen

Olika gruppdeltagare har berättat om skilda ämnen som intresserat gruppen. Det viktigaste för gruppen har varit att kunna samtala med hjälp av hör-slinga och att kunna dricka kaffe tillsammans i en lugn miljö. Under hösten avtog intresset för gruppen varför den nu har lagts ner inför nästa år.

Läsecirkeln

Gruppen har också skett på eftermiddagstid. Gruppen har läst och diskuterat böcker. Tillgång till slinga och lugn miljö har funnits och kaffe med tilltugg har serverats vid varje träff.

Friskvård

Vattengymnastiken uppe på Kungsgärdet har pågått varje måndagskväll under terminstid. I en ljun bassäng och i en varm bubbelpool har

hörselskadade fått avslappning för spända muskler. Ywonne och Nathalie Colombo har skiftat om att vara gruppleddare. Gymnastiken har blivit mycket populär.

Vandringar och utfärder

Johan Jonson har i flera år varit ledare för våra *vandringar* ute i naturen. Johan har burit med sig vår guide-utrustning, så deltagarna har kunnat höra så bra som det är tekniskt möjligt under vandringarna.

18 maj var det vandring i Hammarskog

21 september hade vi ännu en skogsvandring nu i Vedyxa.

En vacker sommardag gjorde ett antal föreningsmedlemmar en tågrespa med *Lennakatten*

Våra "vänföreningar"

Intressegruppen *Hörselplantorna inom Uppsala län* har vid ett flertal tillfällen haft möten i Uppsala. Dessa träffar har lockat många personer inom vår förening. Våra medlemmar har också alltid varit välkomna till *Vuxendövas förenings* träffar i Uppsala.

Styrelseutbildning och planering

Nathalie Colombo har genomgått HRF:s Förbundskurs och HRF:s Ordförandeutbildning under året.

9 - 10 augusti träffades styrelsen på planeringsdagar i ett fritidshus i Östhammar.

Ekonomi

Föreningens ekonomiska årsredovisning anges på ett separat dokument.

Slutord

Under det här året förlorade föreningen en viktig medlem. Pirjo Palm avled under våren. Hon har varit föreningens ordförande under flera år. Detta påverkade givetvis oss alla i föreningen, och hennes sjukdom var också anledning till att bland annat akvarellgruppen lades ner. Men vår förening har fått nya medlemmar som engagerar sig i styrelsearbetet, så vi hoppas nu på att det kommer att bli ett bra föreningsår 2015.

Uppsala i mars 2015

Nathalie Colombo

Claes Mattson

Margareta Lundell

Anette Nyberg Grau

Ywonne Colombo

Lena Enlund

Vivian Wollmo

Vad har hänt sen sist?

Vi har träffats på många olika cirklar under våren.

TSS-cirklarna är populära. Tillsammans med Vuxendövas förening i Uppsala län har vi haft cirklar för olika kunskapsbakgrunder bland våra medlemmar.

Hörcentralens TSS-kafé har uppskattats mycket av våra föreningsmedlemmar. Där träffas vi med olika TSS-erfarenheter. Vi dricker kaffe tillsammans och vi kan fråga och få svar på de tecken vi funderat över innan i våra olika grupper.

Till **Vattengymnastiken** uppe i Kungsgärdet har vi fått flera nya deltagare i vår. Vi har träffats varje måndagskväll sedan mitten av januari. Efter varje gympapass kopplar vi av i den varma bubblepoolen. Vattengymnastiken är ett bra tillfälle för oss att använda våra kunskaper i TSS.



Vår **Läsecirkel** har träffats som vanligt under våren. Vi dricker kaffe och samtalar. Vi hörselskådade uppskattar mycket att det finns slinga med flera mikrofoner i Sal 2 på HSO, så vi försöker alltid att träffas i det rummet. Cirkeln riktar sig till daglediga, och vi har valt tisdagar klockan 15 för våra träffar.

Under våren har vi läst Kristina Sandbergs trilogi. Många av oss har upplevt den tidperiod som böckerna behandlar, så vi har haft mycket att samtala kring.

...och vi har träffats på olika arrangemang...

Den **4 mars** hade vi en trevlig chokladprovning hos Anneli K som uppskattades av deltagarna.

Vi var 8 st som fick uppleva kakaons värld.

Den **19 mars** hade vi ett välbesökt årsmöte. Vi hade bjudit in Jacke Sjödin, som talade om Lycka. Det blev många glada skratt.

Vi i HRF-föreningen deltog indirekt i **Akademiska Sjukhusets Kulturdygn den 15 april**.

Teatergruppen Hipp Happ hade en föreställning där Vivian Wollmo är en av skådespelarna.

Marie Nordström ställde ut sina planscher om "örat" och professor Helge Rask-Andersen berättade om bilderna.

Den **25 april** upprepade vi förra årets succé med en föreningsdag genom att bjuda på en kväll med bowling och mat.

Den **5 maj** ordnade Marie Nordström en mycket uppskattad konstvandring ute vid Ultuna.

Konsthandläggare E Teresa De Mendonça Saonts visade oss runt ca 1 tim bland utomhusskulpturer på SLU.



Rapport från Almedalen

Rapport från Almedalen 2015, ur ett HRF-perspektiv

I egenskap av ledamot i förbundsstyrelsen hade jag även denna sommar möjlighet att åka till Gotland och delta i Almedalsveckan, där jag valde att lyssna på seminarier om äldre/ sjukvård/ omsorg och utbildning (skola/lärmiljö) i första hand.

Utbildning, skola, lärmiljö

Ett seminarium som berörde skolmiljön handlade om konsekvensen av utanförskap, både mänskliga och ekonomiska. Vi vet ju att många hörselskadade elever riskerar att drabbas av detta om de inte får det stöd de behöver. Resultatet av en utredning/analysmodell som Uppsala Universitet utfört på uppdrag av Skandia visade att en satsad krona ger minst fem kronor tillbaks inom 15 år. Genom att hitta barn med utagerande beteende tidigt ökar förutsättningarna för att de ska klara grundskolan och fortsätta på gymnasiet. Kompetensen bland lärare behöver höjas för att upptäcka dessa elever så att resurser kan sättas in. Ett problem är få kommuner med stora underskott att ändå satsa på detta. Informationen till rektorer är avgörande för att åstadkomma en bra skola vilket i längden leder till att utanförskap inte behöver uppstå. Det är precis vad vi i HRF Uppsala försökt åstadkomma genom att bjuda in samtliga rektorer och utbildningsnämndens ledamöter till en information om ljudmiljön i skolan. Ingen (!) av rektorerna hörsammade inbjudan (mer om det på annan plats i tidningen). På webbplatsen

www.utanforskapetspris.se kan man välja kommunen eller landsting och se vilka kostnader det blir om inga åtgärder sätts in. Veckans bästa föreläsning handlade om hur skolans dåliga ljudmiljö försämrar studieresultat. Här var det verkligen proffs som presenterade olika delar: den optimala ljudmiljön för inlärnin (ett uteklassrum i skogen!), upplevelsen av ljudmiljön i förskolan, lärarnas påverkan (ljudtrötta - man pratar mindre med varandra - höjda röster som är svårare att uppfatta), sämre arbetsminne som särskilt drabbar elever som redan har det svårt, en genomgång av vilka krav man ska ställa på ett klassrum. Generellt sett är det stor okunskap inom varje område. Sammanfattningsvis föreslogs följande åtgärder: Logopeder till varje skola, inför ämnet "ljudmiljö" både på lärarutbildning och arkitektutbildning, inför krav på obligatorisk akustikkontroll (OAK). Det här var en komplett föreläsning som man skulle önska att alla utbildningsansvariga kunde ta del av.

Webbplatsen **www.ljudskolan.se** är en bra länk att hänvisa till vid behov. Där finns även ett dokument som beskriver vad man behöver tänka på vid planering av nya skolor.

Sjukvård/Omsorg/Äldre

Ett seminarium belyste problem och konsekvenser av att äldre patienter ofta vistas längre tid på akutmottagningen jämfört med genomsnittspatienten. Det försämrar sjukdomstillståndet och leder även till ett ökat antal besök inom sjukvården. Kan omhändertagandet ske snabbare och i lugnare miljö blir det också färre besök. Det här är absolut något vi behöver ta upp när vi i höst återupptar samtalen med Akademiska sjukhuset, och diskuterar hörmiljön och bemötande av hörselskadade. I Stockholm finns SVEA-projektet som identifierar problem och hittar lösningar för att hitta enhetliga arbetssätt. Det är kanske något som UAS bör titta närmare på!

I april lanserades en kvalitetsstandard för äldreomsorgen. Ett 50-tal representanter för myndigheter, organisationer och andra berörda har varit delaktig i framtagandet. Birgitta Tell har representerat HRF och har stor del i att standarden även belyser vikten av en fungerande kommunikation. Men panelen som diskuterade standarden var inte överens om hur den ska användas i praktiken. Det är nämligen inte tvingande att följa den här typen av standard. HRF har tillsatt en arbetsgrupp som ska ta fram en strategi för hur vi ska kunna använda standarden i vårt arbete med att förbättra hörmiljön för äldre. Undertecknad är samman kallande i arbetsgruppen, som ska vara klar med strategin i slutet av mars 2016.

Lena Thorén



Bild från HRF:s hemsida.

Ljudmiljön för äldre

Hörmiljön för äldre – arbete pågår

Efter vår rapport om hörmiljön på äldreboenden (2012), kommunens egen utredning (2013) och därefter beslut (februari 2014) att ”tydliggöra rutiner i hörselnedsättningsfrågor” och att ”utforma funktionen hörselombud”, har vi fått besked om att en inventering av hörselslingor pågår. Målsättningen är att fasta slingor ska finnas i allmänna utrymmen, och mobila slingor och samtalsförstärkare ska finnas för att möjliggöra enskilda samtal.

Inom HRF har vi diskuterat hur kompetensen hos hörselinstruktörer bör tas tillvara för att få verksamheten med hörselombud att fungera bra. Det har resulterat i ett samtal med en uppdragsstrateg, med särskilt ansvar för äldreboenden, för att diskutera ansvarsområden och kompetensutveckling. Vår information och förslag till åtgärd

uppskattades och vi inbjöds senare till fortsatta samtal då fler tjänstemän närvarade. Vid det tillfället diskuterades även vår egen möjlighet att informera i olika sammanhang, även vid t ex vårdutbildningar.

Vi har också tagit kontakt med UPS, Uppsala Pensionärsföreningars samarbetsråd, för att höra om de kan bidra till att lyfta frågan om hörmiljön på äldreboenden. Det skulle kunna ske via deras arbetsgrupper (SÄV) som har bildats för samråd med utförarna av äldreomsorg inom Uppsala kommun.

Under hösten kommer vi troligtvis att få mer tid att planera och genomföra olika former av informationssatsningar som kan leda till att problemen med hörmiljön för äldre uppmärksammas.

Lena Thorén

Ljudmiljön i skolan

Ljudmiljön i skolan – en långbänk till följd av okunskap?

Under årens lopp har vi från HRF:s sida vid upprepade tillfällen diskuterat skolans ljudmiljö med politiker och tjänstemän i Uppsala kommun. I november 2012 kontaktade jag en tjänsteman på utbildningskontoret angående Tiundaskolans planerade ombyggnad. Jag bad då att vi skulle få vara delaktiga i planeringen, för att bevaka att ljudmiljön beaktades och fick till svar att detaljplaneringen skulle fortsätta under 2013 och att man då ”naturligtvis är intresserade av era synpunkter under planeringen”. I januari 2014 skickade jag en påminnelse till kontoret, men fick då inte ens något svar.

När så valrörelsen satte igång under våren, och vi fick ett bra informationsmaterial från förbundskansliet, påbörjade vi en ny satsning. I samband med att HRF Uppsala anordnade en föreningsdag på Lilla Teatern bjöd vi därför även in politiker för att sprida materialet och föra samtal om ljudmiljön i skolan och tillgängligheten under valrörelsen.

Tanken var att senare under hösten, efter valet, göra en större informationssatsning. På grund av valresultatet valde vi att avvakta med den satsningen tills det var klart med tillsättningen av nya ledamöter. Inte förrän i mars kunde vi skicka ut en inbjudan till utbildningsnämndens ledamöter och till ett 30-tal grundskolerektorer.

De bjöds in till information om ljudmiljön i skolan (Smartare ljudmiljö – smartare skola) med efterföljande tid för frågor och diskussion, totalt 1,5 timme. Bara ett 10-tal personer anmälde sig, och när vi skulle börja hade bara en av dessa dykt upp. Några minuter senare kom ytterligare en person. Båda representerade utbildningsnämnden. Nathalie Colombo och jag genomförde ändå den planerade informationen och hade ett bra samtal med politikerna, varav den ena uttryckte behovet av ytterligare ett informationstillfälle, men då ombads vi istället att komma till ett möte med utbildningsnämnden. Det accepterade vi givetvis.

Så småningom kom också en inbjudan, men den avsåg då ett möte med enbart utbildningsnämndens ordförande, Caroline Andersson. När vi träffades, i slutet av juni, berättade hon att man nu var på gång med att formulera krav på framtida skolor och att hon därför var intresserad av att höra vad vi hade att säga avseende ljudmiljön. Vi delade med oss av lämpligt informationsmaterial och påpekade bl a att det är nödvändigt att det finns akustiker med i detta arbete, för att formulera kraven på en lämplig ljudmiljö. Nu gäller det att fortsätta påverka, påminna och i så många sammanhang som möjligt diskutera ämnet, så att vi blir många som påpekar behovet av en bra ljudmiljö.

Lena Thorén

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 spannar 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.

Badgruppen uppe på Kungsgärdet fortsätter att träffas varje helgfri måndagkväll mellan 18 - 19 med början den 14 september. Vi slutar terminen 7 december.

Badet är gratis för dig som är HRF-medlem. Men du måste **anmäla dig till gruppen**. Om du inte kan komma vid planerat tillfälle skall du **meddela ansvarig i gruppen att du fått förhinder**. Det är oerhört viktigt att minst två personer kommer till badet, eftersom ingen tillåts att bada ensam.

Anmäl dig via mail till Ywonne Colombo, som är huvudansvarig för avslappningsgymnastiken. Du får då besked om hur du tar dig in i lokalen. Ywonne kan också nås via telefon.



Fotocirkel

Claes Mattsson kommer att leda fotovandringar där vi lär oss av varandra. Förslag är att träffas en söndag i månaden då vi tar med oss våra digitalkameror, iphone mm och går runt och fotar lite, om vädret också tillåter.

Vi samlas första gången vid HSO:s lokaler Gruppen bestämmer sedan var den ska träffas nästa gång.

Första träffen blir **söndag 4 oktober, kl 13**

Vi intresse maila då till Claes,
cmua65@yahoo.se

Läsecirkeln

Läsecirkeln är öppen för alla daglediga. Vi träffas i HSO:s lokaler på tisdageftermiddagar **mellan 15 - 16.30**.

Vi dricker kaffe, pratar och diskuterar böcker. Slinga finns men inga skrivtolkar. Huvudansvarig för läsecirkeln är Anette Nyberg Grau.

Ingen föranmälan behövs
Första träffen blir
tisdagen den 29 september
Sedan ses vi igen 27 oktober
och den 24 november
och sist den 8 december

Vid första träffen fortsätter vi diskussionen om Kristina Sandbergs trilogi.

OBS Mail-adresser och telefonnummer till kansliet och till här angivna personer kan du finna på sidan 2 i den här tidningen.

Projekt "HRF 100års-bok"

Nu startar arbetet med att dokumentera föreningens historia. Det ska vi göra genom att prata med medlemmar, gräva i arkiven efter texter och bilder och därefter dokumentera det vi hittar på ett tilltalande sätt. Vi behöver därför personer med olika förmågor för att gå iland med arbetet. Det är ett projekt som kommer att ta ganska lång tid, men man är bara med så mycket som man orkar och har lust med. Lokal är bara bokad för första tillfället. Då kommer vi att besluta om plats och tid för kommande möten som ska ske ca en gång i månaden.

Tid: 28 september kl 15-18

Plats: Rum Lillan, HSO, Kungsgatan 64

Anmälan till: Lena Thorén, 070 517 28 89,
lena.g.thoren@gmail.com

...vad gör vi i höst...

Tisdag den 22 september så är det bowling!

Föreningen bjuder på en bowlingkväll!

Vi träffas på **Fyrishov, Idrottsgatan 2, kl 18.**

Föreningen har bokat 3 banor, 4 personer per bana, vilket betyder att det är plats för 12 personer, så anmäl er snarast!

Anmälan gör senast **18 september**, till:
nathalie.colombo@hrf-uppsala.se



Bild från Fyrishovs hemsida

Vi kommer att ha en konstvandring i höst igen.

Som vanligt kommer Marie Nordström leda vandringen. Den blir rullstolsvänlig och hörselanpassad. Mer info kommer i nyhetsbladet.

Tips! Onsdag 21 oktober kl 19 på Gottsundateatern.

Teater Hipp-Happ presenterar:

HÖR UPP! – en kabaré för hörande

I vår kabaré har vi samlat roliga, dråpliga, tråkiga och bisarra händelser från hörselskadades vardag. Mycket är självupplevt och allt har hänt någon någonstans.

Vänd er till teatern för info om biljetter.



Fotograf Joe Sundelin

Välkomna till Hörselskadades dag!

Lördagen **21 november** kommer vi att ha aktiviteter mellan kl 12-16.

Vi kommer att hålla till i **Missionskyrkan, S:t Olofsgatan 40.**

Programmet är inte spikat riktigt än, men håll utkik efter vårt nyhetsblad som kommer senare med mer information och boka in den 21 november redan nu! Sprid detta till era vänner som ännu inte hittat till HRF!

Hörselplantorna i Uppsala län



Patienter med hörselimplantat är beroende av teknik. Det är ju tack vare tekniken som vi fått så mycket bättre hörsel. Många av oss försöker ivrigt hänga med i teknikutvecklingen och lägga till finesser som gör oss ännu bättre på att höra. Men allt är inte bara teknik. Hörselträning är A och O. Men hur tränar man då bäst?

Kom och lyssna på teknikerna **Karin Lundin** och **Fredrik Stillesjö** samt hörselpedagogen **Ulrika Larsson** från Hörsel- och Balanskliniken på Akademiska sjukhuset. De vet svar på de flesta av våra frågor om implantat och hörsel.

Lägg in i almanackan:

Tid: onsdagen den 16 september kl 17.30
Lokal: Storan, Kungsgatan 62, 5 tr, Uppsala
Ingen anmälan behövs
Slinga och skrivtolk finns

Hörselplantorna är en intressegrupp för implantatopererade. Vi ordnar föreläsningar och möten för att informera om forskning och behandling.

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.

För att bli medlem i Hörselplantorna måste du själv anmäla dig. Informationen ges framför allt ut via e-mail. Några, som inte har egen dator, kan få informationen via post.

Vill du ha all aktuell information från Hörselplantorna anmäler dig direkt till intressegruppen, se adress i Luren på sidan 2.

Vårens 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.

Du som vill gå **en längre kurs i Wik** bör tala med **Hörcentralens fördjupade rehabilitering**. För att bli antagen till en längre kurs på Wik gäller att du eller en anhörig är gravt hörsel-skadad.

Det finns en lättbegriplig webbplats som kan användas som lexikon för att teckna ord på olika språk. Gå in på:

www.spreadthesign.com

skriv det ord du behöver ha hjälp med och klicka på den svenska flaggan!
Vips så har du svaret.



Hälsa och habilitering

Hörcentralens TSS-kafé hösten 2015

Under två eftermiddagar i höst kan du träffa andra TSS-intresserade över en kopp kaffe och lite tecken. Vi tecknar, umgås och har det trevligt. Ta gärna med en anhörig eller vän som vill prova på Tecken som stöd (TSS).

Tisdag 20 oktober kl 15.00–16.30
Tisdag 17 november kl 15.00–16.30

Kungsgårdets center,
S:t Johannesgatan 28 A, Uppsala
Påfågeln, blå uppgång, plan 3
(inne på Hörcentralen)

Fika till självkostnadspris.

Om du vill komma, anmäl dig
till Hörcentralen, tel 018-611 67 10
eller med e-post, hoercentralen@lul.se

Välkommen!

Tecken som stöd (TSS) används där tal inte är tillräckligt och utgör en förstärkning till de viktigaste talade orden. TSS är inte ett eget språk utan följer den svenska grammatiken och man lånar tecken från teckenspråket.

Landstinget i Uppsala län

Nathalies TSS-grupp



Gruppen träffas vanligtvis på
tisdagar på HSO sal 2
klockan 17.30 -18.30.

Gruppen passar den som har lite kunskaper i TSS eller sådana personer som vill repetera gamla kunskaper.

**Första träff den 15 september
och sedan den 29 september
och den 13 oktober
och den 20 oktober
och den 9 november
och den 24 november
och till sist den 8 december**

Gunillas TSS- grupp



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

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

**Första träff den 24 september
sedan den 8 oktober
och den 22 oktober
och den 5 november
och den 19 november
och till sist den 3 december**

Jojos TSS- grupp



Gruppen under ledning av Johan Jonson passar dem som har fått en gedigen utbildning i TSS.

TSS-träffarna blir på **torsdagkvä-lar mellan 16.00 till 19.00** på HSO Sal 2

**Första träff 17 september
och sedan den 1 oktober
och den 15 oktober
och den 29 oktober
och den 12 november
och den 26 november
och till sist den 10 december**

Extra Års- och Höstmöte 29 oktober 2015



Hörselskadades förening
i Uppsala



Kallelse till extra årsmöte och höstmöte tisdagen den 27 oktober

Hörselskadades Förening i Uppsala kallar härmed sina medlemmar till höstmöte. Det blir även ett extra årsmöte innan för att välja ombud till Kongressen 2016

Torsdag den 27 oktober kl 18.00
Plats Storan, Kungsgatan 62, 5 tr
Slinga och skrivtolkar kommer att finnas
Enkel förtäring

Ingen föranmälan behövs.

Vid mötet kommer verksamhetsplan och budgetförslag att handläggas. Dessa handlingar kommer att finnas på mötet samt på kansliet någon vecka före mötet.

Motioner ska lämnas in senast en vecka före mötet och ska skickas till styrelsen:

styrelsen@hrf-uppsala.se

Valberedningen tar emot förslag på ombud till Kongressen 2016.

Vänd dig till:

Marie Nordström,
flitigamarie@hotmail.com, tel 018 -14 41 92

Program efter mötet:

Vid tidningens tryck ännu ej spikat.
Se kommande nyhetsblad.



DAGORDNING EXTRA ÅRSMÖTE

1. Mötets öppnande
2. Kallelsens behörighet
3. Val av ombud till HRF:s kongress 2016
4. Mötets avslutande

DAGORDNING HÖSTMÖTE

1. Mötets öppnande
2. Kallelsens behörighet
3. Fastställande av dagordning
4. Val av ordförande och sekreterare för mötet
5. Val av justerare och rösträknare
6. Verksamhetsplan för 2016
7. Budgetförslag för 2016
8. Motioner
9. Övriga frågor
10. Avslutande av mötet

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.

Hur gör du ...för att bli medlem i vår förening...?

Svar:

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 kortteller brev med namn, adress och ev. telefonnummer till

HRF, Hörselskadades Riksförbund
Box 6605, 113 84 Stockholm

Inbetalningskort och en blankett kommer från Riksförbundets kansli via post.

Vuxendövas förening hösten 2015



VXD – nytt hösten 2015

Alla våra träffar är öppna för alla medlemmar i HRF
Alla våra cirklar och kulturarrangemang sker i samarbete med ABF



Vuxendövas förening
i Uppsala län



Fågelskådning den 10 september!

Följ med Sven Ankar och titta på fågelsträck i **Hjälstaviken** torsdagen den 10 september.

Vi samlas vid gamla Bellis i Stenhagens köpcentrum kl 17 för samäkning. Anmälan görs till Bernt Östman senast söndagen den 8 september.

Mobil och mail: Se nedan!

Tisdagen den 13 oktober kl 17 i Storan

Kommunikatör **Matilde Hardt** kommer att berätta om **Stadsmissionen**.

"Uppsala Stadsmission stödjer människor som befinner sig i utsatta livssituationer i Uppsala. Det kan röra sig om hemlöshet, missbruk, våldsutsatta kvinnor, psykisk ohälsa eller arbetslöshet. Vi erbjuder öppna mötesplatser, enskilt stöd, arbetsträning och socialt företagande samt verksamhet för kvinnor. Vi förnyar och utvecklar våra verksamheter utifrån rådande behov och tillgängliga resurser. Vi arbetar både långsiktigt och med akuta insatser. Vi vill att människor ska återfå kontrollen över sina liv, känna hopp och livsglädje, samt tillhörighet i samhället."

Tillsammans gör Uppsala mänskligare!

Swisha din gåva till pg 9002825

Skrivtolkning kommer att finnas.



Kallelse till höstmöte torsdagen den 15 oktober

PROGRAM FÖR DAGEN

Kl 12.30 Lunch Korfu
Kl 14.00 Årsmöte i HSO:s lokal Storan Kungsg. 62
Därefter TSS-träning för JoJos grupp

Anmälan till lunchen görs till Bernt Östman.
senast måndag den 12 oktober

Mobil: 070-6951896 Mail: bernt.ostman@telia.com

DAGORDNING

1. Mötets öppnande
2. Kallelsens behörighet
3. Fastställande av dagordning
4. Val av ordförande och sekreterare för mötet
5. Val av justerare och rösträknare
6. Verksamhetsplan för 2016
7. Budgetförslag 2016
8. Motioner
9. Övriga frågor
10. Avslutande av mötet

Motioner kan sändas till styrelsen senast 10 oktober

Översiktlig kalender hösten 2015

	SEPTEMBER		OKTOBER		NOVEMBER		DECEMBER
1		1	TSS-JJ	<u>1</u>		1	
2		2		2	BAD	2	
3		<u>3</u>		3		3	TSS-GR
4		<u>4</u>		4		4	
<u>5</u>		5	BAD	5	TSS-GR	<u>5</u>	
<u>6</u>		6		6		<u>6</u>	
7		7		<u>7</u>		7	BAD
8	ANMÄL FÄGELSKÅDN	8	TSS-GR	<u>8</u>		8	LÄSEC + TSS-NC
9		9		9	BAD	9	
10	VXD -FÄGELSKÅDN	<u>10</u>		10		10	TSS-JJ
11	TSS-GR	<u>11</u>		11		11	
<u>12</u>	KULTURNATT	12	BAD ANMÄL VXD	12	TSS-JJ	<u>12</u>	
<u>13</u>		13	VXD-SEM	13		<u>13</u>	
14	BAD	14		<u>14</u>		14	
15	TSS-NC	15	HÖSTM.VXD/ TSS-JJ	<u>15</u>		15	
16	HÖRSELPL - SEM	16		16	BAD	16	
17	TSS-JJ	<u>17</u>		17	TSS-CAFE	17	
18	ANMÄL FOTOCIRKEL ANMÄL BOWLING	<u>18</u>		18		18	
<u>19</u>		19	BAD	19	TSS-GR	<u>19</u>	
<u>20</u>	FOTOCIRKEL	20	TSS-CAFE	20		<u>20</u>	
21	BAD	21	GOTTSUNDA TEATER	<u>21</u>	HRF:S DAG	21	
22	BOWLING	22	TSS-GR	<u>22</u>		22	
23		23		23	BAD	23	
24	TSS-GR	<u>24</u>		24	LÄSEC+ TSS-NC	<u>24</u>	
25		<u>25</u>		25		<u>25</u>	
<u>26</u>		26	BAD	26	TSS-JJ	<u>26</u>	
<u>27</u>		27	LÄSEC +HÖSTMÖTE	27		<u>27</u>	
28	BAD	28		<u>28</u>		28	
29	LÄSEC + TSS-NC	29		<u>29</u>		29	
30		30	TSS-NC+JJ	30	BAD	30	
		<u>31</u>				<u>31</u>	

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