

Östergyllen

Medlemsblad för
Hörselskadades distrikt i Östergötland

Årg 39 Nr 1 januari 2015

Finspång
Kinda
Linköping
Mjölby
Motala
-Vadstena
Norrköping
-Söderköping
-Valdernarsvik
Åtvidaberg

HRF Östergötland blickar ut

◆ Hörselskadad i arbetslivet?

- ◆ Årsmöte i distriktet HRF Östergötland
- ◆ Intressegruppen Tinnitus
- ◆ Vuxen CI-träff Meniëreträffar
- ◆ Föräldraträff
- ◆ Hörselvecka i Tandådalen – Helge Rask-Andersens föreläsningar
- ◆ Hörselveckan i Norrköping



Hörselskadades distrikt
i Östergötland

Ordföranden har ordet

HRF:s kongress i maj 2016 kommer att hållas i Linköping! Det roliga beskedet fick jag som förhandsinformation några dagar innan nyheten lades ut på HRF:s hemsida i slutet av oktober. Plats för kongressen kommer att vara Konsert & Kongress där man vid tidigare evenemang visat på hur större arrangemang går att anordna, så att de blir tillgängliga. Tolv olika lokaler med tolv olika slingor igång och fungerande samtidigt måste vara något av ett rekord! Så grattis Linköping och Östergötland till att vi får känna oss lite som värdar för kommande Kongress.

I Konsert & Kongress – precis som i många andra konsertsalar, teatrar och samlingslokaler – erbjuds olika musikaliska kulturutbud. På ett flertal av dessa ställen kan även vi med hörselproblem ta del med hjälp av olika hjälpmedel och tekniska lösningar. Själv kommer jag sällan iväg på konserter och min plats i altstämman i Motettkören har fyllts av någon annan. Med min dåliga hörsel och oförmågan att uppfatta musik så som jag vet att den egentligen ska låta har jag lagt mitt sjungande och musiklyssnande i malpåse och försökt hitta annat att ägna min fritid åt. Men en positiv musikupplevelse frigör dopamin, kroppens eget ”må-brahormon”. Att sjunga är bra för andningen. Att musicera och sjunga aktiverar dessutom många olika delar i hjärnan och båda hjärnhalvorna aktiveras. Det är helt enkelt bra för hela kroppen! För mig fungerar musiklyssnande bäst om jag hört musiken i mitt tidigare liv som hörande och musiken finns i mitt minne.

Hjärnan hjälper då till att med minnets hjälp fylla i det som inte hörs eller låter annorlunda så att det i mina öron låter nästan som det ska. Ett exempel är musikalen Sound of Music som

just nu sätts upp i Linköping. En musikupplevelse utöver det vanliga som blev så mycket bättre tack vare den flitigt spelade LP-skivan när jag var liten och det hörselminnet sitter som berget. Så mitt eget löfte till mig själv för 2015 blir att ta del av musikutbud och att sjunga mer. Badrummet är en utmärkt plats för skönsång!

Tidningen du håller i din hand beskriver den verksamhet vi har i föreningarna och i distriktet. Som medlem är du välkommen att ta del av all verksamhet! Du som ännu inte är medlem har möjlighet att komma på våra olika evenemang och se vad vi gör i HRF!

Med önskan om ett riktigt bra 2015!
Susanna Ahlström
ordförande



Foto: Peter Fischier

Östergyllen

Medlemsblad för
Hörselskadades distrikt
i Östergötland

Årg. 39, nr 1, januari 2015

Upplaga: 1 600 ex

Ansvarig utgivare

Susanna Ahlström
Munkhagsgatan 45,
587 25 Linköping
Tel 0708-82 81 53
E-post:
hrf.ostergotland@gmail.com
ahlsus@hotmail.com

Annonsansvarig

Anita Lorin
anita.lorin@comhem.se
013-651 81

Redaktion

Anders Cedgren
Marianne Eriksson
Peter Grahn
Anita Lorin

Grafisk formgivning

Peter Fischier

Tryck och produktion:

Föreningshuset Fontänen

Manusstopp

Augustinum 1 juni 2015
Utgivning senast v 33 2015

E-post manus:

ostergyllen@fontanen.org

Kansli

HRF Östergötland, Fontänen
Västra vägen 32, 582 28 Linköping

Omslagsfoto

Susanna Ahlström

Styrelsen

Förteckning över styrelseleda-
möterna, med kontaktuppgifter,
finns på sid 39.

E-post

hrf.ostergotland@gmail.com

Bankgiro

5093-6232

Hörselskadades Riksförbund

www.hrf.se

INNEHÅLL

Distriktsordföranden har ordet	2
Kallelse till årsmöte HRF Östergötland	4
Träff: Hörselskadad i arbetslivet?	5
Distriktets hemsida	5
Förbundsmöte i Kiruna den 24 november	6
Information – Intressegruppen Tinnitus	7
Vuxen CI-träff, CI-gruppen, Menièreträffar	8
Föräldrträff, Studie och inspirationsdag, TSS-kurser	9
Hörselvecka i Tandådalen	10
Helge Rask-Andersens föreläsningar	11-13
Representanter till användarråden	14
Kalendarium för distriktet våren 2015	15
Rapport - Distriktets Föräldradag & Studiedag	28
Texttelefoni, Text på TV	31
Information från Tolkcentralen	36
Vad gäller i vårdvalet?	37
Dags att motionera!	38
Brukarstödscenter	38
Distriktets styrelse med ledamöternas kontaktuppgifter	39

AKTUELLT FRÅN FÖRENINGARNA

Finspång	16-17
Kinda	18-19
Linköping	20-22
Mjölby	23-24
Motala–Vadstena	25-28
Norrköping–Söderköping–Valdemarsvik	29-33
Åtvidaberg	34-35

Kallelse till Årsmöte för HRF Östergötland



Lördag 11 april kl 12.00 – ca 16.00

Missionskyrkan, Slottsvägen 13 i Finspång

Värd för mötet är HRF Finspång

Vi inleder med lunch kl 12.00, mötesförhandlingar börjar kl 13.00

Distriktet står för kostnader för resa och lunch för ombuden.

Observatörer betalar 50 kr för maten. Medlemmar som vill vara med på årsmötet kontaktar respektive förening för anmälan som observatör.

Anmälan senast den **11 mars** till hrf.ostergotland@gmail.com. Ange fullständigt namn samt adress till alla ombud samt namn på alla observatörer.

Meddela även eventuella allergier.

Frågor

Förslag på frågor att ta upp kan väckas av föreningarna. Förslag ska vara inlämnade till distriktet senast fyra veckor före årsmötet.

Förslag till dagordning:

1. Mötets öppnande
2. Stadgeenligt utlyst
3. Dagordning
4. Upprop av ombud samt fastställande av röstlängd
5. Val av årsmötesfunktionärer
6. Verksamhetsberättelse och resultat- och balansräkning
7. Revisorernas berättelse
8. Fastställande av resultat- och balansräkning
9. Ansvarsfrihet
10. Distriktets fond, ekonomisk redovisning och revisionsberättelse samt ansvarsfrihet
11. Motioner
12. Stadgeenliga val
13. Val av valberedning
14. Beslut om antal ombud till distriktsmöte 2015 samt plats och datum
15. Information
16. Nya frågor
17. Avslutning

Vägbeskrivning

- Kommer du med bil från Linköping kör du över stora bron och svänger av mot Siemens. Om du kommer från Norrköping svänger du höger före stora bron.
- Åker du buss. Med Expressbuss 40 från Norrköpings resecentrum stiger du av vid hpl Missionskyrkan, Finspång mittemot Siemens. Titta lite framåt Slottsvägen så ser du Missionskyrkan.

Skrivtolkning finns tillgänglig under mötet. Och fungerande teleslinga finns i lokalen.



Denna lokal är utrustad med teleslinga, ställ in hörapparaten i T-läge vid behov.

Hörselskadad i arbetslivet?

För hörselskadade i arbetslivet ser förutsättningarna olika ut beroende på i vilken situation man befinner sig.

Vilken hjälp kan man få och vems är ansvaret? Siverth Gauffin från arbetsförmedlingen för hörselskadade informerar om vilka stöd och insatser hörselskadade kan erhålla samt går igenom ansvarsområden för olika myndigheter.

Eventuellt kommer vi att ha ytterligare någon programpunkt, så håll utkik efter annonser i tidningar, på hemsidan och på Facebook.

Tid: Tisdagen den 17 februari kl 18-20.30

Plats: Vagnhallen, Fontänen,
Västra vägen 32 LINKÖPING



Vi ordnar skrivtolk.

Annan tolkning beställs av var och en.

Fika finns till självkostnadspris.

Låter det intressant?

Anmäl dig till Anna Gryszkiewicz,
e-post gryszkiewicz.anna@gmail.com
senast den 12 februari.

Välkommen!

Kom ihåg distriktets hemsida!

www.hrf.se/ostergotland

Titta gärna in då och då på distriktets hemsida för att se vad som är på gång för alla föreningar i länet.

Om ni i er förening av någon anledning inte får med något i Östergyllen, så minns att ni kan alltid skicka det till mig så lägger jag in det under **"Aktuellt"** på distriktets hemsida.

Samma sak om ni har en särskild programpunkt som ni vill puffa för lite extra till andra föreningar. Skicka underlagen till sidansvarig:
anita.lorin@comhem.se

Anita Lorin


Hörselskadades distrikt i Östergötland
Start

Du är här: [Hörselskadades distrikt i Östergötland](#)

Välkommen till HRF Östergötland!

Våra lokalföreningar finns väl utspridda i vårt distrikt. Bor du inom vårt område och ännu ej är medlem så är du varmt välkommen till oss. Anmäl dig genom att klicka på länken nedan.

Här följer lite av vår historia.

I Östergötland fanns i slutet av 1950-talet tre lokalföreningar av Hörselfrämjandet: Linköping, Motala och Norrköping. Under hösten 1959 tog Linköpingsföreningen initiativet till att bilda en länsförening. Övriga föreningar uppmanades ansluta sig varefter de





Förbundsmöte november 2014-11-24



Sista förbundsmötet för 2014 hölls i Kiruna.

Ett av de två möten som hålls varje år förläggs på annan plats än i Stockholms närhet och denna gång var det alla från södra och mellersta Sverige som fick förflytta sig norrut till snön och kylan. Ett spännande besök i LKAB:s gruva inledde dagarna i Kiruna.

Förbundsmötet fyller samma funktion som förenings- och distriktets medlemsmöten. Distriktens representanter ges bland annat möjlighet att komma med synpunkter på förbundsstyrelsens budgetförslag och verksamhetsplan för kommande år. Viktiga frågor just nu är kommande kongress och allt material som ska tas fram inför den. Det nya organisationsförslaget diskuterades, förbundsstyrelsen rapporterade om vad som gjorts året som gått och distriktens egna rapporter togs också upp till diskussion. Östergötlands distrikt hade med flera frågor, bland annat om vad som räknas som hjälpmedel och vem som ska vara berättigad till hjälpmedel. En svår fråga som behandlas olika i olika landsting. Den kommer säkert att behöva diskuteras och omvärderas i takt med att tekniken utvecklas och samhället kräver mer för att personer med hörselnedsättning ska kunna vara delaktiga på lika villkor.

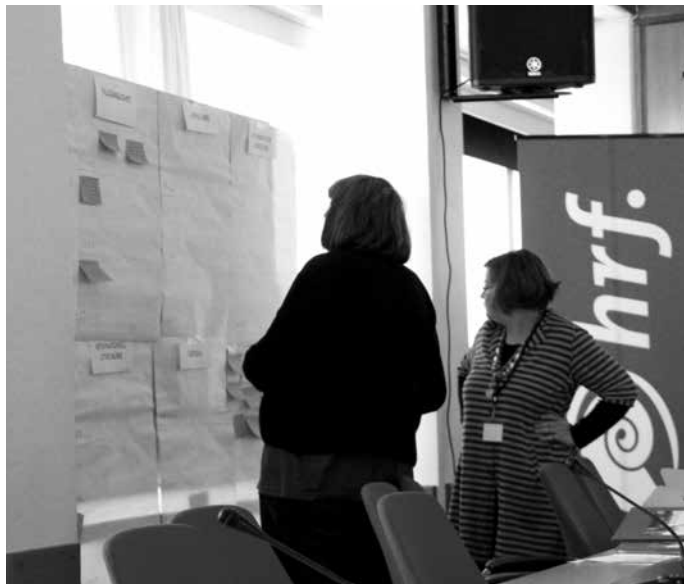


En annan viktig fråga på förbundsmötet var rapport från valberedningens ordförande Monica Steorn om tidsplanen för arbetet med att till Kongressen få fram en förbundsstyrelse och att hitta en ny förbundsordförande. Jan-Peter Strömgren avgår efter att vid Kongressen ha suttit sexton år som ordförande. Vem som kommer att ta över är en öppen fråga, tanken är att även gå ut med annons för att söka brett. Viktiga meriter är dock att den nya ordföranden ska ha hörselkunskap, känna till HRF:s organisation, ha förningsvana, vara van att röra sig i skiftande sammanhang och vara beredd på ett arbete som inte rymms inom kontorstid.

Förbundsmötet gav också möjlighet att samtala med andra distrikt och med förbundsstyrelsen och förbunds-kansliets personal. En nog så viktig del av mötet är just de informella samtalen och utbytet av erfarenheter.

För förtroendevalda finns mer information om Förbundsmötet på HRF:s intranät.

Susanna Ahlström



Information gällande intressegruppen Tinnitus

Intressegruppen hade sin uppstarts- och informationsträff den 11 september 2014. På träffen presenterades intressegruppens vision, uppdrag, organisation samt verksamhetsplaner.

På träffen medverkade även Cathrine Forsberg som är en av Sveriges främsta konsulter inom området tinnitus. Cathrines program hade rubriken ”Vart tog tystnaden vägen?”.

Efter föreläsningen informerade Cathrine om att åhörarna var välkomna att kontakta henne för personlig rådgivning. Cathrine kan nås på telefon 0737-31 61 61 eller e-post:

cathrine@tinnituskonsulten.se eller via brev Liljemovägen 13, 151 48 Södertälje.

Mer information om Cathrines verksamhet finns på www.tinnituskonsulten.se. Antalet åhörare var cirka 30 stycken samt 4 styrelseledamöter från distriktsstyrelsen.

I Norrköping arrangerades ett senior- och pensionärs-event den 28 – 29 oktober 2014 som intressegruppen deltog i. Totalt var det 36 utställare som representerade skilda områden som kan vara intressanta för mässans målgrupp.

HRF-föreningen i Norrköping deltog med en monter och i montern informerades besökarna av fyra ledamöter från föreningens styrelse. Utöver styrelseledamöterna medverkade även tinnituskonsulten Cathrine Forsberg.

På mässan fanns dagligen 13 miniseminarier (30 minuter per seminarium) och på ett av de dagliga seminarierna föreläste Cathrine under rubriken ”Att leva med tinnitus!”

Det var många av mässbesökarna som kom till HRFs monter och ville diskutera tinnitus och hörapparater.

Under vintern 2014/2015 har intressegruppens samordnare Bo-Göran Ahl för avsikt att komma på de lokala föreningarnas medlemsmöten och informera om intressegruppens vision, uppdrag, organisation och verksamhet samt planerad verksamhet under år 2015.



Föreningarnas kontaktpersoner är:

- HRF Finspång, Bo-Göran Ahl
hrf.ostergotland.tinnitus@gmail.com
- HRF Kinda, Nils-Erik Carlsson
hrflokalen.kindan@telia.com
- HRF Linköping, Eva Numminen
hrf.linkoping@fontanen.org
- HRF Mjölby, Peter Grahn
peter.grahn@hotmail.com
- HRF Motala–Vadstena, Solveig Pettersson
sollan.p@telia.com
- HRF Norrköping–Söderköping–Valdemarsvik
Bo-Göran Ahl
hrf.ostergotland.tinnitus@gmail.com
- HRF Åtvidaberg, Åke Andersson
ake.andersson@atvidaberg.se

På distriktets hemsida som har texten ”Tinnitus - Var tog tystnaden vägen?”, finns information om intressegruppens verksamhet.

Har du frågor om tinnitus eller intressegruppens verksamhet är du välkommen att kontakta undertecknad.

Bo-Göran Ahl

Samordnare intressegruppen ”Tinnitus”

CI-träff för vuxna

Tisdag den 14 april

Kl. 14.00 – 17.00
Vagnhallen, Fontänen,
Västra vägen 32, Linköping

CI-teamet i samarbete med
HRF Östergötland ordnar en träff för dig
med CI och för dig som är anhörig till CI.

Mer information kommer per post från
CI-Teamet, US Linköping.



CI-gruppen

Välkommen
till vårens CI-träffar

- Tisdag 3 februari
kl 18.30–20.00
på Fontänen i Linköping.
- Tisdag 10 mars
kl 18.30–20.00
på Fontänen i Linköping.



Träffen är till för alla som har CI (Cochlea
Implantat) eller BAHA implantat men även
för andra intresserade som vill träffas och
utbyta erfarenheter.

Plats: Bergqvists rum 138
Föreningshuset Fontänen,
Västra vägen 32, Linköping

För frågor kontakta:
Kerstin Asp
kerstin_asp@telia.com
texttel: 0141-23 38 12
sms: 070-636 02 41

Välkommen
Kerstin Asp, Peter Fischier

Menièrereträffar våren 2015



Träffarna är till för dig som har Menières
sjukdom och vill träffa andra i samma
situation.

Anhöriga och vänner är också välkomna. Du
behöver inte anmäla dig innan men hör gärna av
dig i förväg om du vet att du kommer så vi kan
planera lokal och fika.

- **Onsdag 11 februari. Tema Tinnitus**
- **Onsdag 18 mars**
- **Tisdag 14 april**
- **Tisdag 2 juni**

Vi träffas kl 18.30 – 20.00 på Fontänen, Västra
vägen 32 i Linköping.

Välkommen önskar Susanna och Ariann!

Teleslinga finns i lokalen. Gemensam skrivtolk
är beställd, behöver du annan tolkning får du
höra av dig så ordnar vi det.

Fika finns till självkostnadspris (anmäl ev allergi).

Susanna Ahlström 0708/828153

ahlsus@hotmail.com

Ariann Jönsson 0733/162815

ariann_json@hotmail.com

Föräldraträff

HRF Östergötland anordnar en ny träff för föräldrar med hörselskadade barn

Lördagen den 24 januari 2015

i Vagnhallen, Föreningshuset Fontänen, Linköping.

Vi börjar kl 10.00 och slutar kl 15.00 med fika och något ätbart mellan passen.

Föreläsare Anna Quarnström från HRF förbundet, Stockholm. Det kommer vara tid för frågor, egna erfarenheter m.m.

Information från HRF Östergötland om deras verksamhet.

Hoppas att det kan verka intressant.

Har du frågor, hör gärna av dig.

Anmälan senast 19 januari

Frågor och anmälan till Kerstin Asp, studieansvarig HRF Östergötland

Texttel: 0141-23 38 12,

mobil: 070 636 0241 OBS endast SMS

e-post: kerstin_asp@telia.com



Preliminärt program

10.00	Samling med fika
10.20-11.30	Föreläsning
11.40-12.00	Frågestund
12.00-13.00	Något Ätbart
13.00-14.00	Föreläsning
14.10-14.30	Frågestund
14.30-15.00	Info från HRF distrikt
15.00	Avslutning med fika

Studie och inspirationsdag



För lokalföreningarnas styrelser och distriktsstyrelsen

Lördagen den 7 febr 2015 kl 9.30–15 30

På Fontänen, Vagnhallen,
Västra vägen 32, Linköping,

Eftersom dagen är på planeringsstadiet kommer fullständigt program i början på nästa år

Skriv gärna in datum redan nu.

Sista anmälningsdagen är den **1 februari 2015** till Kerstin Asp

För frågor kontakta

Kerstin Asp, Torpavägen 68, 591 46 Motala
eller via e-post: kerstin_asp@telia.com
eller SMS 070 6360241



TSS kurser i vår

Landstinget anordnar TSS-kurser på kvällstid för personer med hörselnedsättning samt deras anhöriga.

Finns för både nybörjare och fortsättning. Vårens kurser kommer att gå på kvällstid, måndagar och onsdagar.

Vid intresse kontakta lärare Jenny Adolfsson
jenny.e.adolfsson@lio.se
eller din hörselpedagog på hörselvården.

Hörselvecka i Tandådalen

Rekreation och full fart

I mitten av september reste tre stycken HRF:are från Östergötland till Tandådalen i Dalarna för att delta i en hörselvecka för rekreation och utbildning.

Veckan arrangerades av landstinget i Dalarna i samarbete med HRF Dalarna och innehöll två dagars föreläsningar med professor Helge Rask, TSS-kurser på flera nivåer, information från hörselvården och HRF, möjligheter till bad, motion och utflykter. Vi östgötar är nu tillbaka i "rätt" distrikt med både inspiration och nya facebookvänner i bagaget.

Från fjällhotellet, där deltagarna bodde, hade vi underbar utsikt över bergen. Utsikten var aldrig densamma två dagar i rad utan skiftade med vädret. Vi från Östergötland gjorde bara kortare utflykter, eftersom vi var fullt upptagna med det digra föreläsningsschemat. Helge Rask-Andersen från Uppsala universitet var en favorit och höll föreläsningar om Menière, CI, tinnitus och om aktuell hörselforskning.

Våra nya HRF-vänner från Dalarna berättade om hur hörselvården fungerar i Dalarna. Här betalar man t.ex. inte mer än 150 kr för hörhjälpmedel och måttet för vem som får hjälpmedel är "efter individens behov". En HRF-förening berättade om en tema-vecka om tinnitus där skolelever bjudits på föreläsningar i ämnet. Att kunna utbyta erfarenheter och ge varandra olika tips var en viktig del av veckan och vi tar med oss våra nya kunskaper hem för att se vad HRF Östergötland kan göra.

Vi från Östergötland var alla med i fortsättningskursen i TSS. Tempot var högt, övningarna var både roliga och varierande, och lärarna var engagerade och bjöd gärna på sina egna erfarenheter av att ha en hörselnedsättning. Kursmaterialet bestod av ett TSS-häfte skrivet av Annika Elfstedt och Lillian Ström, och andra blandade texter. (Annika var även lärare på kursen.) Lektionerna var omväxlande. Vi jobbade både i par, i smågrupper och träffades ibland för bokstaveringsövning,

bingo och andra lekar tillsammans med nybörjarna. Övningarna verkar ha haft effekt, för det var flera av oss som tecknade flitigt även under lunchrasterna i försök att göra oss hörda. Det är lättare att hänga med i diskussionerna i matsalssorlet när man kan ta stöd av ett eller annat tecken. Det fungerade även bra med tecken när vi hade tagit av oss hörapparaterna för en simtur eller bad i någon av hotellets bassänger eller bubbelpool.

Vi tog inte enbart del av Dalarnas aktiviteter, utan bidrog även med våra erfarenheter från vårdvalet här i Östergötland. Susanna och Marianne, som är med i vårdvalsgruppen, presenterade hur gruppen först hade lagt mycket tid på att knyta kontakt, och hitta former för hur HRF kunde bli delaktiga i vårdvalsprocessen. Det innebar bland annat att bidra med information till landstingspolitikerna om vad det innebär att vara hörselskadad. Arbetet ledde till att HRF fick bra kontakt med politikererna och att vi fick fortsätta att vara delaktiga i det fortsatta arbetet med den regelbok som styr hur audionommottagningar ska arbeta. Susanna och Marianne berättade även lite om skillnaderna mellan hur vårdvalet fungerar i Östergötland jämfört med andra landsting som har infört andra varianter. De drog slutsatsen att det fungerar förhållandevis bra här i Östergötland, men att det har varit brist på audionomer i Norrköping. Audionombristen har medfört att landstingets egen mottagning inte erbjuder primär hörselvård i Norrköping, utan enbart fördjupad hörselvård. Deltagare i publiken hade en del frågor och berättade även om bekantas erfarenheter från hörapparatsutprovning i Östergötland.

Sammanfattningsvis var det en lärorik vecka. Vi hann därtill med lite rekreation i form av en vandring genom Trollskogen upp till toppen av närmas-



Ullabeth Dahrén, Marianne Eriksson & Anna Gryszkiewicz

te fjället. I Trollskogen hälsade vi på i trollskolan, besökte trollbröllop och mötte dessutom oväntat den östgötske konstnär som har skapat alla troll-sevärdheter. Utsikten från toppen var fantastisk med sprakande höstfärger som försvann ut i ett blått dis mot horisonten. Nu har vi laddat batterierna med frisk fjällluft och är redo för höstens alla HRF-aktiviteter.

Marianne, Susanna & Anna



facebook

Vi finns på Facebook

[www.facebook.com/
groups/162267070563807/](https://www.facebook.com/groups/162267070563807/)



HRF Östergötland

Helge Rask-Andersens föreläsningar

Berörde fyra områden, CI, Menière, tinnitus och aktuell forskning. Här följer ett sammandrag av de viktigaste punkterna från föreläsningarna.

Cochleaimplantat

En vanlig orsak till hörselnedsättning är att hårcellerna i snäckan (även kallad Cochlea) har skadats. Det är dessa hårceller som tar emot ljudvibrationerna som når örat och omvandlar dessa till elektriska signaler som via hörselnerven kan nå hjärnan och tolkas som ljud. CI fungerar som ersättning för de skadade hårcellerna. En tunn elektrod förs in i snäckan och läggs intill hörselnerven. Det gör att CI:t kan omvandla ljudvågorna till en elektrisk signal som kan tas emot av hörselnerven.

Även om hårcellerna dör så fortsätter nervcellerna att fungera hos människan, och därmed är det möjligt att operera in ett CI även om det har gått många år sedan man förlorade hörseln. En förutsättning för att resultatet ska bli bra är att man har ljudminnen, så att hjärnan vet hur den ska bearbeta ljud. Resultatet blir bättre ju längre tid man har haft god hörsel innan man blev döv. Det betyder att en 80-åring som har varit döv i 20 år, normalt får ett bättre resultat än en 40-åring som har varit döv lika länge. Hög ålder i sig behöver därmed inte vara ett hinder för CI, och i Uppsala har man haft 28 patienter som har varit över 79 år när de fick sitt implantat.

De allra bästa resultaten nås dock vid operationer av barn under tre år, som ännu inte har hunnit utveckla språkhanteringen i hjärnan. I den åldern är hjärnan mycket flexibel och har inga problem med att lära sig tolka signalerna från CI:t. Motsatsen blir barndomsdöva som har nått vuxen ålder. Eftersom hjärnan aldrig har lärt sig tolka ljud och man inte har några ljudminnen, så kommer signalerna från ett CI inte att kunna tolkas på något meningsfullt sätt.

Nu börjar man även operera hörselskadade som har hörsel kvar med hörselbevarande operationsteknik. Tidigare så kunde man inte föra in elektroder i snäckan utan att skada de hårceller som fortfarande

Helge Rask-Andersens föreläsningar Forts.

finns kvar, utan man förlorade de hörselresten man hade kvar. Numera behöver man inte borra hål i snäckan, utan kan gå in via runda fönstret. Den här metoden är främst till hjälp för de som har förlorat hörseln på diskanten men som har bra hörsel kvar i basen. Det är då möjligt att ersätta hårcellerna i diskanten med elektroder, men utan att skada de fungerande hårcellerna i basen. Man kommer då att höra ljud både med hjälp av de oskadade hårcellerna och med hjälp av CI:t.

Tinnitus

Tinnitus är en medveten upplevelse av ljud som inte kan härledas till en ljudkälla. Tinnitus delas in i följande fyra nivåer beroende på hur stora besvär den som har drabbats upplever:

Grad ett – man upplever ett svagt ljud i tyst miljö.	Grad två – man kan höra ett tinnitusljud hela tiden.	Grad tre – tinnitusljudet är jobbigt och maskeras inte av ljud i omgivningen.	Grad fyra – tinnitusljudet är så påfrestande att man blir nedstämd och har svårt att sova.
---	---	--	---

Det är ungefär en procent av de drabbade som har svår tinnitus.

Tinnitus kan hänga ihop med hörselnedsättning. När hårcellerna dör så minskar aktiviteten i nervcellerna som hårcellerna var kopplade till. Då kan det inträffa att hörselnerven omorganiseras och att det uppstår spontan nervaktivitet i hörselbarken, på ett sätt som liknar hur fantomsmärtor uppstår. Det finns också en viss koppling mellan vilka frekvenser som är skadade och vilket ljud man hör. Ett sätt att ”mäta” suset som en tinnituspatient upplever, är att lägga på ett liknande ljud på andra örat och försöka matcha hur tinnitusljudet låter.

Det finns idag ingen bot för tinnitus, men det finns metoder som kan hjälpa den som fått tinnitus att lättare leva med ljudet. KBT, kognitiv beteendeterapi, är en av de främsta behandlingsmetoderna som används idag. Andra saker som kan lindra tin-

nitus är att leva ett aktivt socialt liv, vilket hjälper till att maskera ljudet och att man lättare fokuserar tankarna på annat än tinnitusen. God sömn gör också att man orkar med lättare. Om man besvärar av tinnitus just när man ska somna, kan man ha lite musik på när man somnar in.

Menière

Många hade samlats för att få träffa Helge Rask Andersen och för att få lyssna till de senaste rönen om Menières sjukdom. Helge ägnade stor del av sin tid i Tandådalen till att prata med åhörare och att svara på alla frågor.

Hur många som har Menières sjukdom är lite osäkert men man tror att det rör sig om 30 000 personer. De allra flesta får sin diagnos i vuxen ålder men 3 % av alla är barn. Orsaken till Menières sjukdom är fortfarande till stora delar okänd. I dagsläget finns inga bevis för att det skulle vara en immunologisk eller inflammatorisk sjukdom. Helge beskriver den del i innerörat som är påverkad vid Menières som ”en falukorv i en kastrull med vatten”. Det uppstår en svullnad som gör att vatten inte kan tas upp, istället läcker vätska ut och förgiftar nervtrådarna och patienten får yrsel, hörselnedsättning, tinnitus och lockkänsla. Svullnaden i innerörat kan även göra att man blir ljudkänslig, ett tillstånd kallat recruitment uppstår. Eftersom balanssinnet sitter vid stigbygeln insida kan olika ljud leda till yrsel. Att prata i telefon och lyssna på hög musik kan med andra ord innebära problem.

En del patienter drabbas av droppattacker, så kallade Tumarkin’s Otolithic Crisis, då man helt utan förvarning tappar all balans och faller. Patienter med Menières beskriver ofta att oförutsägbarheten med yrsel och eventuella droppattacker är det största problemet med sjukdomen. Problem som kan bli mycket handikappande.

Menières startar ofta med fluktuerande hörselnedsättning inom basområdet, men en nedsättning inom just detta område behöver inte betyda att man har Menières sjukdom. För en del patienter med Menières stannar förloppet vid bashörselnedsättning och man drabbas inte av yrsel.



Helge Rask-Andersen, Bernt-Eric Spelbacken

Just nu bedrivs forskning i Lund om hur Latanoprost, ett läkemedel som används vid förhöjt tryck i ögat, kan hjälpa menièrepatienter. Man söker fortgående patienter till studien och försöken utförs på flera platser i Sverige.

För den som får en grav hörselnedsättning finns möjlighet att få ett Cochleaimplantat. Helge driver forskning för att hitta ett implantat som även kan användas för att häva menièreattacker.

För frågor om Menières och om den grupp som Distriktet har för personer med Menière samt anhöriga kontakta gärna

Susanna Ahlström: ahlsus@hotmail.com
tel 0708/828153

Ariann Jönsson: ariann_json@hotmail.com
tel 0733/162815

Framtida forskning

Helge berättade lite om alla de forskningsprojekt som är igång just nu. Ett intressant projekt finansierat av EU handlar om återväxt av hårceller i Cochlean. En av de vanligaste orsakerna till hörselnedsättning är att hårcellerna har skadats. Hos människan och andra däggdjur kan dessa celler tyvärr inte återskapas om de en gång har förstörts. Hörapparater och CI kan inte fullt ut ersätta funktionen hos riktiga hårceller, och det är därför man hoppas man kunna finna sätt att återskapa hårceller.

Det är inte helt sant att hårceller aldrig nybildas. Det skapas faktiskt en ny hårcell var femte månad, tror man. Det är förmodligen inte helt nya hårceller man har sett dyka upp någon gång var femte

månad. Sannolikt är det stödceller som finns runt hårcellerna, som ibland kan stimuleras till att bli en hårcell. Kanske kan man förstå mer av hur detta går till, och dra nytta av den kunskapen för att få fler nya hårceller att skapas och ersätta skadade hårceller. Man tittar också på hur hårceller skapas ur stamceller (de celler som är startpunkten för alla olika sorters celler i vår kropp).

Andra forskningsområden är implanterbara hörapparater, mellanöreimplantat. De fungerar som vanliga hörapparater, men kan användas av personer som har svårt att använda vanliga hörapparater, exempelvis på grund av eksem. Hjärnstamsimplantat är ett annat område där man försöker hjälpa dem som har skadad hörselnerv.



HÖRSELLINJEN

www.horsellinjen.se
0771-888 000
Öppet vardagar 9-15.
Vanlig samtalstaxa.

Representanter till användarråden

Representanter till samverkansråd

Dessa utses på distriktets årsmöte och väljs sedan av Handikappföreningarna i Östergötland. Kontaktuppgifter till personerna finns på respektive föreningssida eller på distriktsstyrelsens kontaktsida. Om du har en fråga som behöver tas upp kan du kontakta en representant i någon av grupperna. Om din fråga tas upp på ett samrådsmöte har du möjlighet att vara anonym.

- **Tolkanvändarråd**

Träffas två gånger om året tillsammans med Tolkencentralens chef, Peter Strid.
Nästa träff är den 23 april kl 15.00.

Representanter:

Susanna Ahlström, Linköping
Peter Fischier, Linköping
Kerstin Asp, Motala-Vadstena
Anders Cedgren, Norrköping
Siw Johansson, Norrköping
Åke Andersson, Åtvidaberg

- **Samrådsgrupp fördjupad hörselrehabilitering**

Träffas två gånger om året tillsammans med företrädare för hörselvården på US i Linköping och Vrinnevisjukhuset i Norrköping.
Nästa träff är den 16 mars kl 14.30.

Representanter

Susanna Ahlström, Linköping
Marianne Eriksson Linköping
Kerstin Asp, Motala-Vadstena
Ariann Jönsson, Norrköping
Åke Andersson, Åtvidaberg

Distriktets arbetsgrupper

Dessa arbetsgrupper utses av distriktsstyrelsen när behov uppstår. Har du någon fråga du tycker att distriktet ska arbeta mer intensivt med får du gärna höra av dig till någon i distriktsstyrelsen.

- **Vårdvalsgrupp**

Gruppen träffar tjänstemän och politiker samt företrädare för den primära hörselvården, både privata mottagningar och landstingsdrivna mottagningar. Gruppens uppgift är att bevaka vårdvalet ur ett användarperspektiv.

Representanter

Susanna Ahlström, Linköping
Marianne Eriksson, Linköping
Peter Grahns, Mjölby
Ariann Jönsson, Norrköping

- **Kommunikationsgrupp**

Gruppen arbetar med frågor gällande tillgänglighet för hörselskadade inom Landstinget i Östergötland.

Representanter

Peter Fischier, Linköping
Kerstin Asp, Motala-Vadstena
Jan-Erik Asp, Motala-Vadstena

Kalendarium för Distriktet våren 2015



Januari

Torsdag	8	HRF Ö styrelse	Kl 18 – 21, Fontänen Lkpg
Lördag	24	Föräldradag	Kl 10 – 15, Fontänen, Lkpg

Februari

Tisdag	3	CI-träff	Kl 18.30 – 20.00, Fontänen, Lkpg
Torsdag	5	HRF Ö styrelse	Kl 18 – 21, Fontänen Lkpg
Lördag	7	Studie- och inspirationsdag styrelserna	Kl 9.30 – 15.30, Fontänen Lkpg
Onsdag	11	Menièreträff	Kl 18.30 – 20.00, Fontänen, Lkpg
Tisdag	17	Yrkesverksamma, föreläsning	Kl 18 – 21, Vagnhallen, Fontänen, Lkpg

Mars

Torsdag	5	HRF Ö styrelse	Kl 18 – 21, Fontänen Lkpg
Tisdag	10	CI-träff	Kl 18.30 – 20.00, Fontänen, Lkpg
Måndag	16	Samråd fördjupad hörselvård	Kl 14.30 – 16.00, US, Hörselvården
Onsdag	18	Menièreträff	Kl 18.30 – 20.00, Fontänen, Lkpg

April

Torsdag	9	HRF Ö styrelse	Kl 18 – 21, Fontänen Lkpg
Lördag	11	HRF Ö Årsmöte 	Kl 12 – ca 16.00, Finspång
Tisdag	14	Vuxen CI träff CI-teamet & HRF Östergötland	Kl 14-17, Vagnhallen, Fontänen, Lkpg
Tisdag	14	Menièreträff	Kl 18.30 – 20.00, Fontänen, Lkpg
Torsdag	23	Tolkanvändarråd	Kl 15.00 – 16.30, Tolkcentralen Lkpg

Maj

Torsdag	28	HRF Ö styrelse	Kl 18 – 21, Fontänen Lkpg
---------	----	----------------	---------------------------

Juni

Tisdag	2	Menièreträff	Kl 18.30 – 20.00, Fontänen, Lkpg
--------	---	--------------	----------------------------------

Hörselskadades förening Finspång

Glimtar från sommarresan som Handikappföreningarna gjort till Mättingen strax utanför Trosa. Mättingen tillhör Neuroförbundet Rehab. Center. Sedan åkte vi till Trosa för att äta lunch på Antons krog. Det var en uppskattad resa, alla var trötta och belåtna.



HRF Finspång på sommarresa

Höstupptakten var tillsammans med Handikappföreningarna i DHR Norrköpings Sommarhem i Svärtinge. Den dagen hade vi inte tur med vädret, det blåste och regnade så man kunde tro att det var Hösten som kom redan då.

På Seniordagen den 15 oktober 2014 var det mässa i Kulturhuset på temat "Hälsa, kultur och säkerhet". Mässan öppnades med Östgötabandet med Maria Olofsson som bjöd på go' blandning av svensktoppsmelodier från 50 och 60-talen.

*Glöm inte att du kan köpa
batterier av föreningen
genom Ulla*



Stefan Carlsson, Kerstin Sjöberg Axelsson
och Ulla Johansson.

Hela huset var abonnerat med ett 40-tal utställare. Arrangör var PRO, SPF, Finspångs Kommun Kulturhuset. Utställare var bland andra HRF, Reumatiker, Diabetesföreningen, Neuroförbundet. Landstinget var där också och vaccinerade mot influensa. Det var ca 900 besökare. Föreläsning hölls av Lars Stenbäck från Jönköping, "Passion för livet", och man tittade på filmer om små trick för att höja och behålla en högre grad av hälsa och välbefinnande i livet. 25 september hade HRF möte på Högby. Lotta Carljörd informerade om Hörselvården.

21 november kl. 18.30 inbjöds alla föreningar inom HFF till Neuroförbundet på Högby Träffpunkt.

14 december var det Diabetikerföreningen som bjöd in till Lucia på Högby träffpunkt kl. 18.30.

12 januari 2015 kallar vi till årsmöte i HRF Finspång, Högby träffpunkt kl. 18.00.

Vi önskar att flera personer vill vara med i föreningarna i Finspång.

Välkomna!
Styrelsen.

Vårens aktiviteter i Finspång

Måndag 12 jan Kallar vi till årsmöte – i HRF Finspång, Högby träffpunkt kl. 18.00.
Kl. 18.00



Ny lokal

Handikappföreningarna har fått ny lokal

På Högby, Per Hörbergsväg 4, 612 37 Finspång, men postadressen kommer att vara som tidigare till Ulla Johansson. Glöm inte att du kan köpa batterier av föreningen genom Ulla.

HRF Finspång önskar alla
 En god fortsättning på
 det nya året

Styrelsen HRF Finspång

ulla.johansson.bv@telia.com

Ordförande	Ulla Johansson Hyttvägen 7B 612 37 Finspång	ulla.johansson.bv@telia.com	0122-157 31 070-630 57 31
Vice ordförande	Lennart Olén Tegvägen 5 612 43 Finspång		070-585 33 34
Kassör	Ana Kolaric Illervägen 5 B 612 46 Finspång	istra39@tele2.se	0122-151 20
Sekreterare	Maud Boström Abborrevägen 18 612 37 Finspång		0122-411 77
Ledamot	Tage Fransson Linköpingsvägen 10 C 612 34 Finspång		0122-129 60
Ledamot	Inez Nordin Bergslagsvägen 12 B 612 30 Finspång		0122- 410 34

Hörselskadades förening Kinda

Glimtar från juni 2014 – november 2014

HRF i Kinda ordnade en resa till Oskarshamn den 12 augusti. Besök på Döderhultarmuseet med intressant guidning. Färden gick vidare till Sjöfartsmuseet där man fick se hur sjöfarten i Oskarshamn utvecklades. En liten stund på stan med provsittning på långa soffan innan färden gick till Fårbo för lunch hos Marsöfiskaren. I butiken kunde den som ville köpa med sig delikatesser hem, bland annat rökt fisk och inläggningar. Besök på Stenhuggeriet i Vånevik. Dagens sista besök blev på Arvid Källströmsgården i Påskallavik, guidning och beskådande av många roliga och originella konstverk. Kaffe med hembakt bröd intogs innan kosan styrdes hemåt. Birgitta Liebert var reseledare och chaufför Per-Inge Karlsson som återigen glädde resenärerna med sin lugna och trygga körning.

Den 9 september besökte Ulrike Olofsson från Hörselcentrum lokalen och informerade om hörhjälpmedel.

Höstmöte måndag 22 september i Linnékyrkans festvåning där ordförande Nils-Eric Carlsson hälsade ett 30-tal medlemmar välkomna. Ute var det regnbusväder så färre personer än vanligt deltog. Underhållare var Roger Kindevåg som spelade och

sjöng. Tolkar var Katarina Tarland och Johanna Jonsson. Många ärenden behandlades, budget och verksamhetsplanen för 2015. Kaffe med dopp serverades.

Den 30 september besökte Kinda kommuns färdtjänsthandläggare Madeleine Rulander och Therese Berglund lokalen och informerade om färdtjänst. Syföreningsauktion i Församlingsgården den 25 oktober. Ett 100-tal personer kom och bidrog till en gemytlig stämning. Auktionist var Håkan Carlsson hade fullt upp med alla utrop av fina handarbeten som syföreningsdamerna fixat. Det såldes stickade alster, bröd, hemystad ost och mycket mera. Kaffe med bröd och ostkaka serverades. Auktionen inbringade en bra slant till föreningens verksamhet.

Varje tisdagseftermiddag har vi haft lokalen öppen (Linnégatan 7), många kommer och tar en fika och pratar en stund, köper batterier o får hjälp med hörapparater som inte fungerar osv.

Vi i Kinda önskar alla läsare en trevlig
fortsättning på det nya året.

Inger Peterson och Gerty Alvin

Vårens aktiviteter i Kinda 2015

Vi öppnar vår lokal på Linnégatan 7, Kisa tisdagen den 13 januari kl. 14.00 – 17.30 och har sedan öppet varje tisdag fram till juni. Vi kommer att ha olika arrangemang kl. 15.00 en del tisdagar, det kan vara underhållning eller information av olika slag. Det står under evenemanget i Kindaposten o Corren.

Måndag 26 jan kl. 17.00 **Första styrelsemötet** – för våren i lokalen Linnégatan 7, Kisa

 **Måndag 16 feb kl. 18.00** **Årsmöte** – i Linnékyrkans lokaler Linnégatan 21 i Kisa. Budget, verksamhetsberättelse, val av funktionärer, tid o plats för höstmötet 2015. Underhållning.

Tisdag 3 mars kl. 14.00 – 17.30 **VÅFFELFEST** – i lokalen Linnégatan 7, Kisa. Välkomna!

Lördag 18 april kl. 13.00 **VÅRFEST** – i Linnékyrkans lokaler Linnégatan 21, Kisa. Underhållning

Onsdag 22 april kl. 13.00 **INBJUDNA** – till **PRO**:s möte i Församlingsgården Kisa.

Torsdag 14 maj **GÖKOTTA** – Korvgrillning m m. Tid och plats meddelas senare.

Tisdag 9 juni **Lokalen** – öppen, sen stängt för sommaruppehåll.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA önskar vi alla er medlemmar i vår förening och detsamma önskar vi er alla HRF-föreningar i Östergötland om ni har vägarna förbi Kinda. Vi öppnar gärna upp vår lokal för fika eller bara visa den om ni så vill.

Styrelsen HRF Kinda fram till årsmötet 2015

hrflokalen.kinda@telia.com

Telefon till kansliet: 0494-132 50

Ordförande	Nils-Eric Carlsson	0494-100 71
V. ordförande	Karl-Erik Karlsson	0494-350 17
Kassör	Torbjörn Nyström	sterny@hotmail.com
		076-170 20 90
		0494-100 28
Sekreterare	Inger Petersson	0494-718 58
Slingansvarig	Bertil Johansson	0494-121 53
Ledamot	Rolf Tinghed	rolftinghed@hotmail.com
		076-340 60 71
Ledamot	Nils-Åke Karlsson	nilsakekarlsson38@gmail.com
		0494-510 30

Styrelsemöten våren 2015, kommer att vara i lokalen Linnégatan 7 Kisa

Väl mött hälsar Kindaföreningen

Inger Peterson och Gerty Alvin

Hörselskadades förening Linköping

Ordförande har ordet

Nästa HRF-kongress hålls här hos oss i Linköping i slutet av maj 2016! Det är ett och ett halvt år kvar men mycket ska hinnas med innan dess. Motioner ska skrivas, själva kongressmötet ska förberedas, valberedningen ska hitta nya kandidater till förbundsstyrelsen. För oss i Linköpings HRF-förening är det egentligen inte så mycket jobb som måste göras, förbundet ansvarar för hela arrangementet, men det är en möjlighet för oss att visa upp oss och visa att vi finns. Tänk att under de majdagar som kongressen pågår kommer Linköping att vimla av hörapparater, Cochleaimplantat och BAHA. Vi kommer att ha fler skrivtolkar, teckenspråkstolkar och TSS-tolkar här än någonsin. Den rödvi-ta HRF-loggan kommer att synas på flera platser. Hela Konsert & Kongress kommer under kongressdagarna att vara en hörseltillgänglig mötesplats.

Linköping – där tillgänglighet blir verklighet

Kongressen inleds oftast med en Forskningsdag där det allra senaste i hörsselforskning presenteras. Forskningen som finns på vårt Universitet tillhör denna kategori och extra roligt blir det om just våra forskare finns med under dagen.

Du som medlem kan hjälpa till inför kongressen genom att skriva motioner till Kongressen som vi först tar upp på föreningens årsmöte i vår. Hur man skriver en motion kan du läsa om inne i tidningen.

I Linköping "blir idéer verklighet". Vi i HRF Linköping har tagit denna slogan till oss, om än i något omändrad version. Vårt motto inför Kongressen 2016 kommer att vara

"Linköping – där tillgänglighet blir verklighet!"

Med vänlig hälsning

Peter Fischier

Ordförande



Kallelse till Årsmöte

HRF Linköping torsdag den 12 mars
kl. 18.00–20.00



Obs! Detta program gäller som kallelse till årsmötet.

Plats: Vagnhallen, Fontänen,
Västra vägen 32, Linköping

- Verksamhetsberättelse och stadgeenliga val
- Utse ombud till HRFdistriktet Östergötlands årsmöte i Finspång den 11 april.

Föreläsare/underhållare: Hemlig gäst!

Anmälan **senast 2 mars** till
tel 013 - 13 36 53 eller
e-post: hrf.linkoping@fontanen.org

Viktigt! Att du vid anmälan anger behov av särskild kost!

*Passa på att köpa batterier
på våra träffar.
Medlemspris 30 kr.*



Vi finns på **facebook**

Sök oss på: Hörselskadades
förening i Linköping



Anthony's Dream Team

Inbokade dansframträdanden på Servicehus våren 2015

- Onsdag 14 januari kl 14.00
Vasastadens Vårdboende, Platensgatan 24
- Torsdag 22 januari kl 14.00
Bantorgets Äldreboende, Sparregatan 2
- Fredag 6 februari kl 14.00
Gröna Gården, Klostergatan 68
- Torsdag 26 februari kl 14.00
Bantorgets Äldreboende, Sparregatan 2
- Fredag 6 mars kl 14.00
Trädgår'n Servicehus, Djurgårdsgatan 17
- Fredag 27 mars kl 14.00
Sturefors Servicehus, Näckrosvägen 146
- Tisdag 7 april kl 14.00
Linghems Äldreboende, Sparvsångsvägen 65
- Fredag 24 april kl 14.00
Aspens Servicehus, Barfotagatan 1
- Tisdag 5 maj kl 14.00
Duvans Äldrecenter, Snickaregatan 34A
- Fredag 22 maj, kl 14.00
Solrosen Servicehus, Solrosgatan 10

Hörselcafé på Hagdahlska seniorcenter jämna veckor måndagar kl 10–12

Nu kan du träffa oss i HRF Linköping på Hagdahlska seniorcenter. Någon från styrelsen finns på plats måndag förmiddagar jämna veckor

kl 10–12 med start den 19 januari.

Kom och prata hörsel och hörselhjälpmedel och ställ dina frågor.

På Hagdahlska träffas också kommunens heminstruktörer för hörsel och syn, Patric Bladh och Åsa Holmdahl, alla måndagar kl 10–12.

På Hagdahlska kan du passa på att ta en fika till en billig penning och titta på olika hjälpmedel.

www.linkoping.se/hagdalska
www.hrf.se/linkoping



Öppet Hus

Vi har Öppet Hus, då vi ger råd och stöd, säljer batterier med mera, på följande tider:

- **Kansliet**
Föreningshuset Fontänen
Måndagar kl.10-12, Kansliet, Västra vägen 32, Huvudingången, våning 3, rum 316 Stängt v. 23-36, fr.o.m. juni t.o.m. aug. Telefon 013-13 36 53. Om ingen svarar, går det bra att lämna ett meddelande på telefonsvararen.
- **Johannelunds kyrka**
Mariagården
1:a onsdagen varje månad kl.10-12. , för batteriförsäljning service, råd och anvisningar.

Skicka gärna e-post till oss under adress:
hrf.linkoping@fontanen.org

Aktiviteter HRF Linköping för våren 2015

Torsdag 12 mars Årsmöte – Vagnhallen, Fontänen. Detta gäller som kallelse!
kl 18–20



Fredag 27 mars Studiebesök - Grafiska museet i Gamla Linköping

Tid meddelas senare. Vi träffas vid museet innan guidningen börjar. Efteråt tar vi fika på Dahlbergs Café.
Mer information i Corren och på vår hemsida www.hrf.se/linkoping

Lördag 6 juni Vi firar nationaldagen – med dem på Vättersol med olika aktiviteter som bou-
le, strandpromenad längs Vättern m m. Grillad korv och kaffe till självkostnadspris.
Samåkning dit i bilar eller via kollektivtrafik. Ring Anita på 013-651 81 eller
mejla anita.lorin@comhem.se för anmälan och närmare upplysning om tider.
Meddela om du har plats för fler om du tänker åka bil.

Någon gång under våren. SOS International – Vad är SOS- International? Madelaine Pavlidis som berättar
vem som har rätt att nyttja dem, hur man får kontakt med dem, hur man åker hem
med hjälp av en sjuksköterska/läkare. Hur får vi hörselskadade enklast kan få kontakt
med SOS International på egna utlandsresor. Håll utkik om meddelande om tid och
plats på vår hemsida www.hrf.se/linkoping och i Corren.

Styrelsen HRF Linköping

hrf.linkoping@fontanen.org • www.hrf.se/linkoping • Tel. till kansliet: 013-13 36 53

Ordf. Cl, teknisk ansvarig	Peter Fischier	pelle62@gmail.com	sms 0704-94 66 22 013-15 06 24
Kassör, kansli	Mia Götselius	013-154480@telia.com	013-15 44 80
Menière	Susanna Ahlström	ahlsus@hotmail.com	0708-82 81 53
Vice sekreterare	Marianne Eriksson	marianne.eriksson@telia.com	013-21 45 89
Vice sekreterare, hemsida	Anna Gryszkiewicz	gryszkiewicz.anna@gmail.com	
Studieorganisatör Tinnitus	Eva Numminen	hrf.linkoping@fontanen.org	
Ledamot Cl, Slingansv.	Lars Hansson	nygardslars@telia.com	
Ersättare, kansli	Ann Söderquist Gösta Wettergren		
Ersättare	Mona Öberg		
Batteriansvarig, adjungerad	Marianne Andersson		Texttel 020-600 650 därefter 013-15 16 93

**Styrelsemöten 2015 kommer att vara på Föreningshuset Fontänen,
Västra vägen 32, Linköping kl: 18.00.**

Hörselskadades förening Mjölby

Några glimtar från hösten 2014

Traditionsenligt inledde vi höstsäsongen med höstfest lördagen den 13 september. Våra kära vänner Rolf och Harald stod för underhållningen. De framförde sitt mycket omväxlande program på det charmfulla sätt, som vi blivit bortskämda med, alla vi trogna åhörare.

Lördagen den 18 oktober var det återigen dags för att anordna Hörselskadades dag. Vi hade öppet hus kl 13 – 16 och bjöd på kaffe med dopp. Många intresserade besökte oss, och hade möjlighet att ta del av information i form av broschyrer och faktablad, och även köpa batterier. Liksom tidigare år hade vi glädjen att välkomna audionomen Iréne Slättengren.

Tisdagen den 21 oktober kunde vi för första gången välkomna nya vänner till vår månadsträff, nämligen Blåklintskören under ledning av Siv Rysadius. Kören bjöd på många kända, och även för

oss okända sånger. Vi hade möjlighet att sjunga med i t ex ”Små nära ting”, ”Låt hjärtat vara med” och ”Nu går sista visan”. Vi hoppas Blåklintskören kan gästa oss vid ett senare tillfälle, så att flera medlemmar, som inte hade möjlighet att närvara den här gången, får chansen att lyssna till den fina kören.

Sedan detta manus är inlämnat, kommer vi att få stifta bekantskap med en ny underhållare, gitarristen Göran Wiberg, vid vårt månadsmöte den 11 november.

Tisdagen den 9 december har vi julfest med avslutning tillsammans med Hugogruppen.

Våren 2015 inleder vi tisdagen den 13 januari med grötfest och underhållning av Lennart Kullander.

Hörselskadades förening i Mjölby

*V*arje dag
börjar med
nya möjligheter!



Medlemsrabatter

- Holmers Blomsterhandel, Bockarpsvägen 3, med 10 %.
- Kvarnens Blommor, 10 % på blommor och krukväxter, om man handlar för minst 100 kr.
- Bremers Färg, Ryttarhagsleden 5, med 10 %.

Gäller mot uppvisande av medlemskort.

Vårens program i Mjölby 2015

God fortsättning på det nya året tillönskar Hörselskadades förening sina medlemmar och ser fram mot en ny säsong i samma goda anda som under tidigare år!

Tisdag 13 januari Grötfest – med underhållning av Lennart Kullander

Tisdag 10 februari Månadsträff – med underhållning av Rolf och Harald

Lördag 7 mars Årsmöte – med underhållning av Violet och Thorvald Jangvik
kl 13.00



Tisdag 7 april "Äggsexa" – med underhållning av Hugogruppen

Tisdag 26 maj Bussresa

Tisdag 2 juni Sista sammankomsten – före sommaruppehållet

Sommaruppehåll juni, juli och del av augusti.

Höstens första träff tisdagen den 18 augusti.

Samtliga träffar i PRO-lokalen kl 14.00, om inte annan tid anges.

*Passa på att köpa batterier
till medlemspris*



Styrelsen HRF Mjölby fram till årsmötet 2015

Ordförande	Birgitta Svadäng Grahn	svadang@live.se	0142-809 91
Vice ordförande	Börje Gustafsson		0142-134 82
Kassör	Peter Grahn	peter.grahn@hotmail.se	0142-809 91
Sekreterare	Ulla Claesson		0142-343 89
Ledamöter	Margit Bylfors		0142-134 86
	Curt Nilsson		0142-183 16

Styrelsemöten våren 2015

3 februari, 3 mars, 7 april och 12 maj

Hörselskadades förening Motala–Vadstena

Några glimtar från höstens verksamhet 2014

En härlig sommar med många härliga och stimulerande aktiviteter har vi nu lämnat bakom oss. När vi nu summerar sommaren med alla verksamheter vi haft på vårt Vättersol känns allt så bra. Sommarens utflykter till Tåkern, Medevi Brunn, Farfar stugan på Övralid och studiebesök i Godegård och vår dagsresa ”Vättern runt” till allas förtjusning kan det bli bättre?

Mötesplatsen på torget varje lördag med batteri och lotteriförsäljning ger en värdefull intäkt i vår ekonomi. Ett stort TACK till Lars & Sylvia Eklund som ansvarat för detta.

Glädjande är också att vår hörselkonsulent Pia Ottosson (Hör-Pia) finns hos oss och kan möta medlemmar med problem och ge svar och råd i olika frågor. Hon finns på Vättersol tisdagar ojämn vecka, Pia har många som hon ska stödja, slå gärna en signal om DU vill träffa henne.

Semesterdag/studieupptakt på Vättersol den 20 augusti i samarbete med Anhörigcenter och HFM var en höjdpunkt även i år. Tipspromenad, spel i 5-kamp som alla kunde delta i samt god mat och korvgrillning. För underhållningen denna eftermiddag stod Ivar & Lillemor Krusenheim som alltid lika populära med sin sång och musik.

Medlemsmötet 10 september med temat ”Diabetes” var mycket bra och Göran Gustavsson gav oss verkligen en bild av att vara diabetiker genom sin föreläsning och utställning. Vi avslutade med allsång, lotterier och kaffetåren den bästa är. BINGO den 8 oktober var succé och nu blir ”bingo”

en stående aktivitet med Lars Eklund på Vättersol. Ett litet avbrott för information och kaffe hann vi också med.

ÖPPET HUS 18 oktober på hörselskadades dag drog stor publik ”Att vara hörselskadad” och att få göra ett hörseltest och därefter träffa Hör-Pia för konsultation var mycket uppskattat.

Information från tolkcentralen om hur vi kan använda våra tolkar, info från hörcentralen vad vi kan få för hjälp av våra audionomer när en hörselskada uppstår samt HRF-information. Kaffe och smörgås gick åt i mängder och lotteriförsäljningen var strålande. Dagen avslutades med sång och musik av Tomas Carlsén.

Novembermötet kommer Räddningstjänsten och informerar med tanke på advent och juletider med många tända ljus som är lätt att glömma. Sture och Folke underhåller med dikter och sånger.

1:a söndagen i advent firas i Motala kyrka. Julbord med julens alla läckerheter serveras på Vättersol och vem kommer då om inte TOMTEN? Traditionenligt kommer vår lucia och sprider både sång, ljus och glädje i vintermörkret. Lussekatter och kaffe tillhör denna dag.

Vad vore våra medlemsmöten utan våra värdinnor ni är ovärderliga för allt jobb ni gör!

Nyårsafton vakar vi tillsammans in ett nytt händelserikt år, vi njuter av god mat i fin samvaro.

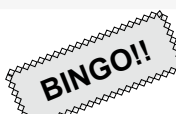
Vi önskar alla God fortsättning år 2015!

Vadstena
Solveig Johansson
Hovsvägen 18 B, Vadstena
Tillhandahåller hörbatterier.
Ring innan du kommer på besök: 0143 – 124 07.

*Vadstena
Här köper du
hörapparatsbatterier*



Vårens cirklar & aktiviteter startar vecka 4

Måndagar kl. 14.00–16.30	Släktforskning – med Ann-Britt Hildebrand	
Måndagar kl. 14.00	Hantverk med Berit Hellberg – Tag med vad Du känner för att göra	
Tisdagar kl. 14.00–16.30	Minns Motala – Vi fortsätter även under våren.	
Onsdagar hela året kl. 14.00–17.00	Öppet Hus	
Fredagar kl. 14.00–16.30	Stavgång – med efterföljande samtal	
Varannan onsdag kl. 14.00 med början 21 januari	BINGO – med Lars Eklund (Om det inte är medlemsmöte.)	
Varannan torsdag kl. 14.00 med början 22 januari.	Filmvisning – med Gerd Fasth	

Vårens program 2015

Cirklar & aktiviteter startar vecka 4 på Föreningshuset Vättersol, Varamon.
OBS! Glöm ej bort att anmäla Dig till vårens Medlemsmöten onsdagar kl. 14.00. OBS!

Föreningshuset Vättersol i Varamon, Vindarnas väg 1, 591 72 Motala

Onsdag 14 januari kl. 14.00 - 16.30	Grötfest – Då slänger vi ut julen med Sture Gustavsson.	
Söndag 8 februari kl. 14.00	Neuro förbundet årsmöte – sedvanliga mötesförhandlingar.	
Lördag 21 februari kl. 14.00	HRF årsmöte – Läs om årsmötet på nästa sida.	
Söndag 8 mars kl. 14.00	DHR årsmöte – sedvanliga mötesförhandlingar, underhållning av Sture & Tage.	
Onsdag 22 april kl. 14.00 - 16.30	Medlemsmöte – Hur ser framtidens Motala ut? Vi bjuder in politiker. Rolf och Harald står för underhållningen. Lotterier och kaffe.	
1 maj	Hälsodagar med må bra föreläsningar, underhållning och överraskningar.	
Lördag 6 juni kl. 09.00	Gökotta – vi firar nationaldagen med aktiviteter och förtäring.	
Midssommarafon 19 juni kl. 13.00	Midssommarfest – sill och potatis 16.00 kaffe. Kl. 18.00 grillafon - Dans.	

Augusti Följ med på "Vår hemliga resa i augusti" då kommer mycket att hända!

Anmäl Dig till Berit: 0141 – 585 12 eller Solveig: 0141 – 541 03.

VÄLKOMMEN TILL ALLA VÅRA AKTIVITETER I FÖRENINGSHUSET VÄTTERSOL!

ÅRSMÖTE

Lördagen 21 februari 2015



Du kallas härmed till Hörselskadades förening Motala-Vadstenas årsmöte

Föreningshuset Vättersol, Vindarnas väg 1
i Varamon, Motala

Sedvanliga mötesförhandlingar. Parentation och underhållning av Violet & Torvald Jangvik.

Hörselskadades förening bjuder på förtäring efter årsmötet.

Glöm inte bort att Du som medlem är en mycket viktig person i föreningen.

Har Du förslag på styrelse, vem vill Du ska företräda dig i föreningen, kontakta valberedningen. Berit Hellberg tel: 073 - 926 18 17 eller Lisbeth Carlsson tel: 0141 - 21 49 47.

Skriv en motion som Du sedan skickar eller lämnar till styrelsen HRF Motala/Vadstena.

E-post: hrrfmotalavadstena@bredband.net

Lämna dina synpunkter till styrelsen **senast 17 januari 2015.**

Styrelsen vill **TACKA** alla våra medlemmar som jobbar på olika sätt i föreningen - och tar hand om dem som inte orkar lika mycket för att de ska trivas.

Du vet väl om att Du är värdefull och att ingen annan är som Du.

Föreningens kansli finns nu i Föreningshuset Vättersol (DHR-Stugan) Vindarnas väg 1, 591 72 MOTALA

Vi har öppet tisdagar kl. 10.00 – 12.00 och vill Du nå oss på andra tider slå en signal,
Anmäl DIG till våra aktiviteter -
Berit: 0141 - 585 12 eller
Solveig: 0141 - 541 03.

Tinnitusdrabbade

(med ljud i öron och huvud).

Menières sjukdom är en öronsjukdom med hörselnedsättning, yrsel och tinnitus i sitt följe.

Hörselskadade i yrkesverksam ålder.

Har Du problem eller vill Du ha någon att fråga? Kontakta oss alltid så hjälper vi dig vidare!

Rabatt på Livskvalité, Kungsgatan 3 D, Motala, **Du får 10 % rabatt** mot uppvisande av ditt HRF kort på alla hjälpmedel för funktionshindrade, dock ej rullatorer

Kontakta Hörselkonsulent

Pia Ottosson på tel: 0141-22 58 78 finns på Vättersol tisdag ojämn vecka. Pia hjälper Dig med tips om olika hjälpmedel.

- Har Du svårt att höra din TV, telefon eller dörrklocka?
- ”Hur har DU det med din hörapparat och dina batterier?

Vuxendöva

Ta kontakt med Kerstin Asp.

Texttelefon: slå 020-600 6500 till texttelefoni och begär 0141-23 38 12.

E-post: kerstin_asp@telia.com

*Hos oss köper du
hörapparatsbatterier
för 30 kronor.*



Styrelsen HRF Motala-Vadstena

hrfmotalavadstena@bredband.net

Ordförande	Berit Barthä	berit.bartha@hotmail.se	0141-585 12
Kassör	Stig Sandell	stigsandell39@gmail.com	0141-21 39 74
Vice kassör	Arne Andersson	nilarn@hotmail.se	070 - 557 45 85
Sekreterare	Solveig Pettersson	sollan.p@telia.com	0141-541 03
Ledamot	Angelica Mörner	angelica.morner@boremail.com	0141-21 30 26
Ersättare	Bo Orvemyr		0141-538 40
	Mari Issa		070-036 21 05

Våren 2015 på Föreningshuset Vättersol, Varamon, Motala kl. 14.00

Styrelsemöte 19 januari, 2 februari, 2 mars, 30 mars, 4 maj och 1 juni.

Distriktet

Föräldradag

I början av oktober anordnade distriktet en föräldradag för familjer med hörselskadade barn. Distriktet vill försöka få igång verksamhet för den gruppen.

Sex föräldrar och en tonåring var intresserade och ett par fick förhinder, så vi var fyra från föräldragruppen och fyra från HRF-distriktet.

Föreläsaren från förbundet blev tyvärr sjuk, men skickade över en inspelad föreläsning, som vi tittade på. Mycket frågor, diskussioner och tips gjorde att det blev en inspirerande dag och önskemål om ny träff efter nyår.

Distriktets studiedag

Inbjudan riktade sig till lokalföreningarnas styrelser och distriktsstyrelsen. Göran Andersson, ordförande i Föreningshuset Fontänen, var kursledare.

Han gick genom hur man jobbar i styrelsen som ordförande, sekreterare och kassör samt vad övriga ledamöter har för uppgifter och ansvar.

Även HRF:s stadgar genomgicks och Göran berättade lite hur olika handikappföreningarnas stadgar kan se ut. Vi fick även läxa till nästa studiedag att läsa HRF:s intressepolitiska program,

Vad som kan vara viktigt att jobba med i de olika föreningarna.

En inspirerande dag då mycket idéer, tips och frågor diskuterades och önskemål kom om en inspirations- och planeringsdag för föreningsstyrelserna då vi kan tipsa varandra och kanske samordna aktiviteter tillsammans.

Hörselskadades förening Norrköping med omnejd

Ordförande har ordet

Till våra medlemmar i Norrköping-Söderköping-Valdemarsvik

Ett nytt år ligger framför oss, som ska fyllas med gemenskap, kunskap, information och trevliga aktiviteter. Under året som gick gjordes stora satsningar på information till medlemmar och allmänheten i övrigt. Många tog del av det vi presenterade, vilket resulterade i nya medlemmar. Till våren är det vår avsikt att få ihop en barn/föräldragrupp igen. Vi är medvetna om hur viktigt det är att kunna träffa andra i samma situation.

Kom gärna med förslag och idéer till vårens utflyktsmål.

På återseende
Criss Hagfeldt
Ordförande

Hörapparatsbatterier



Finns att köpa på hrf Norrköpings kansli och vid våra träffar till medlemspris 25:-

Sedan en tid tillbaka finns batterierna även till försäljning i kafeterian på Sandbyhov. Öppettider: måndag – torsdag kl 09.00 – 16.00. Fredagar kl 09.00 – 15.00. Ingång Hagaborg (Sandbyhovs vårdcentral). Glöm inte att ta med medlemskortet.

Intressegrupperna

Tinnitus

Kontakta Bo-Göran Ahl för mer information.
E-post: bo-goran.ahl@telia.com eller
tel. 0705-71 78 87.

Föräldrar till hörselskadade barn

Kontakta Stig Bredberg för mer information.
E-post: info@hso-norrkoping.org eller
stibre@telia.com eller tel. 011-16 72 52.

Medlemmar i yrkesverksam ålder

Kontakta Johanna Pettersson för mer information.
E-post: hannajo140@hotmail.com eller
tel. 0733-64 18 53.

Avslappningsbad

Tisdagar kl 12.00 – 13.00 i bassängen på Sandbyhov. Anmälan och upplysningar,
Marianne Gredenhoff, tel. 011-10 16 99.

TSS – Tecken som stöd

Det finns för närvarande en nybörjargrupp och en fortsättningsgrupp inom landstinget i hörselvårdens regi, för den som önskar lära sig TSS. Dessa håller till i Tolkcentralens lokaler centralt i Linköping. Ett mål för hrf Norrköping, är att det även ska finnas en eller två grupper i Norrköping.

Därför ber vi dig som är intresserad av att delta i en TSS-grupp i Norrköping, att höra av dig till Anders Cedgren på tel. 011-19 98 91 eller skicka e-post till hrf.norrkoping@gmail.com

Sedan överlämnar vi intresselistan till landstingets hörselvård.

Övrigt

Föreningen har ett informationsbord i stora entrén på Vrinnevisjukhuset ett flertal gånger under våren. För exakta datum och tider, kan du ringa kansliet, titta på föreningens hemsida eller kontakta Anders Cedgren. E-post: anders.cedgren@telia.com eller tel. 011-19 98 91

Hörselveckan i Norrköping

HRF Norrköping-Söderköping-Valdemarsvik

Den 14:e oktober anordnade hrf i Norrköping, i samverkan med Linnécentrum, Institutet för handikappvetenskap, föreläsningar under rubriken "Vi hör med örat men lyssnar med hjärnan".

Fem forskare med olika inriktning inom kognitiv hörselvetenskap föreläste i workshop- modell. Det innebar korta föreläsningar på ca 30-45 minuter, samt frågestund.

Vi använde universitetets lokaler i Norrköping (Campus Norrköping) som faktiskt har hörslinga. Självklart hade vi även skrivtolkar.

Ett hundratal åhörare, vilket betyder att det i genomsnitt satt en person på varannan stol, i lokalen som rymde 200 platser.

Jerker Rönnberg var först ut som föreläsare. Han anses som världsledande inom sitt område med fokus på hörselskadors inverkan på kommunikation och arbetsminne samt eventuell utveckling av demens. Han är också den som etablerat kognitiv hörselvetenskap som forskningsdisciplin och nytt vetenskapsområde.

Han följdes av Stefan Stenfeldt, som berättade om hur en hörselskada påverkar signalen till hjärnan. Därefter föreläste två personer, var för sig, om Tinnitus (Hugo Hesser) respektive hur man påverkas i trafiken när man har en hörselskada (Birgitta Thorlund). Och avslutade gjorde Mary Rudner, med att förklara begreppet "kognitiv reservkapacitet" och hur man kan maximera den.

Vi hördes även i radion genom att vice ordförande Johanna Pettersson berättade på ett positivt sätt hur det är att leva med en grav hörselnedsättning och hur omgivningen kan förhålla sig till oss som har hörapparater. Det här var en gemensam satsning tillsammans med hrf distriktet i Östergötland.

Under Hörselskadades dag så stod vi åter igen i Spiralens varuhus och hade ett informationsbord. Fler besökare fyllde i medlemsansökan. Annars handlar det ju mycket om teknik och hörapparater.



Jerker Rönnberg



Stefan Stenfeldt



Cathrine Forsberg

Förutom aktiviteter på Hörselskadades dag, tog vi tillfället i akt och deltog som en av utställarna då PRO anordnade en seniormässa i Norrköping (28-29 oktober).

Vi representerade hrf Norrköping i första hand men det bidrog även till att uppmärksamma hrf som förening i hela Östergötland.

Det var två heldagar och många besökare, framförallt den första dagen. Vi hade engagerat "Tinnituskonsulten" Cathrine Forsberg, som gjort mycket för hrf i marknadsföringssyfte.

Hon föreläste båda dagarna och pratade även allmänt om hrf för besökarna. Hennes föreläsningar var också två av de allra mest besökta föreläsningarna under dessa dagar.

Den första samlade nästan 100 åhörare och den andra samlade 60-talet åhörare. Hon intervjuades även av lokalradion.

Genom dessa aktiviteter fick vi också ett flertal nya medlemmar, vilket gläder oss.



Cathrine Forsberg, Criss Hagfeldr,
Bo-Göran Ahl, Anders Cedgren

texttelefoni.se

Nya nummer till och från texttelefon!

Den 2 april 2013 skedde en del förändringar i texttelefonitjänsten.

Mest märks nya telefonnummer – men de gamla fungerar under en övergångsperiod.

Alla samtal till och från de nya numren är kostnadsfria, å andra sidan försvinner möjligheten att sända sms och fax via texttelefoni, och utlandssamtal begränsas till två minuter.

Nytt telefonnummer:

- från taltelefon till tjänsten
texttelefoni: 020-600 650.
- från texttelefon till tjänsten
texttelefoni: 020-600 600.

Ytterligare information finns bland annat på www.texttelefoni.se och på samma telefonnummer som ovan.

Text på TV

Tills vidare finns textningen på följande TV-kanaler:

Tryck TEXT  sidnr:

SVT 1	199
SVT 2	199
TV 3	199
TV 4	199
TV 4+	890
TV 5	199
TV 7	890
TV 9	199
SVT24	199
Kunskapskanalen & Barnkanalen	199

Du kan även få nyheterna på en textrulle, tryck **188**

Skulle programmet **ej** vara textat fastän textning är påannonserat kan du ringa till:

När det gäller **SVT 1 och 2** tel 08-784 00 00

När det gäller **TV 4** tel 08-459 40 00

Mer info om textning: tryck **699**.

Verksamhet hösten 2014

Januari-Februari **Informationsträffar i Söderköping och Valdemarsvik** - Föreningen kommer att ordna träffar för medlemmar samt andra intresserade, på Stinsen i Söderköping samt på biblioteket i Valdemarsvik. Tanken är förstås att samla medlemmar på dessa orter i deras direkta närhet men också att visa för allmänheten att hrf har ett engagemang här. Datum och tid kommer att annonseras i NT och Folkbladet.

Tisdag 3 mars
kl 18.00 - ca 20.00 **Föräldraträff** - Träff för föräldrar till hörselskadade barn. Föreningen bjuder på fika. Plats: Stora samlingssalen på Sandbyhov i Norrköping.

Tisdag 31 mars
kl 18.00 - ca 20.30 **Årsmöte** - Årets viktigaste möte! I Stora samlingssalen på Sandbyhov i Norrköping. Sandbyhovsgatan 19, ingång Hagaborg (Sandbyhovs vårdcentral).
Obs! Detta är kallelsen till årsmötet!
 Påskbuffé (80:-) efter mötet. Föranmälan om du önskar ta del av påskbuffén, senast 27/3. Anmäl till Anders Cedgren, tel. 011-19 98 91 eller e-post: hrf.norrkoping@gmail.com

April **Bokbord i city** - Föreningen kommer att ha ett bord med information på något av varuhusen i Norrköping city vid ett tillfälle under april månad. Uppgift om datum, tid och plats kommer i nästa medlemsbrev.

Maj **Kafé** - I mitten av maj bör värmen ha återkommit och man kan sitta ute och fika. Vi tänkte samlas på Färgargården i Norrköping och njuta av kaffe och våffla. Föreningen bjuder. Datum och tid meddelas i kommande medlemsbrev.

Maj/Juni **Vårutflykt** - Till slutet av maj, planeras för en utflykt. Exakt datum samt destination meddelas i kommande medlemsbrev.

Tisdag 2 juni
Kl 18.00 - 20.00 **Medlemsmöte i Norrköping** - Vi vill samla så många av er medlemmar som möjligt till en trevlig kväll i stora samlingssalen på Sandbyhov. Inte minst för att ni som är nya medlemmar ska få ett tillfälle att träffa andra medlemmar samt styrelsen. Föreningen bjuder på fika och vi får förhoppningsvis besök av tekniker från hörselvården. Plats: Stora samt Nya samlingssalen på Sandbyhov.

Föreningens aktiviteter kommer även att annonseras under "Föreningslivet" i lokalpressen. Har Du tillgång till dator, besök gärna också vår hemsida www.hrf.se/norrkoping.

Styrelsen HRF Norrköping–Söderköping–Valdemarsvik

Styrelsen t.o.m årsmötet 2015

Hörapparatsbatterier finns att köpa på hrf Norrköpings kansli och vid våra träffar till medlemspris 25:-

Sedan en tid tillbaka finns batterierna även till försäljning i kafeterian på Sandbyhov.

Öppettider: måndag – torsdag kl 09.00 - 16.00. Fredagar kl 09.00 – 15.00.

Ingång Hagaborg (Sandbyhovs vårdcentral). Glöm inte att ta med medlemskortet.

Kansliet på Sandbyhov i Norrköping (Sandbyhovsgatan 19), kommer som tidigare att vara bemannat på tisdagar kl. 13.30 – 16.00.

Då kan du ringa om du har frågor eller önskar annan information.

Och så kan du förstås göra ett besök på kansliet.

Tel. 011-12 11 40 / E-post: hrf.norrkoping@gmail.com

Ordförande	Criss Hagfeldt	criss.hagfeldt@norrkoping.se	011-31 98 37 0703-43 96 28
Vice ordf.	Johanna Pettersson	hannajo140@hotmail.com	0733-64 18 53
Kassör	Stig Bredberg	info@hso-norrkoping.org	011-16 72 52
Sekreterare	Anders Cedgren	anders.cedgren@telia.com	011-19 98 91 Har texttelefon.
Ledamöter	Bo-Göran Ahl	bo-goran.ahl@telia.com	0705-71 78 87
	Karin Jonsson	karin_jonsson61@hotmail.com	011-19 98 91
	Inger Winbladh	inger.winbladh@telia.com	011-18 89 03
	Kajsa V Jakobsson	kajsavallen@hotmail.com	011-39 24 53

Hörselskadades förening Åtvidaberg

Hörselskadades dag

Lördagen den 18 oktober genomförde HRF årets "Hörselskadades dag", som arrangerats sedan 2001. Allan Petersson kunde hälsa 60 medlemmar samt dagens föreläsare, audionom Agneta Sääv och "mekaniker Micke" från Hörcentralen i Linköping välkomna.

Efter föreläsningen och frågestund bjöd föreningen på kaffe med nybakade kanelbullar. Agneta och Micke hade sedan fullt upp med att hjälpa de medlemmar som hade problem med sina hörapparater samt svara på ytterligare frågor fram till klockan tolv. Katarina från tolkcentralen gjorde ett utmärkt jobb som är viktigt för hörselskadade. En ny medlem anmälde sitt intresse.

Allan Petersson

Passa på att köpa batterier på våra träffar...



Ollie och Elof Ericssons stiftelse för välgörande ändamål

Den östgötska bruksorten Åtvidaberg har kallats "det industriella mönstersamhället", inte minst under 1950- och 1960-talet då ortens stolthet, företaget Facit blev en av de världsledande tillverkarna av räknemaskiner. Som mest hade företaget 14 000 anställda över hela världen. Den stora förgrundsgestalten i företaget var disponent Elof Ericsson.

Den välgörande stiftelsen grundades 1961, och har till syfte att genom bidrag utöva hjälpverksamhet bland behövande sjuka

och åldringar samt att understödja utbildning och uppfostran av barn.

Stiftelsen har sedan Elof Ericssons död 1961 framgångsrikt förvaltats av familjerna Ericsson och von Kantzow.

Hörselskadades förening i Åtvidaberg har under många år erhållit bidrag från stiftelsen. Tack vare dessa bidrag kan vi subventionera vår årliga bussresa och batterier till våra medlemmars hörapparater. År 2014 fick vi 10 000 kronor till vår verksamhet.

Åke Andersson

Kallelse till Årsmöte



Årsmötet hålls onsdagen den 11 februari 2015 kl. 17.00 i Frälsningsarméns lokal.

Efter förhandlingarna visar Allan Petersson bilder och pratar om Åtvidaberg.

Föreningen bjuder på kaffe och smörgåstårter.

Anmäl senast den 9 februari till Ulla-Maj, tel. 126 83

Meddelanden

Skrivtolkar medverkar vid våra träffar.

Är du i behov av skjuts, säg till om det, när du anmäler dig.

Som vanligt är vi tacksamma för **vinster** till lotterierna vid varje möte.

Batterier kan köpas till reducerat pris på våra möten eller på Citygallerian, kl. 10.00 – 11.00, första fredagen i varje månad. I april sker försäljning en fredagen den 10:e. Och i maj den 8:e.

Du får **10 % rabatt** på ordinarie priser, när du handlar på Flügger, Gropen eller Thylls.

Program hösten 2014

Onsdag 11 februari
2015 kl. 17.00



Årsmötet hålls i Frälsningsarméns lokal.
Efter förhandlingarna visar Allan Petersson bilder och pratar
om Åtvidaberg. Föreningen bjuder på kaffe och smörgåstårter.
Anmäl senast den 9 februari till Ulla-Maj, tel. 126 83

Onsdag 25 mars
kl. 17.00

Påskfest med underhållning i Frälsningsarméns lokal.
Anmäl senast den 23 mars till Ulla-Maj, tel. 126 83

I slutet på maj

Bussresa åker vi som vanligt på en heldagsutflykt.
Styrelsen tar tacksamt emot förslag på resmål.

Onsdag 10 juni

Grillafton i Smedstorp Mera information kommer senare.

Styrelsen hälsar alla hjärtligt välkomna till HRF Åtvidaberg!

Styrelsen HRF Åtvidaberg

Epost: ake.andersson@atvidaberg.se

Ordförande	Åke Andersson	ake.andersson@atvidaberg.se	0120-600 33
Vice ordf.	Allan Petersson		0120-128 97
Kassör	Birgitta Kammeby		0120-100 77
Sekreterare	AnneMaj Smedberg		0120-136 55
Ledamöter	Ulla-Maj Ekholm		0120-126 83
	Gunnel Nilsson		0120-132 01
	Edith Swärd		0120-131 77
Ersättare	Kerstin Dahlström		0120-354 65
	Kerstin Gunnarsson		0120-139 46
	Ingvar Nilsson		0120-132 01
	Sven Wessman		0120-102 09
Hedersledamot	Margaretha Johansson		0120-350 04

Information från Tolkcentralen

Om Tolkcentralen

Vi har två anställda tolkar för vuxendöva och personer med hörselnedsättning. Det finns även några timanställda som vi anlitar vid behov. Vid uppdrag som är mer än en timme arbetar två tolkar tillsammans. Tolkarna ansvarar för att utrustningen är anpassad för uppdraget. Om det är många som behöver tolkhjälp används projektor för att presentera texten. Det är viktigt att du som beställer talar om ifall det behövs en extra skärm till ordförandebordet vid t ex årsmöten. Du kan beställa tolk till alla förekommande situationer i livet, dop, bröllop, begravning, studentuppvaktning, personalmöten på arbetsplatsen och vid olika händelser inom sjukvården. Det går bra att beställa både **skrivtolkning** och tolkning på **TSS-Tecken Som Stöd**. Att blanda tolkmetoder går också bra. Som exempel skrivtolkning vid mötet och TSS under fikapausen.

När du beställer tolk vill vi veta:

- Ditt namn och telefonnummer
- Datum och tid när tolkuppdraget ska börja och sluta
- Plats och adress
- Vad tolkningen gäller
- Finns det program, manus, kursmaterial etc. skicka det till oss
- Särskilda önskemål
- Tolkmetod — Skrivtext- eller TSS-tolkning

Hur gör du dina beställningar?

Via taltelefon

010-103 78 90

Tider: mån-tor. 9–11 och 13–15 samt fre. 13–15.

Stängt helgdagar och röda dagar samt reducerade öppettider under jul- och sommarledigheter.

Via texttelefon

010-103 78 95

Här kan du lämna meddelanden under hela dygnet, men vi svarar endast under samma telefontider som ovan.

Det är bra

Att beställa tolk i **så god tid** som möjligt. Då är det lättare för oss att se till att du får tolk. Men även om tolkbehovet uppstår med kort varsel, till och med samma dag, så ska du alltid prova att beställa. Det kan vara så att vi har fått en avbokning så att ledig tolk finns.

För att kunna göra en så kvalitativ tolkning som möjligt är det viktigt att beställningen innehåller kontaktuppgifter till eventuella föreläsare eller underhållare samt att sångtexter, dagordning eller annat förberedelsematerial kommer oss till handa i så god tid som möjligt.

Tolkcentralen

Akuttolkning icke kontorstid

010-103 78 90. Från texttelefon ring via ENIRO förmedlingstjänst.

Via mail

tolkcentralen@lio.se hela dygnet

Via bildtelefon

tolkcentralen.ostergotland@.sip.nu

Via hemsidan

www.lio.se/rc/tolkcentralen

Via fax

013-12 33 52

Hur du avbokar din beställning?

Du kan avboka tolk på samma sätt som du bokar tolk. Det finns även ett avbeställningsformulär på Tolkcentralens hemsida som du kan fylla i.

Skulle det vara med kort varsel du behöver göra din avbokning så går det bra att skicka sms till 070-541 64 84. Det är viktigt att du avbokar så fort du vet att du inte behöver tolk. Det kan vara flera som behöver tolk samma tid och då kan tolken användas av annan tolkanvändare istället.

Vad gäller i Vårdvalet?

Vad gäller i Vårdvalet?

- Privata företag har auktoriserat sig och startat verksamhet i Finspång, Kisa, Linköping, Norrköping, Åtvidaberg samt Vadstena. Landstinget driver primär hörselvård i Linköping och i Motala. Vilka företag som i dagsläget är auktoriserade finns att läsa på Landstingets hemsida, 1177.se/Ostergotland/
- Är man tidigare patient inom Hörselvården behöver man INTE göra något val utan kan fortsätta som vanligt att gå till den hörselvårdsmottagning man är van vid.
- Vårdvalet gäller primär hörselrehabilitering. målgruppen är personer 20 år och äldre med lätt till måttlig hörselnedsättning.
- Fördjupad hörselrehabilitering finns inom Landstinget i Linköping och Norrköping.
- Privata hörselmottagningar ska remittera vidare vid behov.

Avgränsningar för fördjupad hörselvård?

Den fördjupade hörselrehabiliteringen riktar sig till personer med mer omfattande behov, som inte kan tillgodoseas inom den primära hörselrehabiliteringen. Exempelvis kan det finnas behov av stöd från kurator, hörselpedagog, tekniker och andra yrkeskategorier. Vem som är berättigad till fördjupad hörselvård regleras i Landstingets Regelbok.

Regelboken genomgår för närvarande (december 2014) en översyn, vilket innebär att nya regler kommer att börja gälla någon gång i början av 2015. Om du önskar information om detta, kontakta distriktets vårdvalsgrupp. Kontaktppgifter finns på sidan 14 i tidningen.

Vilka rättigheter har man som patient i hörselvården?

En skriftlig individuell plan SKALL upprättas och SKALL lämnas till patienten.

- Hörselutredning SKALL göras genom bedömning av hörselgång och trumhinna, tonaudiometri (luft/ben), maximal taluppfattning.
- Hörselutredning SKALL även innehålla kartläggning utifrån individens kommunikativa och psykosociala behov.
- Leverantören SKALL avgiftsfritt erbjuda låneapparat (vid reparation/väntan på ny hörapparat).
- Hörhjälpmedel ur Landstingets sortiment SKALL tas emot för service och reparation av auktoriserad hörselmottagning oavsett var den är inköpt.
- Patienter i yrkesverksam ålder SKALL erbjudas information om regler för arbetstekniska hjälpmedel.
- Patienten SKALL få information om konsekvenserna av hörselnedsättningen och strategier för att underlätta kommunikation.
- Kostnad 500 kr/hörapparat som väljs ur Landstingets sortiment gäller.



HÖRSELLINJEN

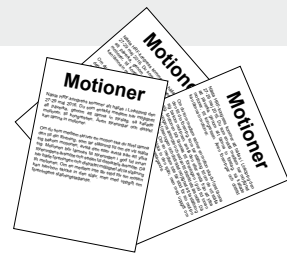
www.horsellinjen.se

0771-888 000

Öppet vardagar 9-15.

Vanlig samtalstaxa.

Dags att motionera!



Nästa HRF-kongress kommer att hållas i Linköping den 27-29 maj 2016. Du som enskild medlem har möjlighet att påverka, genom att lämna in förslag, så kallade motioner, till kongressen. Även föreningar och distrikt kan lämna in motioner.

Om du som medlem skriver en motion ska du först lämna den till din förening, som tar ställning till om de vill ställa sig bakom motionen, avslå den eller avstå från att yttra sig. Motionen bör lämnas till föreningen i god tid innan föreningens årsmöte och sedan till distriktets årsmöte. Då har både föreningen och distriktet möjlighet att ta ställning till motionen. Om en medlem inte får stöd för sin motion kan han/hon skicka in den själv, men med uppgift om föreningens ställningstagande.

Motioner kan handla om i princip vad som helst, stort som smått. Förbundsstyrelsen lägger fram

sina förslag för kongressen att ta ställning till. Ofta tar föreningar och distrikt ställning till dessa och lägger fram egna förslag i olika frågor. Ett vanligt exempel är att man inte är överens med förbundsstyrelsen hur stor medlemsavgiften ska vara. Då skriver man en motion och lägger fram ett motförslag som kongressen får ta ställning till.

En motion ska omfatta en beskrivning av vad ärendet gäller samt ett yrkande, som ska vara skriven som att-satser. Vill du ha hjälp med utformningen, kontakta din förening eller HRF-distriktet. Det finns också många exempel från förra kongressen på <http://www.hrfkongress2012.se/motioner-med-yttranden>.

Motioner till HRF-kongressen skickas in till förbundet senast den 6 månader före kongressen.

Marianne Eriksson



Vilsen i samhället? - Brukarstödcenter

Vi kan hjälpa dig!

Du som har ett funktionshinder eller är drabbad av långvarig sjukdom, anhörig eller övriga intresserade bosatta i Östergötland, kan vända sig till oss för att få hjälp, service och vägledning.

Vi kan hjälpa till med rådfrågning, hjälpmedel, hjälp att fylla i blanketter.

Diskutera vad du vill...

Kontaktuppgifter

Telefon: Brukarstödcenter
013-12 33 10 • 013-12 30 60

E-post: brukarstod@telia.com
Hemsida: www.hso-ostergotland.org

Brukarstödcenter drivs av Handikappföreningarna Östergötland med stöd av Landstinget Östergötland.

Brukarstödcenter är kostnadsfritt.



**Ordförande
Menière**

Susanna Ahlström
Munkhagsgatan 45
587 25 Linköping
ahlsus@hotmail.com
070-882 81 53

**Vice ordförande
Mjölby**

Yrkesverksamma
Peter Grahn
Kapellgatan 2D
595 31 Mjölby
peter.grahn@hotmail.se
0142-809 91

**Kassör
Åtvidaberg**

Åke Andersson
Björnsäter Mörkedal1
597 94 Åtvidaberg
ake.andersson@atvidaberg.se
0120-600 33
070-303 73 92

**Sekreterare
Menière**

Ariann Jönsson
Sankt Persgatan 36
602 33 Norrköping
ariann_jonsson@hotmail.com
073-3162815

**Vice sekreterare
Linköping**

Marianne Eriksson
Vårbruksgatan 12
583 32 Linköping
marianne.eriksson@telia.com
070-306 38 67

**Studieansvarig
Vuxendöva/CI**

Kerstin Asp
Torpavägen 68
591 46 Motala
kerstin_asp@telia.com
texttel: 0141-23 38 12
sms: 070-636 02 41

CI/Vuxendöva

Peter Fischier
Middagsgatan 96
589 53 Linköping
pelle62@gmail.com
Sms: 070-494 66 22
013-15 06 24

**Ledamot
Motala-Vadstena**

Stig Sandell
Lustigkullevägen 13C
591 47 Motala
stigsandell39@gmail.com
076-314 72 15
0141-21 39 74

**Ledamot
Norrköping**

Tinnitus
Bo-Göran Ahl
Idrottsgatan 35
603 63 Norrköping
bo-goran.ahl@telia.com
070-571 78 87

**Ledamot
Kinda**

Egon Jonsson
Skansvägen 1
590 77 Vreta Kloster
mullan70@hotmail.com
013-605 15
073-441 47 74

**Ledamot
Finspång**

Ulla Johansson
Hyttvägen 7B
612 37 Finspång
ulla.johansson.bv@telia.com
0122-157 31
070-630 57 31

Revisor

Bo Adamsson
Åbylundsgatan 38
58236 Linköping
adamssonbo@gmail.com
070-522 02 56

Revisor

Johanna Pettersson
Norralundsgatan 29
602 14 Norrköping
hannajo140@hotmail.com
073-364 18 53

Revisorsersättare

Stig Bredberg
info@hso-norrkoping.org
011-16 72 52

**Valberedning
sammankallande**

Jan-Erik Asp,
Torpavägen 68
591 46 Motala
jan-erik-asp@telia.com
072-732 11 50

Hemsidesansvarig

Anita Lorin
Härnegatan 94
59074 Ljungsbro
anita.lorin@comhem.se

Returadress:

Föreningshuset Fontänen
Västra vägen 32
582 28 Linköping

Välkommen till BOSTÄLLETS VEDUGNSBAGERI

Nu är det dags för semlor!



Vi öppnar för vårterminen
den 15 januari
Torsdag & Fredag 10-18
Lördag 10-16 & söndag 11-16

www.bostallets.se
info@bostallets.se
tel: 076-127 30 22

Vi finns i Flistad



Ut och res Viking!



VI
HAR MONTERAT
HÖRSLINGOR
OMBORD PÅ
VISSA AV VÅRA
BUSSAR.



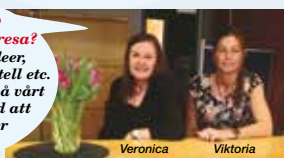
Nyhet!

Buss för 25 personer.

Vi har inför våren investerat i en helt ny buss, en liten men med samma utrustning som våra stora bussar. Fällbara fätöljer, WC, DVD, AC, 220 V. Nästan lika bekväm som en stor buss.

Men till ett lägre pris.
Perfekt för den lilla gruppen.

Vill ni ha hjälp
med att planera er resa?
Vi hjälper er med ideer,
bokning av luncher, hotell etc.
Vi är 4 st som jobbar på vårt
kontor/resebutik med att
serva våra kunder
på bästa sätt.



EUROPARESOR

Berlin	7/8, 11/9, 2/10	4D
Bremen oktoberfest	23/10	4D
Skottland Tattoo	17/8	5D
Rom	20/9	5D
Prag	23/8, 20/9	6D
Gardasjön	22/9	6D
Södra England Flyg/Flyg	14/7	7D
Bodensjön	28/6, 23/8	7D
St Petersburg	1/9	7D
Rhen-Mosel	13/9 6D, 4/10	7D
Polen	19/7, 23/8	8D
Kirchberg	19/7, 16/8, 1/9	8D
Ungern Győr	30/8	8D
Altenmarkt	30/8	8D
Uttendorf Vandringsresa Härliga Österrike	27/9	8D
Paris med Moseldalen	10/9	8D
England Cornwall Flyg/Flyg	14/9	8D
Normandie	15/9	9D
Skottland Whisky Flyg/buss	22/9	9D
Transylvanien	16/8	12D

Viking

BUSS & FLYG

Adress: Nygatan 32 • 582 19 Linköping
Tel: 013-14 15 16 • info@vikingbuss.com
Besök oss på vår hemsida: www.vikingbuss.com