



## Ordföranden har ordet

Välkommen att läsa distriktets extra utgåva av Nyhetsbrev **Östergyllen**

Mot bakgrund av coronavirusets utbredning och myndigheternas krav och förbundsstyrelsen rekommendationer att ställa in fysiska möten, har förbundsstyrelsen och distriktsstyrelsen tagit ansvar för att smittspridning inte sker på grund av förbundets och distriktets aktiviteter.

Under våren 2020 skulle distriktets fokus ha varit på distriktets **Årsmöte 2020** och på förbundets **Kongress 2020**.

På grund av coronaviruset och dess spridning i hela landet, rekommenderar förbundet att distrikt och föreningar skjuter fram alla fysiska möten eller håller via nätet, vilket även gäller mindre möten.

När det gäller distriktets **Årsmöte 2020**, har förbundsstyrelsen beslutat att distrikten har möjlighet att skjuta upp årsmötet till den 30 juni 2020. Datumet kan komma att ändras, beroende av händelseutvecklingen.

Distriktets årsmöte kommer att genomföras, fysiskt eller som reservplan digitalt, när förbundsstyrelsen och myndigheterna har ändrat riskbedömningen.

## Kalendarium för HRF-distriktet

### Våren 2020

- |                 |             |  |
|-----------------|-------------|--|
| <b>23 april</b> | 18.00–20.30 | Styrelsemöte på distans via programmet/appen Zoom, |
| <b>14 maj</b>   | 18.00–20.30 | Styrelsemöte på distans via programmet/appen Zoom, |
| <b>25 juni</b>  | 18.00–20.30 | Styrelsemöte på distans via programmet/appen Zoom. |

Intressegruppernas samtliga verksamheter är inställda.

Distriktets kalendarium kan förändras på grund av beslut på förbunds nivå.

Distriktets planerade **Seminarium för Östergötlands deltagare på kongressen** på helgen den 25–26 april 2020 är inställd på grund av att förbundsstyrelsen har beslutat att skjuta upp kongressen. Seminariet kommer att genomföras när förbundsstyrelsen har beslutat nytt datum för kongressen.

Distriktets **Styrelsemöten** och övrig ärendehantering, sker enligt kalendarium och på distans och via e-post.

**HRFs kongress 2020** skjuts upp på framtiden, på grund av den pågående coronapandemin. Förbundsstyrelsen för fortlöpande dialog med både revisorer och valberedning om hur den demokratiska processen i HRF kan säkerställas, nu när kongressen skjuts upp. Även i kristider är och förblir HRF en demokratisk organisation,

där medlemmarna ska ha en stark röst och vara med och fatta beslut via sina föreningar. Det innebär att HRF kommer att ha kongress, även om det just nu är oklart när. Ytterligare information kommer att skickas ut från förbundet ut till föreningar och distrikt senare i vår.

Nästa utgåva av Nyhetsbrev **Östergyllen**, kommer preliminärt att ges under juli månad 2020. Då kommer vi förhoppningsvis att som vanligt kunna erbjuda aktiviteter i våra föreningar och intressegrupper.

Har du synpunkter på medlemsbladet, är du välkommen att skicka dina synpunkter till undertecknad, på e-postadress [bo-goran.ahl@telia.com](mailto:bo-goran.ahl@telia.com).

**Bo-Göran Ahl**

# INFORMATION FRÅN FÖRENINGARNA

## Kinda

### Hej!

I Kinda fungerar det på följande sätt:

Med anledning av Corona-19 har Kinda HRF ställt in all verksamhet tills vidare.

Bingolotter och batterier finns att köpa på Kisa torg, fredagar mellan kl.09.00–12.00.

Har du övriga frågor kontakta

Gerty Allvin tel: 070-687 94 32 eller

Carl-Inge Gustafsson tel: 070-662 97 23



### **Kontakt HRF Kinda**

**Ordförande** Britt Nyström 070-926 56 58

**Kansli** 0494-132 50

**E-post** kinda@forening.hrf.se

**Webb** www.hrf.se/kinda

## Linköping

### Ordföranden har ordet

Med anledning av Corona-läget har HRF Linköping begränsat sin verksamhet och avstår från fysiska möten och träffar. Det innebär att

- Hagdahlska seniorcenter är stängt tills vidare.
- Kansliet på Fontänen är stängt tills vidare.

Ni kan fortfarande nå oss via e-post och vi lyssnar av vår telefonsvarare regelbundet.

Batterier finns att köpa på Fontänen, måndag–fredag kl 8–12, stängt under påsken 9–13 april. Det går också att få batterier hemskickade, 100 kr för 4 kartor och betala med faktura. Ingen fakturaavgift men kostnad för porto och paketering tillkommer. Fontänen nås på e-post info@fontanen.se, telefon 013-101719, SMS 070-903 294 386.

Information från oss kommer att gå ut via e-post, hemsida och Facebook. Vid tidigare e-postutskick har jag noterat att det finns en handfull medlemmar som bytt e-postadress och därför inte gått att nå den vägen.

Har ni bytt arbete, gått i pension eller bytt e-postleverantör, var uppmärksamma på att ni kan behöva anmäla ny e-postadress till oss.

Just nu testar vi styrelsemöten på distans. Har ni som medlemmar tips eller idéer om verksamhet som skulle kunna fungera på distans, så hör av er.

Ta hand om er, var försiktiga och följ myndigheternas råd.

Marianne Eriksson  
Ordförande



### **Kontakt HRF Linköping**

**Ordförande** Marianne Eriksson

**Telefon** 013-13 36 53 (telefonsvarare.Tala tydligt!)

**E-post** linkoping@forening.hrf.se

**Webb** www.hrf.se/linkoping

## Motala–Vadstena

### Till våra medlemmar inom

#### **HRF Motala-Vadstena.**

Självklart förhåller vi oss till myndigheternas beslut i dessa Coronatider och med tanke på våra medlemmars bästa har vi lagt ner all verksamhet under vårterminen.

Vi genomförde vårt årsmöte och den förändring som då skedde var att Stig Sandell lämnade styrelsen. Tack Stig för ditt arbete inom HRF.

Styrelsen har på olika sätt kommunicerat och så fortsätter vi tills allt lugnar ner sig.

Har Du som medlem frågor hör av dig till oss.

Övriga aktiviteter vi har bokad av är alla resor vi skulle genomfört under våren.

Tiden går fort och en förhoppning finns att våra sommaraktiviteter ska komma igång efter 1 juni.

Då vi har boulebannan och inte minst vår terrass att träffas på i god samvaro varje onsdag kl. 14.00.

Hur det blir med Nationaldagen 6 juni, Midsommarfest och PUB-afton med Lennart Lundström får vi återkomma till följ oss på hemsidan.

Flygblad finns uppsatta i entrén på Föreningshuset Vättersol med senaste nytt.

Hemsidan: hrf.se/motala-vadstena

Bästa hälsningar

Styrelsen för HRF Motala-Vadstena

Solvig Yngve, ordf. Mobil: 070-523 09 47

Berit Bartha, v. orf. Mobil: 073-3 70 78 10



### **Kontakt HRF Motala–Vadstena**

**Ordförande** Solvig Yngve

**Mobil** 070-523 09 47

**E-post** motala.vadstena@forening.hrf.se

**Webb** www.hrf.se/motala-vadstena

## Åtvidaberg

### Till våra medlemmar inom HRF Åtvidaberg.

Självklart följer vi myndigheternas beslut i dessa Coronatider.

Vi genomförde vårt årsmöte som planerat.

Påskfesten med underhållning av Frazzes Band ställdes in. Likaså vårt styrelsemöte med medverkan av ABF. Vi återkommer i höst med planerade studiecirkel om utnyttjande av mobiltelefoner.

Försäljning av batterier i Gallerian har tills vidare stoppats. Den som har behov av batterier tar kontakt med "Nocke", tel 070 531 30 13

Bussresan till Tåkern och Vadstena den 14 maj hoppas vi kan genomföras.

Information ges på vår hemsida: hrf.se/atvidaberg

Bästa hälsningar

Åke Andersson

Ordförande



### **Kontakt HRF Åtvidaberg**

**Ordförande** Åke Andersson

**Mobil** 070-303 73 92

**E-post** atvidaberg@forening.hrf.se

**Webb** www.hrf.se/atvidaberg

## Östra Östergötland

### Hej Medlem i HRF Östra Östergötland.

Hur har Du det i virus tider med Corona ?

Ensamheten kan kännas svår men vi är många som tänker på Dig.

Du som är hrf medlem, har du möjlighet att titta in på vår webb?

Där lägger vi ut fortlöpande information om eventuella aktiviteter.

När , var och vad för aktiviteter som eventuellt kan komma igång så småningom om.

Just nu är alla aktiviteter inställda tills vidare över en överskådlig framtid.

Ingen påskfest, inga föredrag, inga information tillfällen på Ingelstad shopping eller city.

Vår resa i år skulle gå från Linköpings till Borensberg med båt, under flera broar/slussar.

Vi får återkomma med program och datum så fort vet mer om framtiden.

Grovplaneringen av höstens eventuella aktiviteter är igång.

Behöver Du batterier orange/bruna, hel box med 10 kartor 200 kr kan du.

1. Sms 0769162345 till Anders Cedgren Namn
2. Du swishar betalningen till samma nummer.
3. Anders postar din beställning när betalningen är klar.

Med vänlig påskhälsning.

Ordförande

Johanna Pettersson



### **Kontakt HRF Östra Östergötland**

**Ordförande** Johanna Pettersson

**Mobil** 073-364 18 53

**E-post** ostra.ostergotland@forening.hrf.se

**Webb** www.hrf.se/ostergotland

## Information om digitala distansmöten

Det finns flera olika system som erbjuder digitala möten, dvs möte via dator, surfplatta eller mobil. Många av universiteten i landet idag använder programmet/appen Zoom för sin distansundervisning. Fördelen med Zoom är att du kan köra Zoom direkt i webbläsaren (eller via en app) utan att behöva logga in. En annan stor fördel är att Zoom stöder direkttextning, dvs vad skrivtolken skriver visas nertill som en textremsa. Det gör att det är lätt att avläsa den som pratar och är i bild. Zoom erbjuder dessutom möjligheten att chatta, ställa frågor och ge svar samt att du kan visa dokument eller presentationer på skärmen.

Mer information om detta hittar du på HRF Östergötlands hemsida, <https://hrf.se/ostergotland/>.

## Information om att larma 112 via SMS

Nu uppmanar HRF alla hörselskadade, och särskilt riskgrupper, att registrera sitt mobilnummer för tjänsten SMS112. På så sätt blir det möjligt att sms:a till SOS Alarm vid en nödsituation, till exempel för att tillkalla ambulans. Den som har en hörselnedsättning kan ha svårt att ringa till SOS Alarm. I många år drev HRF därför kravet att det skulle bli möjligt att skicka sms till nödnumret 112. Och till slut blev det verklighet; i dag kan hörselskadade sms:a till SOS Alarm. Kom bara ihåg att du måste registrera ditt mobilnummer hos SOS Alarm.

Mer information om detta finns på HRF:s hemsida, <https://hrf.se/hrf-viktigt-att-horselskadade-registrerar-sig-for-sms112/>

## INTRESSEGRUPPER

### CI/Vuxendöva

En grupp för dig som har Cochleaimplantat eller annat implantat eller för dig som kanske funderar på vad ett CI skulle innebära.

**Kontakt:** Intressegruppen är vilande. För information kontakta Susanna Ahlström, [ahlsus@hotmail.com](mailto:ahlsus@hotmail.com), 070-882 81 53

### Föräldrar till barn med hörselnedsättning

Gruppen ordnar föreläsningar för föräldrar och aktiviteter för föräldrar och barn.

**Kontakt:** Gunnel Johansson  
[gunnjoha0@gmail.com](mailto:gunnjoha0@gmail.com), 070-795 98 88

### Menière

En grupp för dig som har Menières sjukdom. Gruppen träffas några gånger per termin för samtal om aktuella frågor. Ibland bjuds någon föreläsare in.

**Kontakt:** Susanna Ahlström, [ahlsus@hotmail.com](mailto:ahlsus@hotmail.com), 070-882 81 53

### Tinnitus

Intressegruppen arbetar för att kunna starta självhjälsgrupper ute i distriktets kommuner. Samarbete finns med den fördjupade hörselvården i Region Östergötland.

**Kontakt:** Bo-Göran Ahl, [bo-goran.ahl@telia.com](mailto:bo-goran.ahl@telia.com), 070-571 78 87

### Yrkesverksamma

Intressegruppen för yrkesverksamma är vilande fram till årsmötet, då ny kontaktperson ska väljas.

