
Luren



Hörselskadades förening
i Uppsala

**Medlemstidning
2018:1
med
vårens program**

www.hrf.se/uppsala

Styrelsen för Hörselskadades förening i Uppsala

Lena Thorén, ordförande, 0705 17 28 89

Shahrokh Modiri, kassör, 0722 36 56 97

Claes Mattsson, studieorganisatör, 0727 14 46 09

Lena Enlund, vice ordförande, 073 515 44 22

Vivian Wollmo, 018-406 20 42

Anita Gustafsson, ersättare

E-post till styrelsen: uppsala@forening.hrf.se Vid behov skickas meddelanden vidare till aktuell styrelseledamot.

Kontaktpersoner, funktionärer

Badgruppen

Nathalie Colombo

Sms 0709 10 27 83, nethy766@gmail.com

Läsecirkel

Anette Nyberg Grau

018-14 67 14, anette.nyberggrau@gmail.com

IT och hörselteknik

Styrelsen i HRF Uppsala

Hemsidan, www.hrf.se/uppsala

Claes Mattsson

Luren

Ansvarig utgivare:

Lena Thorén

Redaktör

Claes Mattsson

Redaktionskommitte:

Styrelsen, Nathalie Colombo

Annonser:

Kontakta uppsala@forening.hrf.se

Priser från 750 kr (1/8 sida) till 6000 kr (helsida)

Postgiro HRF Uppsala 29 30 29-5

Nästa nummer av tidningen utkommer i början av september.

Manusstopp 31 juli.

HSO:s tryckeri - Upplaga 600 ex

Foto: Claes Mattsson (ej sid 3, 9, 12 och 14)

Hörselskadades distrikt i Uppsala län

Rose-Marie Westerholm, ordförande

Lena Thorén, vice ordförande

Ombud för Uppsala är Lena Enlund,

Vivian Wollmo

Hörselrådet

Nathalie Colombo, Lena Thorén,

Anita Wallin (VXD), Annette Thorell (Tierp)

Förbundets kansli

Hörselskadades Riksförbund (HRF)

08-457 55 00. www.hrf.se

HRF, Hörselskadades förening i Uppsala

Kungsgatan 64

753 18 UPPSALA



Hörselskadades förening
i Uppsala

Telefon:

070-373 06 12

Obs! Telefonen är normalt inte bemannad och om vi inte svarar ringer vi upp senare.

E-post:

uppsala@forening.hrf.se

Medlemsavgift per rullande år:

Enskild medlem 300kr

Rabatterat pris för ungdom och familjemedlemmar

Ansökan om medlemskap kan göras på olika sätt:

a) anmälan direkt via www.hrf.se/medlem

b) ringa förbundskansliet, tel 08-457 55 48, tisdagar kl. 9-11, 13-15, torsdagar kl 13-15

c) skicka in ett kort eller brev med namn, adress och ev telefonnummer till HRF, Hörselskadades Riksförbund, Box 6605, 113 84 Stockholm

Batteriförsäljning:

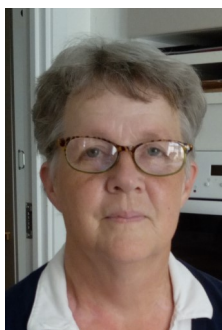
Vardagar kl. 9-13.00

Kungsgatan 64, receptionen

Guideutrustning:

Föreningens guideutrustning, som kan användas av max 10 personer samtidigt, kan lånas ut till medlemmar. Bokning kan göras via epost: anders.brickarp@internetport.nu eller via tfn 0705-82 90 70.

Ordföranden har ordet ...



Oj, så fort tiden kan gå! När det här skrivs har jag haft ordföranderollen i drygt åtta månader. Det har varit både omtumlande, roligt och arbetskrävande. Det fantastiska arvet, bussresorna, Hörselveckan, politikerutbildning och övergången från ABF till Vuxensko-

lan är bara några av de områden som engagerat oss och som vi skriver om i detta nummer. Mellan varven bedriver vi också intressepolitiska frågor, som i höst haft stort fokus på de äldre.

I vår väntar nya aktiviteter. Vi inleder med tre spännande föreläsningar, en ny variant på månadsmötet som vi hoppas ska tilltala er medlemmar. Vi kommer att hålla till i Vuxenskolans lokal, Drakensalen, som ligger lite mer centralt och är mer anpassad för föreläsningar.

Vid årsmötet i slutet av mars får vi besök av två trevliga poliser som ska berätta om vad de äldre ska tänka på för att öka tryggheten. Samma dag (och dagen efter) är vi aktiva på 60plusmässan som vi i år deltar i tillsammans med distriktet.

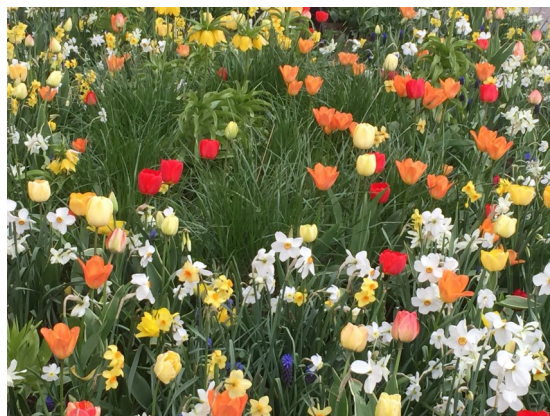
I april har vi som vanligt en Föreningsdag – som också är öppen för icke medlemmar! Där planerar vi en kombination av korta föredrag och bemannade stationer där besökarna får tillfälle att prata med både föredragshållare och andra intressanta personer/företagsrepresentanter. Och i maj avslutar vi med en grilldag på Ekolnsnäs, en föreningsgård som kan bli ett framtida utflyktsmål för många av er. Kom och träffa oss då, så kan vi lova en härlig dag och trevligt umgänge.

Tyvärr blir mitt engagemang i styrelsen kortvarigt. Jag visste redan när jag tackade ja till rollen som ordförande, att jag skulle flytta till Enköping så småningom, men om det skulle bli inom ett eller två år var oklart.

Och när ni nu läser detta har flyttlasset redan gått.

Orsaken till flytten är att jag vill få närmare till mitt barnbarn och till min syster. Släkten är som bekant viktig, och blir det i ännu högre grad när man förlorar några av de närmaste.

Däremot kommer jag att kunna fortsätta mitt HRF-engagemang i distriktet, så länge jag ingår i det intressepolitiska utskottet. Distriktet har bl a till uppgift att stödja de lokala föreningarna vid behov. Så oavsett vem som efterträder mig som ordförande så kommer ni säkert att "höra av mig" på något sätt.



Nyhetsbrev med e-post

Nyhetsbrevet skickas ut med e-post vid några tillfällen mellan Lurens utgivningar. Det innehåller påminnelser om aktiviteter och i förekommande fall även nya händelser.

För att få Nyhetsbrevet måste du meddela din e-postadress till uppsala@forening.hrf.se.

Du kommer då även få nyheter från Hörskadades Riksförbund via e-post.

Om du vill ha vårt Nyhetsbrev med vanlig post ber vi dig meddela det via brev, se adress på sidan 2.

Hörselvård i Uppsala län

Audionommottagningarna utför grundläggande hörselrehabilitering. Audionom ansvarar för individuella insatser som är tekniska, pedagogiska, rådgivande och stödjande. Dit kan man söka utan remiss. Hörselmätningen är gratis. Om du behöver en eller två hörapparater kostar det 300 kr. Du kan även få hjälp med andra hörhjälpmedel. Här kan du också få råd och vägledning för att din vardag och ditt arbetsliv ska fungera bättre.

Region Uppsalas audionommottagningar i Enköping, Tierp, Heby och Östhammar

Tel: 018-611 67 11, vardagar 8-11
E-post: audionom@regionuppsala.se
Webb: regionuppsala.se/audionom
Endast tidsbokade besök.

Adresser:

Enköping: Linbanegatan 8, entréplanet,
Heby: Vårdcentralen Heby Brogatan 16,
Tierp: Tierps Vårdcentrum Liljevägen 2,
Östhammar: Östhammars Vårdcentrum La-sarettsvägen 1,

Övriga audionommottagningar som är godkända av region Uppsala

Audika

Tel: 020-011 14 50
Dragarbrunnsgatan 15, Uppsala
Kålsängsgränd 10 C, Uppsala

Audika har även mottagningar i Sollentuna, Stockholm stad och Västerås, se mer information på www.regionuppsala.se/audionommottagningar

AudioNova

Tel till båda mottagningarna: 010-331 96 00
Svarbäcksgatan 41, Uppsala,
telefontider: må-to 8-16, fre 8-14.
Sandgatan 13 B, Enköping,
telefontider: må-fre 8.30 – 11, 13-15

Hörcentralens utvidgade hörselrehabilitering

Hörcentralen utför utvidgad hörselrehabilitering när behov finns av ytterligare insatser, av en eller flera kompetenser, och/eller som sträcker sig över en längre tid. Insatser sker på individ- eller gruppnivå. För att komma till Hörcentralen krävs en remiss. Den kan du få från din audionommottagning, husläkare, öron- näs och halsläkare, företagshälsovård eller från någon av hörsel- och balansklinikens enheter på Akademiska sjukhuset.

Adress (tillfällig): Eva Lagerwalls väg 1, Uppsala
Tel: 018-611 67 10, vardagar 8-11
E-post: hoercentralen@regionuppsala.se
www.regionuppsala.se/hc

HRF-föreningar i Uppsala län

Övriga lokala föreningar i vårt län:

Enköping

Lotta Tunhult tel 076-168 47 10
E-post: lottatunhult@gmail.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

Edison Shadabi sms 070 600 55 04
E-post: e_shadabi@yahoo.com

Vuxendövas förening i Uppsala län

Anita Wallin sms 070 245 97 62
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@gmail.com
eller horselplantorna@gmail.com

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.uppsala.se

Äldreombudsman för Uppsala
telefon: 018-727 12 39

Tolkcentralen tel 018-611 67 34
Mån-Tors 8-15, fredagar 8-14, lunchstängt 12-13
E-post: tolkcentralen@regionuppsala.se
Webb: www.regionuppsala.se/tolkcentralen

1177 ger råd om vård på webb och telefon

Tillgänglig kultur

Uppsala

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

Uppsala Stadsteater

Stora scenen och Lilla scenen är utrustade med ett trådlöst system för hörhjälpmedel. Mottagarna finns för utlåning i garderoben. Under lånet lämnar du ditt namn och telefonnummer i pant.

Stockholm

Stadsteatern i Stockholm

Hörhjälpmedel: I Kulturhuset Stadsteatern används två olika system, IR-sändare eller teleslinga. I lokalerna där vi använder IR-sändare kan du låna speciella mottagare och för dig som har hörapparat med T-spole finns halsslingor att låna. Hjälpmidlen finns att låna av publikvärdarna utanför salongerna.

Textade föreställningar: Kulturhuset Stadsteatern har ett textningssystem så att hörselskadade och döva kan ta del av föreställningarna. Du får med dig en egen trådlös display att hålla i handen. Skådespelarnas repliker är inprogrammerade och presenteras på displayen allteftersom. Displayen får du låna av publikvärdarna utanför salongen. Vid biljettföreställning behöver du inte ange att du önskar en display. Var dock observant på att just den föreställning du vill se textas.

www.kulturhusetstadsteatern.se

Dramaten

Hörhjälpmedel: Stora scenen, Lilla scenen, Målarsalen, Lejonkulan och Elverket är utrustade med IR-slingor som finns för utlåning via publikvärdarna. Stora scenen och Lilla scenen är även utrustade med teleslinga som ställs in till den egna hörapparaten.

Textade föreställningar: Vissa föreställningar och datum kan du ta del av textning i dialogen i mobiltelefon/surfplatta. Se teknisk information www.dramaten.se

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. Vanligtvis behöver man avsluta text-tv för att kunna byta tv-kanal.



TEXTADE FÖRESTÄLLNINGAR PÅ STOCKHOLMS STADSTEATER

Våra drömmars stad	25/1	19:00	
Vintermusik	27/1	18:00	Klarascenen
”	13/2	18:00	”
My Fair Lady	28/1	19:00	
”	10/2	19:00	
”	14/3	19:00	
”	28/3	19:00	
Åtta kvinnor	21/2	19:00	Klarascenen
”	25/3	18:00	”
Ronja rövardotter	(Nypremiär) 11/2	13:00	
”	4/3	13:00	
Besök av en gammal dam	27/3	19:00	Släpps 5/12
”	19/4	19:00	”
”	5/5	13:00	”



Vad händer i vår - 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.

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



Studieförbundet
Vuxenskolan

Vattengympa

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.

Vi träffas i bassängen på Kungsgärdets center, Villavägen 2 A, på måndagar mellan kl 18 och 19 för lättare träning, ledd av Nathalie Colombo. .

Själva träningspasset är ca 40 minuter, sedan sitter vi som vill och kan i bubbelpoolen som avslutning.

Vi börjar 29 januari och avslutar terminen 4 juni, med uppehåll vissa datum (se kalendern på sidan 20).

Porten till Kungsgärdet stängs 16.30, med ledaren släpper in deltagarna mellan kl 17.40 och 17.55. Det är alltså viktigt att man kommer i tid.

Anmälan görs till Nathalie Colombo, nethy766@gmail.com eller via sms, 0709 10 27 83.

Släktforskning

Studiecirkeln startar igen torsdag 18 januari. Fler är välkomna att vara med. Vi pratar släktforskning och kollar olika program i datorn.

Datum:

18 januari
1 februari
15 februari
1 mars
15 mars



Plats: Vuxenskolan, Kungsängsgatan 12.
Tid: 17:30-19:00.

Ledare: Claes Mattsson

Kontakt uppsala@forening.hrf.se

Hör av dig innan om du är ny. Det enda som kostar är licens till släktforskarprogrammet Arkiv Digital som kostar 225 kr, och då kan du även forska hemma.

Läsecirkeln

Är öppen för alla daglediga.

Plats: Rum Tvåan, HSO, Kungsgatan 64
Tid: 14.30-16.00.

Datum:

22 januari 19 mars 14 maj
19 februari 16 april

Vi dricker kaffe, pratar & diskuterar böcker. Slinga finns, men inga skrivtolkar.

Huvudansvarig för läsecirkeln är Anette Nyberg-Grau.

Boken vi läser till första träffen är Kari Rosvalls "Barnet från ingenstans". Boken, som är en biografi, finns att köpa i pocket. Men man behöver inte ha läst boken, vi har mycket att samtala om ändå. Ingen föranmälan behövs.

Spanska

Beräknas starta i slutet på januari.

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsängsgatan 12, Uppsala.

Antal gånger: 10.

Om du inte tidigare anmält intresse för kursen kan du göra det till: uppsala@forening.hrf.se

Kostnad: 750 kr med vår rabatt.

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

Vårens TSS-grupper och kurser...

Vi är många som gillar TSS

Vi har nytta av det vi lär oss och vi vet att vi behöver öva ständigt för att behålla kunskaperna. Vi vill därför gärna träffa varandra 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 hörselskadad.

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.



Om du vill teckna med ditt barn finns information och länkar till appar här:

www.babytecken.se

www.sagotecken.se

Fakta om TSS (Källa Hörsellinjen)

Tecken som stöd (TSS) lånar tecken från svenska teckenspråket. TSS används samtidigt som man pratar. Att teckna en del av orden i ett samtal underlättar avläsningen för hörselskadade som har svårt att höra vad som sägs.

Nathalies TSS-grupper



Gruppen träffas på
tisdagar

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsängsgatan 12, Uppsala OBS NY LOKAL

Grupp 1 (kl. 17-18) passar den som kan en del redan, nybörjare/medelnivå.

Grupp 2 (kl. 18-19) passar den som fått grundutbildning, medelnivå.

Datum:

Vi börjar 30 januari och avslutar 24 april.

OBS, uppehåll 6 mars, 3 april och 17 april.

Gunillas TSS-grupp



Gunilla Rickardsson leder den här gruppen som passar daglediga som fått en grundutbildning i TSS. TSS-träffarna blir **varannan torsdag**

Plats: Rum Tvåan, HSO, Kungsgatan 64
Tid: 14.00-16.00

Datum:

18 januari	15 mars
1 februari	12 april
15 februari	26 april
1 mars	24 maj

VXD's TSS-grupp



Gruppen passar dem som har fått en gedigen utbildning i TSS. TSS-träffarna blir **varannan torsdag**

Plats: Rum Tvåan, HSO, Kungsgatan 64
Tid: 15.00-18.00

Kursdeltagarna hjälps åt att leda övningarna.

Datum:

25 januari	8 mars	19 april
8 februari	22 mars	3 maj
22 februari	5 april	17 maj

OBS den 3 maj vid Hammarskog kl. 15.
Den 17 maj avslutning i Vänge (Christina Bergström, Vangsbyvägen 35, 740 20 Vänge)

Vad har hänt sen sist?

Hörselveckan

Lördag 14 oktober inledde vi vår Hörselvecka med att bjuda in till två föreläsningar om tinnitus, förutom information om hörseltekniska hjälpmedel och utställning. Föreningen hade också ett informationsbord och erbjöd hörseltester. Att det skulle komma så många intresserade var en stor överraskning för oss. Ett hundratal besökare tog vara på tillfället, och vi fick snabbt ordna fram fler sittplatser. Christopher Cederroth, berättade om aktuell forskning om tinnitus, och Lisa Nordin informerade tillsammans med Tomas Haak om vilka behandlingsalternativ man kan erbjuda på Akademiska sjukhuset. Många frågor ställdes efteråt, och det verkar som om besökarna var nöjda. Det enda vi var lite missnöjda med var att vi inte hann prata med så många som vi önskat. Hörseltesterna var populära, och vår ledamot Anita stod på plats utanför Vuxenskolan, på gågatan, och lockade in många besökare. Det här vill vi göra om, och under våren gör vi nya försök med föreläsningar. Se information om det på sidan 9.



Lördag 21 oktober, egentligen den riktiga Hörseldagen, gav vår egen HRF-guide, Marie Nordström, oss intresserade en upplevelserik tur i domkyrkan. Vi fick se en utställning som bestod av fem av Bill Violas videokonstverk. Det var konstverk som väckte mycket känslor, och var genom de långsamma scenerna nästan meditativa. Varje konstverk bestod av videosekvens som var några minuter lång, med en händelse eller situation som mycket långsamt byggdes upp. Vackert och berörande - en utställning man nog kan se många gånger.

Ljudmiljön i skolan

Ljudmiljön i skolan var ämnet för vår andra satsning och den var planerad att genomföras den 19 oktober. Tyvärr blev vi tvungna att ställa in den

på grund av för få anmälningar. I normala fall krävs inte anmälan till föreläsningar/aktiviteter, men i det här fallet kunde det finnas risk för att alla inte skulle få plats – trodde vi. Inbjudan hade nämligen skickats till utbildningsnämnden, skolfastigheter, skyddsombud och samtliga rektorer på grund- och gymnasieskolan med uppmaning att sprida den till lärare. Nu blev det precis tvärtom! Skolvärlden ratade en möjlighet till kostnadsfri utbildning inom ett ämne som alla borde vara intresserad av. Förutom landshövdingen, som skulle inledningstala, hade vi lyckats få två mycket bra föreläsare som skulle prata om akustik respektive arbetsmiljö.

Sju personer, varav fyra specialpedagoger, uppskattade programmet, och blev riktigt besvikna när vi meddelade att vi ställt in evenemanget. Men vi får givetvis inte ge upp. Det finns nu planer på ett samarbete med andra föreningar, och en idé om att istället kalla till ett slags dialogmöte med vissa utvalda personer. Men, liksom när det gäller andra aktiviteter räcker vi inte riktigt till. Det skulle vara bra om vi kunde få hjälp av ett par personer till för att gå iland med detta!

Vill Du vara med i en arbetsgrupp som tar sig an området Ljudmiljön i skolan?

Meddela i så fall ditt intresse via e-post till uppsala@forening.hrf.se

Medlemsmötet 23 november

Medlemsmötet samlade 20 personer som tog del av och lämnade synpunkter på verksamhetsplan och budget för 2018. Innan mötet skulle terapeut Britt-Marie Pettersson från företaget Trappa ner ha berättat om aktiv avspänning och medveten andning, men hon blev tyvärr sjuk. Istället berättade Vivian Wollmo lite om teatergruppen Hipp Happ, som både hon och Claes Mattsson ingår i. Därefter informerade Anders Brickarp, hörseltekniskt ansvarig i föreningen, om sitt ansvarsområde. Det är tydligen ett intressant ämne för planerade tio minuter blev till trettio innan vi fick sätta punkt för frågor för att hinna med det ordinarie mötet.

Förutom en redovisning av verksamhetsplan och budget fick åhörarna också en kort information om de verksamheter som genomförts under hösten.

...vad gör vi mer i vår....

Månadsmöten våren 2018

Under hösten har vi genomfört fyra månadsmöten. Syftet var att ge er medlemmar möjlighet att träffa varandra och att vi skulle få träffa er. Men det var väldigt få medlemmar som kom, så efter diskussioner i styrelsen har vi beslutat ändra mötesmodellen lite. Efter Hörseldagens tinnitusföreläsningar blev vi både inspirerade och insåg att behovet av riktiga föreläsningar nog är ganska stort. Därför lägger vi nu in en föreläsning vid varje möte och byter även plats för mötet för att få en bättre lokal för det syftet. Efter föreläsningen bjuder vi på något tilltugg i foajén, och då kan man passa på att småprata både med varandra och kanske också med föreläsaren en stund innan vi går hem. Det här gör vi nu till att börja med vid tre tillfällen, under januari – mars. I april och maj har vi andra aktiviteter där ni får möjlighet att träffas.

Tid: Föreläsning kl 17.30 – ca 18.30, därefter fika i foajén fram till kl 19.

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Drakensalen, Kungsängsgatan 12, Uppsala

15 januari

Terapeut Britt-Marie Pettersson från företaget Trappa ner berättar om aktiv avspänning och medveten andning, och visar lite enklare övningar.

12 februari

Elsa Erixon från Hörsel- och balanskliniken på Akademiska sjukhuset berättar om Menieres sjukdom.

Karusellyrsel, hörselnedsättning och tinnitus är typiska symptom på Menières sjukdom, en sjukdom i innerörat. Periodvis kan den vara svår att leva med, men de flesta hittar olika sätt att lindra besvären och blir så småningom yrselfria.

12 mars

Information från Hörcentralen. Föreläsare och område är inte fastställt.

Kompletterande information om föreläsningen kommer i nästa Nyhetsbrev.

Den som saknar e-postadress kan anmäla att

Nyhetsbrevet ska skickas via vanlig post istället.

Se information på sid 3.

60plusmässan 21-22 mars

Mässan är på IFU Arena i Gränby (nära ishallen).
Ta buss nr 3 och kliv av vid hållplats Lagerlöfsgatan.

Det är öppet mellan kl 10-16 båda dagarna. Entréavgift: 60 kr.

I år delar vi på montern med distriktet. Där kommer vi bland annat att erbjuda hörseltester – så ta med någon vän eller anhörig som du tycker börjar höra dåligt!

Vi ses där!





Hörselskadades förening
i Uppsala

Årsmöte 2018

Tid: Torsdag 22 mars, klockan 18.00

Plats: Drakensalen, Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsgatan 12,
Uppsala

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast två veckor innan mötet

Kl 18 "Hur man som äldre skyddar sig mot brott". Information av polisinspektörerna Ulrika Andersson och Sofia Rällskog.

Därefter bjuder vi på enklare förtäring.

Kl 19 Årsmötesförhandlingar

1. Mötets öppnande
2. Kallelsens behörighet
3. Fastställande av dagordning
4. Val av ordförande och sekreterare för mötet
5. Val av två justerare och rösträknare
6. Verksamhetsberättelse för 2017
7. Ekonomisk redovisning för 2017
8. Revisionsberättelse
9. Ansvarsfrihet för styrelsen
10. Styrelsens ärenden, se information i rutan till höger
11. Motioner
12. Beslut om antal ledamöter i styrelsen och mandattid
13. Beslut om antal revisorer och ersättare
14. Val styrelseledamöter
 - a) ordförande
 - b) kassör
 - c) övriga ledamöter
15. Val av revisorer och ersättare
16. Val av valberedning
17. Övriga frågor
18. Avslutande av mötet



10. Styrelsens ärenden:
Styrelsen kommer att lägga ett förslag till hantering av arvet från Johan Söderhjelm. Förslaget kommer att finnas tillgängligt tillsammans med övriga handlingar senast en vecka innan årsmötet

Valberedningens information

Styrelseledamöter

Lena Thorén, ordförande

Shahrokh Modiri, kassör

Claes Mattsson

Vivian Wollmo

Lena Enlund

Anita Gustafsson, ersättare

Står till förfogande för omval

Nej

1 år kvar

1 år kvar

Revisorer (mandattid 1 år)

Per Mattsson, sammankallande

Eivor Johansson

Kjell Everlid, ersättare

Nej

Valberedningen

Marie Nordström,

Eva Alsén Eklöf

Anette Nyberg Grau

Ej sammankallande

Nej

Förslagen sänds senast 7 mars till:

Marie Nordström, Östra Ågatan 11, 753 22

Uppsala

E-post: flitigamarie@hotmail.com

... vad gör vi mer i vår ...

Föreningsdagen 21 april

Tid: 10 -15.00

Plats: Studieförbundet Vuxenskolornas lokaler, Kungsängsgatan 12, Uppsala

Boka in den här dagen i din kalender, för det blir en dag med aktiviteter som kommer att passa de flesta. Det blir i första hand en dag där du som besökare kan gå runt till olika bemannade stationer och både titta på hörseltekniska produkter och få information av utställare. Dessutom kommer vi att be några av utställarna att hålla korta föredrag i Drakensalen, så de inte behöver berätta samma sak för alla besökare i sina respektive stationer.

Ett fullständigt program kommer att annonseras i UNT några dagar innan.

Grillfest 19 maj

Tid: 12-16.00

Plats: Ekolnsnäs föreningsgård, Lövängsvägen 49 (vid Vårdsätraviken)

Anmälan: senast 14 maj till 070-373 06 12 eller via epost till uppsala@forening.hrf.se



Nu är vi medlemmar i föreningsgården Ekolnsnäs. Det ska vi fira genom att ordna en grillfest på försommaren. Föreningen bjuder på förtäring och vi behöver därför veta hur många som kommer. Ange behov av specialkost vid anmälan.

Om Ekolnsnäs föreningsgård:

Ekolnsnäs ligger på en fantastiskt vacker plats vid Vårdsätraviken. Vi hoppas att ni medlemmar hittar dit även vid andra tillfällen och tar vara på den fina miljön. På sommaren är ett café öppet, och tar man bussen till Skarholmen kan man välja att promenera ca 2 km ut till Ekolnsnäs längs strandkanten på en träbrygga. Vill man inte gå så långt är buss nr 11 ett bättre alternativ. Kliv av vid hållplats Gullvivevägen och följ skyltningen (ca 400 m). En lokal som rymmer 50 personer kan hyras för konferens eller fest, av både privatpersoner och medlemmar. De senare får givetvis lite rabatterat pris. Läs mer på www.ekolnsnas.se.

Bussresor under våren och sommaren 2018

Planering av buss/teaterresor pågår, men vi har ännu inte hittat någon som passar i tid, plats och ekonomi. Vi vill därför att du gör en intresseanmälan, så meddelar vi direkt när vi har förslag på en resa.

Vi planerar också en längre resa under sommaren, då vi gör stopp med jämna mellanrum och besöker något intressant utflyktsmål. En förutsättning är att vi kan ordna guidning med hörslinga. Även här vill vi få in intresseanmälningar, och då vill vi också veta om du kan tänka dig en resa med övernattnig.

Anmäl intresse så snart som möjligt via e-post till uppsala@forening.hrf.se eller telefon (gärna sms) 070-373 06 12.

Så snart vi har besked om någon resa meddelar vi det via e-post till de som har en adress registrerad. Övriga kan få information via vanlig post eller telefon om ni meddelat det i er intresseanmälan.

Vad har hänt sen sist

Arvet efter Johan Söderhjelm

Som vi berättade i förra numret av Luren, har vi fått ett arv efter Johan Söderhjelm. Han hade testamenterat en fastighet, att delas mellan Synskadades förening och Hörselskadades förening. Vi fattade beslut om att sälja fastigheten, och vår andel efter försäljningen blev 2 081 575 kr. Det är en fantastisk summa som vi är oerhört glada över att få, men det ställer också stora krav på att vi hanterar pengarna korrekt. Både för vår egen skull, men också av respekt för givaren. Johan var en mycket speciell person, som lyckades övervinna stora svårigheter.

Vi tillsatte en arbetsgrupp för att ta fram förslag till hantering av arvet och senare har hela styrelsen varit med och diskuterat förslagen, som hittills resulterat i följande tankar:

Vi vill gärna satsa på mer synlighet för att göra både föreningen och HRF kända, vi vill ge stöd till hörselskadade t ex via en fond och stödja arbetslösa hörselskadade så att de får lättare att komma ut i arbetslivet. Eftersom Johan var intresserad av kultur och ordnade många teaterresor vill vi också göra detsamma, till hans minne. Att spara pengarna är också ett alternativ, och just nu väntar vi på ett förslag från förbunds-kansliet som undersöker möjligheten till samförvaltning, vilket kan ge en bra avkastning.

Under medlemsmötet i november föreslogs att vi ska invänta årsmötet innan beslut, för att då diskutera förslagen mer, vilket givetvis är ett rimligt krav med tanke på att det handlar om så mycket pengar. Det tar också tid att undersöka olika alternativ, men till årsmötet ska vi ha inhämtat så pass mycket information att vi kan lägga fram några övergripande förslag som medlemmarna kan ta ställning till.



Studiebesök på Gutasund

I en artikel i UNT kunde vi läsa om skolelever som hade högläsning för de boende på Gutasunds äldreboende, som drivs av Frösunda Om-sorg. En av de äldre påpekade att han tyvärr inte kunde uppfatta så mycket på grund av sin hörselnedsättning, och det gav naturligtvis genast en anledning för oss att ta kontakt med verksamhetschefen. Vi fick ett positivt svar och en inbjudan till besök som genomfördes av undertecknad och vice ordförande, Lena Enlund, strax före jul. Eftersom det här äldreboendet har fokus på personer med demens eller kognitiv svikt, fanns problemställningar som vi inte varit medvetna om tidigare. Hur gör man t ex för att få bekräftat att hörapparaten fungerar, är påslagen och inställd på T-läge, om det är osäkert ifall personen ifråga kan svara på frågan? Hur kan personalen hjälpa alla som har hörapparater samtidigt, vid t ex en konsert eller annan allmän aktivitet? Efteråt ska alla hörapparater ställas om också.

Vi informerade om kommunens syn-och hörselinstruktörer, som kan vara till stor hjälp för att ge tips om både hörapparathantering och om kompletterande hjälpmedel. Vi förmedlade också information om hörseltekniska företag som kan hjälpa till vid planering av hörslina i allmänna utrymmen.

Efter den givande informationen, från båda håll, fick vi se oss omkring i lokalerna. Hörmiljön i de allmänna utrymmena var mycket bra, eftersom man har fokus på att det ska vara en lugn miljö, även ljudmässigt. I ett mindre rum, där man bl a hade högläsningen, föreslog vi att man skulle kunna prova vår guideutrustning.

Borden i matsalen hade en mjuk yta, stolarna hade tassar/hjul, och eftersom varje avdelning hade bara 8-9 boenden var rummet litet och om-bonat. I ett vardagsrum med TV satt fyra personer och såg en film. Vi tipsade om att en stol-slinga kanske kunde fungera bra där.

Sammantaget var det ett mycket positivt besök. När hörslingan och eventuellt andra hörseltekniska hjälpmedel finns på plats är det här ett boende som skulle kunna visas upp för andra, som bra exempel.

Lena Thorén

Vad har hänt sen sist

Från ABF till Studieförbundet Vuxenskolan

Vi vill här ge er medlemmar en förklaring till varför vi har valt att lämna ABF och istället gå över till Studieförbundet Vuxenskolan.



Bakgrund

Hörselskadade har ett särskilt stort behov av tillgänglighet i de lokaler vi använder för kurser och vid föreläsningar. Sedan ABF flyttade från Vretgränd till S:t Persgatan har tillgången till lokaler där vi kan ha kursverksamhet minskat/upphört. Den lokal vi hänvisades till var inte alls lämplig för oss ur ljudmiljösynpunkt. Det var också problem med den mobila hörslingen.

För att kunna behålla och utveckla den medlemsverksamhet vi önskar och har behov av, behöver vi tillgång till fler och mer ändamålsenliga lokaler än vad ABF idag kan erbjuda. De lokaler som vi kan hyra av HSO på Kungsgatan 64 är det ofta stor konkurrens om, vilket innebär att vi inte alltid kan räkna med att få tillgång till de två rum med hörslinga som finns där.

Fördelar med Studieförbundet Vuxenskolan

Vi har goda erfarenheter av att arrangera föreläsningar i Studieförbundet Vuxenskolas (SV) lokaler, och vid ett möte med verksamhetsansvariga fick vi kompletterande information om deras verksamhet och även en visning av lokalerna. Förutom den stora föreläsningssalen, som har en ny hörslinga, finns flera mindre rum av olika storlek. Till dem planerade man då, och har nu genomfört, ett inköp av en mobil hörslinga.

De har även tillgång till surfplattor som används vid släktforskningskurser, en cirkel som vi då planerade att starta. SV har dessutom påbörjat en satsning på kurser i digital form, något som vi tror passar våra medlemmar bra. Teknisk personal finns att tillgå på arbetstid, och om föreläsningar ordnas på kvällar och helger finns alltid en support att kontakta vid behov. Sammantaget såg vi bara fördelar av att inleda ett samarbete med SV.

Beslut och verksamhet

Styrelsen beslutade därför att avsluta samarbetet med ABF och avtal med SV tecknades i mitten av september.

Vi har nu cirklar med egna ledare i TSS och släktforskning, och kommer att starta kursen i spanska i januari. Utöver det planeras också att hålla flera föreläsningar i den stora föreläsningssalen. Då kan vi också använda foajén utanför till en stunds samvaro med medlemmarna efter föreläsningarna. Både Föreningsdagen och Hörseldagen senare i år kommer att hållas i SVs lokaler.

Vi är hittills mycket nöjda med samarbetet med SV, och tror att det kommer att medföra en ökad kontakt med våra medlemmar, och en större möjlighet att nå många fler hörselskadade, som vi kanske kan rekrytera som medlemmar.



Intressepolitik

HSO-Öppet hus med hörseltest

I september anordnade HSO (Handikappföreningarnas Samarbetsorgan) ett Öppet hus, som både politiker och andra intresserade var inbjudna till. Föreningarna hade möjlighet att visa upp sina verksamheter på olika sätt och självklart ville vi ta vara på det. Vi passade därför på att erbjuda besökarna att göra hörseltest, och samtidigt berätta om varför det är viktigt att kontrollera hörseln. Det blev en lyckad eftermiddag, med många besök och intressanta samtal med både politiker och personer från andra föreningar.

HSO- Politikerutbildning

I enlighet med det funktionshinderpolitiska programmet som Uppsala kommun arbetat fram tillsammans med HSO ska politikerna erbjudas utbildning i funktionshinderkunskap. I november inledde man med ett pilotprojekt med fyra utbildningstillfällen. Vid varje tillfälle fick ledamöterna i en nämnd först en allmän information och därefter delades de in i grupper för att få prova på hur det kan kännas i verkligheten. Teststationer var uppsatta för olika typer av funktionsnedsättningar: rörelse (rullstolar), syn, astma/allergi och hörsel.

Vi från HRF demonstrerade Ljudmiljösimulatorn (se www.horsellinjen.se). Där lyssnar man på olika ljudsekvenser, hur en bra respektive dålig ljudmiljö i skolan kan upplevas när man har en hörselnedsättning, både med och utan hörapparat. Många av de som lyssnade verkade få en aha-upplevelse när vi växlade över till sekvensen med "bra ljudmiljö". Vi förklarade att den miljön är bra för alla elever och att det lönar sig ekonomiskt att bygga rätt från början. Tyvärr var tids-schemat mycket pressat men vi lämnade över ett informationsmaterial innan de gick. Trots tidsbristen så kände vi att vi ändå bidragit lite till att de blivit mer upplysta.

Utbildningen ska fortsätta under 2018 med de övriga nämnderna, och vi hoppas att upplägget kanske kan förändras en del, så att vi får mer tid för information då. Framför allt ser vi fram emot att få träffa ledamöterna i utbildningsnämnden!! *Vid den här typen av aktivitet skulle det vara bra att ha ytterligare ett par personer som kan hjälpa till. Det skulle ju vara väldigt synd om vi inte kan bemanna vårt bord vid något tillfälle. Om du är intresserad får du gärna höra av dig till oss (se kontaktuppgifter på s2).*

Hörselombud på vårdboenden – vad hände med Äldrenämndens beslut 2014?

Redan 2014 beslutade den dåvarande Äldrenämnden att "utforma funktionen hörselombud", men fortfarande finns de inte på plats. Vi har ställt frågan till olika personer vid några tillfällen under årens lopp, men vi har inte fått något riktigt svar. Nu har vi återigen skickat över en fråga, den här gången adresserad till äldreförvaltningen. I svaret meddelar man att "Det har genomförts ett par utredningar tidigare, men av personer som inte längre är anställda. Vi planerar återkomma med ett konkret svar under januari". Håll nu alla tummar ni kan för att vi ska få ett bra besked denna gång. Om inte, så finns det ett förslag till projekt som vi kan lämna över. Det kan leda fram till att man fastställer vilken effekt det kan bli av att det finns ett hörselombud, och därmed också behovet.

Uppsala – långbänkarnas stad

I oktober fick vi två brev från kommunen som avsåg enkelt avhjälpna hinder och som anmälades av oss 2006 – för 11 år sedan!

Det ena ärendet var en anmälan om att teleslinga saknades i en sal i Gustavianum. Nu har plan- och byggnadsnämnden konstaterat att det finns en teleslinga (vilket det gjort några år).

Det andra ärendet var en anmälan om att hörselhjälpmedel saknades för Soppteatern respektive inte fungerade för Lilla scenen. Plan- och byggnadsnämnden har nu inhämtat intyg på att hörslinga finns och fungerar på Lilla scenen. Soppteatern finns inte längre kvar.

Om man ska tänka positivt så kan vi ju konstatera att det ändå rör på sig, sakta men säkert.

Lena Thorén



Intressepolitik

Vår protest mot beslutet om Äldreombudsmannen gav effekt!

Den 20 november skickade HRF Uppsala, Hörselplantorna och Vuxendövas förening i Uppsala län en gemensam protest mot beslutet att ta bort funktionen Äldreombudsman i Uppsala kommun, ett beslut som äldre nämnden hade fattat i oktober. Äldre nämnden ville ersätta Äldreombudsmannen med ett ombud som enbart skulle vara kopplat till projektet Äldrevänlig stad, ett tidsbegränsat projekt, vilket vi ansåg var en dålig lösning. Några dagar senare fick vi via media beskedet att ”den styrande majoriteten backar”. Man hade tagit till sig synpunkter från oppositionen och föreningar. De formuleringar som Erik Pelling, ansvarigt kommunalråd, använde i intervjun är ganska exakt de vi angav i skrivelsen, dvs att ”det behövs en person att vända sig till med synpunkter, en person som kan hjälpa till att lotsa i den kommunala apparaten och en person som kan föra de äldres talan”. Förutom dessa argument påtalade vi givetvis också hörselskadades problem att använda telefonen, något som de flesta politiker och tjänstemän har svårt att förstå eller komma ihåg.

En avkortad text skickades också till UNT som insändare, vilken publicerades 26 november. Vi är många som protesterat både via insändare och på annat sätt och tillsammans blev det en bra effekt. I december fattade kommunstyrelsen det definitiva beslutet att låta Äldreombudsmannen vara kvar. Det är bra både för de äldre och för HRF, när vi ska fortsätta bearbeta kommunen i fråga om hörselombud och Äldrevänlig stad.

Äldrevänlig stad – hur vi går vidare

I november fick vi ta del av den första rapporten om projektet Äldrevänlig stad. Där sammanfattades resultatet av de dialoger man haft med personer 60 år och äldre under 2016-2017. Dialogerna skedde i form av intervjuer på gator och torg (ca 800 personer), telefonintervjuer (ca 100 personer) och rundabordskonferenser (ca 900 personer).

Som vi berättade i förra numret av Luren kontaktade vi ansvariga för projektet redan innan man startade med dialogerna, för att påtala vikten av en bra tillgänglighet med avseende på ljudmiljön, så att även hörselskadade skulle kunna vara del-

aktig och föra fram sina åsikter. Men tyvärr förstod man inte problemet, trots att vi lämnade information för att förtydliga våra behov inom följande fokusområden:

Samhälls- och hälsovårdstjänster

Boende

Social delaktighet

Medborgarinflytande

Kommunikation och information

Vår reaktion på rapporten, och framförallt skrivelserna om ”delaktigheten” utmynnade i en insändare som publicerades i UNT den 12 december. En vecka senare fick vi svar från Roger Jo Linder, där vi utlovades ett möte under våren. Men för att inte riskera att hamna i bakvattnet ännu en gång skickades därför ett önskemål till Linder om ett möte så snart som möjligt. Det har besvarats positivt och mötet kommer att genomföras i början av januari. Roger Jo Linder kom med i projektet den 15 mars 2017, och var alltså inte delaktig i planeringen av rundabordskonferenserna. Han har lång erfarenhet av funktionshinderfrågor och vi tror därför att vi nu kan få gehör för våra behov jämfört med vid tidigare kontakter. Fortsättning följer



Intressegrupp

Hörselplantorna i Uppsala län



Hörselplantorna är en nätverksbaserad intressegrupp för implantatopererade. Den bildades 2010. Hörselplantorna har sin bas i HRFs distrikt i Uppsala län. Verksamheten bedrivs via en nyhetstidning på nätet samt intressanta informationsträffar om aktuella frågor kring teknik och hörsel. Medlem i Hörselplantorna blir man genom att skicka in sitt namn och mailadress till horselplantorna@gmail.com. Då får man också tidningen samt kallelse till träffarna. Den som saknar dator kan få tidningen per post.

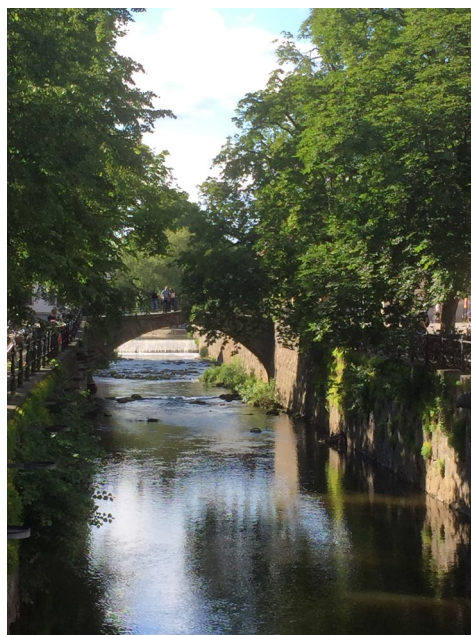
Sedan 2016 har CI-grupperna i landet inlett ett samarbete. I den nationella gruppen ingår Hörselplantorna i Uppsala, CI-föreningen i Stockholm, Vuxendövföreningen i Uppsala län, Västplantorna i Västra Götaland och CI-gruppen i Skåne. Kontakter har även inletts med grupper på andra håll.

Skäl till samarbetet är att vi tillsammans kan påverka samhälle, politiker och förbundet i våra frågor. I små lokala grupper når vi inte fram. Vi är också oftast för små för att driva egna föreningar. Aktuella frågor nu är rätten till dubbla implantat även för vuxna, regelbunden uppgradering av processorn vart femte år samt framtagning av nya nationella riktlinjer för CI.

Eva Alsén Eklöf, ledare för Hörselplantorna



Några Uppsalabilder tagna av redaktören...



Vuxendövas förening våren 2018



VXD – nytt våren 2018

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

Årsmöte torsdagen den 22 februari

Program för dagen:

Kl 12.00 Lunch på Korfu Uppsala

Kl 14.00 Årsmöte HSO:s lokal Storan Kungsgatan 62

Kl 15.00 Gun-Britt Olsson, kurator vid Hörsel- och Balansmottagningen, Akademiska sjukhuset berättar om "Nya rutiner angående försäkring och allmänt om CP"

Anmälan till lunchen sker senast den 20 februari till

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

Föredragningslista årsmötet

1. Mötets öppnande
2. Kallelsens behörighet
3. Fastställande av dagordningen
4. Val av ordförande och sekreterare för mötet
5. Val av justerare och rösträknare
6. Verksamhetsberättelse för 2017
7. Ekonomisk redovisning för 2017
8. Revisionsberättelse
9. Ansvarsfrihet för styrelsen
10. Motioner
11. Beslut om antal ledamöter i styrelsen och mandattid
12. Beslut om antal revisorer på 1 år
13. Val av styrelseledamöter
 - A. Ordförande
 - B. Kassör
 - C. Övriga ledamöter
14. Val av revisorer
15. Val av valberedning
16. Val till distriktsstyrelsen
17. Val av deltagare i distriktets möten
18. Övriga frågor
19. Avslutande av mötet

Från Valberedningen:

Du som har förslag på lämpliga styrelsemedlemmar

-hör av Dig till valberedningen Elsie

Johansson Mobil: 0706-08159 eller

Mail: elsie.olv@telia.com

Utflykt till Hammarskog med Johan Jonson

torsdagen den 3 maj kl 15.00 Vi samåker i bil. Anmälan till Bernt Östman Mobil: 070- 6951896 eller Mail: bernt.ostman@telia.com senast den 1 maj. Mobilnr: 073-8157636

Vid anmälan meddela om Du behöver skjuts eller har platser lediga i bilen.

Samåkning från busshållplatsen Gottsunda Centrum start kl 14.30

Medtag matsäck och sätt på oömma kläder! Kläder efter väder!

OBS. Ordinarie TSS träff utgår och ersätts av Naturutflykt i handikappanpassad miljö med TSS!

Vuxendövas förening i Uppsala län



TSS-kurs på Wiks folkhögskola

21 -22 april 2018

Dags att åter träffas på Wik i vår - en tradition bland vuxendöva i Stockholms- Uppland- Örebro regionen! Kursen sker i samverkan med Wik folkhögskola och vi ska som vanligt bättra på våra TSS-kunskaper och satsar på trevlig samvaro – till ett gynnsamt pris! Även nybörjare är välkomna.

Arrangörer är fyra föreningar: VIS-Stockholm, VIS-Uppland, VIS-Örebro och HRF:s Vuxendövas förening i C-län.

Se preliminärt program nedan! Förutom undervisning i TSS, lite utevistelse med tipspromenad, om vädret tillåter. Vi ordnar också en sammankomst på lördagskvällen med 2-rätters middag. Vin/öl kan köpas från skolans servering.

Priset för de här två dagarna, inklusive mat och logi, beräknas bli 550 kr i dubbelrum (enkelrum kostar 765 kr). Barn 7-12 år 275 kr. 0-6 år gratis i föräldrars säng eller medtagen bädd. Detta pris förutsätter att spsm-bidrag beviljas, vilket skett vid tidigare kurser. Wik har meddelat en höjning på 50 kr från 20180101.

Är du intresserad, anmäl då till nedanstående, senast den 15 mars 2018. Anmälan med fullständigt namn samt numera även adress och personnummer (detta måste in i förväg för att SPSM ska kunna utgå!) Tala om ifall du vill ha dubbelrum eller enkelrum, specialkost etc. och om du vill gå en lätt nivå/nybörjare. Därefter sänder vi bekräftelse och uppgifter om inbetalning för deltagaravgiften. OBS! Anmälan är bindande efter den 15 mars. "Först till kvarn..." gäller, men om det inte finns plats meddelas man och behöver förstås inte betala något. Vid önskan placeras man då på reservlista. 25 platser finns. Vid avbokning efter den 15 mars krävs läkarintyg om man vill få tillbaka deltagaravgiften om inte någon annan "reserv" kan ta över platsen.

VARMT VÄLKOMNA!

önskar vi, som tar emot anmälningar:

Christina Bergström, Vangsbyvägen 35, 74020 Vänge, mobil: 070-4381178
e-post: christinabergstrom35@gmail.com Christina! Pengarna skall sändas till VIS
Stockholms län pg 333256-6

Preliminärt program

Lördag den 21 april

10:00 Ankomst, kaffe & smörgås
10:30 Inledning, gruppindelning
12:00 Lunch
13:00 TSS-övningar
14:30 Fika
15:30 TSS-övningar
18:00 Gemensam middag

Söndag den 22 april

7.45 Frukost
8.30 TSS-övningar
10.00 Fika
10.30 TSS-övningar
12.00 Lunch
13.00 TSS-övningar
15.00 Fika och hemfärd

Returering ex återsändes till
 HRF, Kungsgatan 64
 753 18 Uppsala

B

SVERIGE
 PORTO BETALT
 PORT PAYÉ

Översiktlig kalender våren 2018

	JANUARI		FEBRUARI		MARS		APRIL		MAJ		JUNI
1		1	TSS GR Släktforskning	1	TSS GR Släktforskning	1		1		1	
2		2		2		2		2		2	
3		3		3		3		3	TSS VXD	3	
4		4		4		4		4		4	Bad
5		5	Bad	5		5	TSS VXD	5		5	
6		6	TSS NC	6		6		6		6	
7		7		7		7		7	Bad	7	
8		8	TSS VXD	8	TSS VXD	8		8		8	
9		9		9		9	Bad	9		9	
10		10		10		10	TSS NC	10		10	
11		11		11		11		11		11	
12		12	Bad Månadsföreläs.	12	Bad Månadsföreläs.	12	TSS GR	12		12	
13		13	TSS NC	13	TSS NC	13		13		13	
14		14		14		14		14	Läsecirkel Bad	14	
15	Månadsföreläs.	15	TSS GR Släktforskning	15	TSS GR Släktforskning	15		15		15	
16		16		16		16	Läsecirkel	16		16	
17		17		17		17		17	TSS VXD	17	
18	TSS GR Släktforskning	18		18		18		18		18	
19		19	Läsecirkel Bad	19	Läsecirkel Bad	19	TSS VXD	19	Grilldag, Ekolnsås	19	
20		20	TSS NC	20	TSS NC	20		20		20	
21		21		21	60plusmässan	21	Föreningsdagen TSS på Wik	21	Bad	21	
22	Läsecirkel	22	Årsmöte VXD TSS VXD	22	60plusmässan Årsmöte Ua TSS VXD	22	TSS på Wik	22		22	
23		23		23		23	Bad	23		23	
24		24		24		24	TSS NC	24	TSS GR	24	
25	TSS VXD	25		25		25		25		25	
26		26	Bad	26	Bad	26	TSS GR	26		26	
27		27	TSS NC	27	TSS NC	27		27		27	
28		28		28		28		28		28	
29	Bad			29		29		29		29	
30	TSS NC			30		30		30		30	
31				31				31			