

östergyllen

augusti
2023

Kinda - Linköping - Västra Östergötland - Åtvidaberg - Östra Östergötland



Nyhetsbrev för
HRF Östergötland



distriktsmöte

Kallelse till Distriktsmöte,
torsdagen den 7 oktober,
kl. 10:00-14:00.

Vi bjuder på förmiddagsfika
samt lunch, mötet skrivtol-
kas. Sista anmälningdagen
till distriktsmötet är torsda-
gen den 7 september.

plats

Hotell Scandic Nord
Norrköping

tid

Lördag den 7:e oktober
10:00 - 14:00

anmälan

Senast 7 september
ostergotland@distrikt.hrf.se

frågor?

Distriktsordförande
Alexander Johansson
alex.johansson7@gmail.com

Distriktskanslist
Maria Loorents Peterson
ostergotland@distrikt.hrf.se
072-214 74 00



ordföranden har ordet

Hej alla medlemmar!

Som nyvald ordförande för distriktet vill jag först och främst tacka för förtroendet från alla föreningar. Sen vill jag tacka Bo Göran Ahl för sina 4 år som distriktsstyrelsen ordförande och jag är glad att han sitter kvar i styrelsen.

Vem är då jag?

Mitt namn är Alexander och jag är uppväxt i Edsbruk men bor nu i Norrköping med min sambo - och blivande fru - Denise, samt vår katt Zelda. Jag jobbar på Siemens Energy i Finspång med projektledning inom kvalitetsområdet.

Min hörselresa började redan när jag liten då det upptäcktes att jag ärvt en grav hörselskada från min pappa så jag har hörapparat på båda öronen. Jag kan tacka min envisa farmor för att hon låg på så jag fick mina hörapparater. Min farmor har alltid varit min förebild, hon växte upp på 1940-talet som hörselskadad, då var det inte lika accepterat att vara hörselskadad och på den tiden ansågs man som lågt begåvad. Men med stort mod och envishet så klarade hon sig igenom ett långt liv.

HRF har gjort väldigt mycket för hörselskadade så att ingen ska behöva ha det så som min farmor hade det. Nu är det mer accepterat med hörselskada, jag är därför stolt över att hjälpa HRF distrikt Östergötland att göra det ännu bättre för hörselskadade.

I det här informationsbladet kan ni medlemmar se föreningarnas aktiviteter för höst/vinter 2023 samt intressegruppernas kommande aktiviteter.

Något nytt från distriktet är att vi nu lagt upp kommande distriktsmöten på vår hemsida. Du som medlem är välkommen att skicka in frågor och om du vill delta på mötet som observatör men då krävs anmälan innan till vår mejl.

(Mer information om nästkommande distriktsmöte till vänster)

Slutligen vill jag och styrelsen önska alla medlemmar trevlig höst.

Alexander Johansson
Distriktsordförande

höstaktiviteter

yrkesverksamma

Träffa andra hörselskadade i yrkesverksam ålder. Umgås, utbyt erfarenheter och få information. Intressegruppen för yrkesverksamma har följande aktiviteter hösten 2023. Varmt välkomna!

spelkväll

Onsdagen den 13:e september
17:30 - 20:00

Vi träffas hos Maria Loorents Peterson i Norrköping och spelar brädspel tillsammans. Knytkalas där var och en tar med något tilltugg/ätbart.

arbetslivstolkning

Måndagen den 25:e september
18:00 - 19:00

Tolkcentralen kommer till Fontänen i Linköping och informerar om arbetslivstolkning. Både för dig som använder tolk idag, och för dig som är nyfiken på hur det fungerar.

målarworkshop

Söndagen den 15:e oktober
10:00 - 12:30

Målarworkshop med hörseltema på Folkuniversitetet i Linköping med Lenam Malmberg. Välkommen oavsett förkunskaper. Mer information finns online.



<https://www.folkuniversitetet.se/kurser-utbildningar/konst/maleri/linkoping/17178>

anmäl dig till YV-aktiviteter

ostergotland@distrikt.hrf.se
Ange tolkbehov vid anmälan

menièreträffar

att leva med menière
18:00 - 19:30

26:e september &
1:e november

Vi samtalar och delar med oss av våra erfarenheter, anmäl dig gärna i förväg. Vänner och anhöriga som önskar veta mer om hur det är att leva med Menières sjukdom välkomnas.

Var?

Fontänen, Västra vägen 32 i Linköping.
Lokal skyltas i receptionen.

Det finns

Hörselslinga i lokalen.
Gemensam skrivtolkning.
Fika till självkostnadspris.
Hör av dig vid behov av specialkost till fikat.

digitala kvällsträffar

Temat för träffarna är den ensamhet som många med Menières sjukdom upplever och hur den kan brytas.

Preliminära datum

19:e september
26:e oktober
15:e november

Anmälan & information

Mer information samt hur du anmäler dig kommer via HRF:s föreningar, distrikt och på HRF:s hemsida.

<https://www.hrf.se>



tinnitus

våren

Under våren har tinnitusgruppens arbete bestått av informering om tinnitus till kommuner. Bo-Göran Ahl har föreläst hos följande kommuner: Finspång, Boxholm, Ödeshög, Åtvidaberg, Motala och Mjölby. Under dessa tillfällen har HRF-föreningar medverkat och träffarna har skrivtolkats, dessutom har det informerats om skrivtolkning.

hösten

Under hösten planeras det ett samarbete med PRO och SPF:s distrikt. Tanken är då att Bo-Göran besöker pensionärsföreningarna och berättar om sin verksamhet.

Bo-Göran Ahl

bo-gorahl@bgahl.se

070-571 78 87

föreläsning kris- & hembereskap

Agneta Österman Lindquist och Marina Långström, instruktörer för Civildövsvarsförbundet, håller en hörselsmart föreläsning om kris- och hembereskap.

Hembereskap är att vara förberedd innan kriser sker. Dagens samhällsstruktur och den sårbarhet vi lever med gör det nödvändigt att vi alla lär oss mer om hur vi kompletterar den bereskap som kommunen och statliga myndigheter har och därmed ökar vår egen förmåga att klara oss i en krissituation. Föreläsarna tar upp tänkbara samhällskriser, vad man kan göra själv och visar lämpliga produkter.

Funktionsrätt
Östergötland



dag

7:e september

tillgänglighet

Skrivtolkning och hörslinga

tid

Klockan 13.00 - 14.30

anmälan

ingen föranmälan, begränsat antal sittplatser - kom i tid.

plats

Föreningshuset Fontänen,
Västra Vägen 32. Linköping.

frågor?

Susanna

susanna@funktionsratt-ostergotland.se

kostnad

ingen kostnad

kurser i teckenspråk och tecken som stöd

start

Start 5:e september, pågår under 10 veckor.

plats (teckenspråk)

Föreningshuset Fontänen,
Västra Vägen 32. Linköping.

frågor?

Frågor och funderingar välkomnas till lärarna via mejl-adressen nedan.

tider

Tisdagskvällar någon gång mellan 17:30 och 20:30 beroende på grupp indelning.

plats (tss)

ABF-huset, Västgötegatan 25.
Norrköping.

iKompetentaHänder
info@ikompetentahander.nu

kostnad

500kr



anmälan

via anmälningsformulär

<https://forms.gle/82UTLVBd7SFd7abe8>



kanslisten recenserar

Den 1 juni delade HRF förbundsordförande Mattias Lundekvam ut Jan-Peter Strömgrens kulturpris. I år gick priset till Kaj Hagstedt mellanstadielärare och författare. Han får kulturpriset för ungdomsromanen *Inte min tystnad*, som handlar om en 13 årig hörselskadad flicka. Priset går även till fotografen Carola Hedmark från Umeå för sin bildkonst "På upptäcktsfärd i isens magiska värld". Stort Grattis till kulturpriset Kaj och Carola.

Som ni säkert vet från förra numret av Östergyllen så är en av mina stora hobbies att läsa. För den som inte kommer ihåg min artikel berättade jag då om mitt stora intresse för att läsa böcker. *Inte min tystnad* är en barnbok den lämpar sig för 9-12 åringar men det hindrar inte mig en snart 50-årig tant från att läsa den. Tanken för mig också tillbaka till min ungdom då jag var i 20-års åldern och gick en sommarkurs i barn och ungdomslitteratur på dåvarande lärarhögskolan i Linköping som faktiskt ligger i närheten av fontänen där mitt kontor ligger i dag. Då plöjde jag igenom diverse barn och ungdomsböcker, analyserade och resonerade. Men det är en annan historia.

Boken *Inte min tystnad* av Kaj Hagstedt handlar om Tilda som är hörselskadad, hennes hörsel försvinner mer och mer och hon har tvingats lämna sin hemstad för att gå i en teckenspråksanpassad skola. På ett disco möter hon Samuel. Samuel tycker det är besvärligt i skolan när man ska prata inför klassen. Han blir svettig, nervös och orolig. I deras möte utvecklas en fin vänskap. De hjälper varandra att bli sitt bästa jag. Det vore synd att avslöja mer om vad som händer. Läs boken får du se! Du får även chans att lära dig lite teckenspråk.



Ps. Glöm inte bort att anmäla er till vår hörselvänliga bokcirkel på facebook. Vi ska precis börja läsa Marika Carlssons självbiografi "Såna som du ska inte va här". Liten notis är att Marika medverkat i SVT:s program Nyfiken döv.

Maria Lorents Peterson
Distriktskanslist

ci-träffar

plats

Aulan; Thapperska, Gamla Övägen 23. Norrköping.

tider

Lördag den 16:e september
10:00 - 12:00

Lördag den 18:e november
10:00 - 12:00

anmälan/frågor?

Elisabet Berndtsson

elisabet.s.berndtsson@outlook.com

Tolk kommer finnas.

styrelser

Som alla vana föreningsmänniskor säkert vet arbetas det flitigt med att få ihop styrelser inför årsmöten. Som distriktets kanslist har jag förstått att det inte alltid är en lätt uppgift.

Föreningarna inom distriktet har lyckats bra även om alla platser inte är fyllda; känner ni er manade så hör av er till föreningen och anmäl ditt intresse.

Din roll fyller en viktig funktion. Tillsammans är vi starka!

På nästkommande sidor kan ni se styrelsesammansättningarna i de olika föreningarna.

hrf kinda

kinda@forening.hrf.se

Ordförande

Carl-Inge Gustafsson
bodaby4321@gmail.com
0494-23040
070-662 97 23

Kassör

Vakant

Sekreterare

Gerty Alvin

Ledamöter

Jan Ericsson
Gunnel Ericsson
Åke Eriksson

Ersättare

Bertil Johansson
Lars-Erik Lindblad

hrf linköping

linkoping@forening.hrf.se

Ordförande

Vakant

Kassör

Marianne Eriksson
marianne.eriksson@bahnhof.se

Sekreterare, hemsida & sociala medier

Anna Gryszkiewicz

Ledamot, teknisk ansvarig

Peter Fischier

Ledamot, klubbmästare

Anneli Axelfur

Ledamot, IT

Gabriel Baravdish

Valberedning

Gösta Wettergren

föreningarnas styelser

hrf västra östergötland

vastraostergotland@hrf.se

Ordförande

Stefan Holmberg
Stefan.holmberg@gmail.com
073-043 62 00

Sekreterare

Solvig Yngve
sollan.P1@gmail.com
070-523 09 47

Kassör

Arne Andersson
nilarn@hotmail.se
070-557 45 85

Ledamot

Berit Bartha
berit.bartha@gmail.com
073-370 78 10
Marie Louise Björk
072-560 10 09

Kontaktombud Vadstena

Solveig Johansson
0143-12407

Revisor

Ulf Sundström
0143-14256

Ersättare

Lena Hålm

hrf östra östergötland

ostraostergotland@forening.se

Ordförande

Johanna Pettersson
hannajo140@gmail.com
073-364 18 54

Vice ordförande

Alexander Johansson

Sekreterare

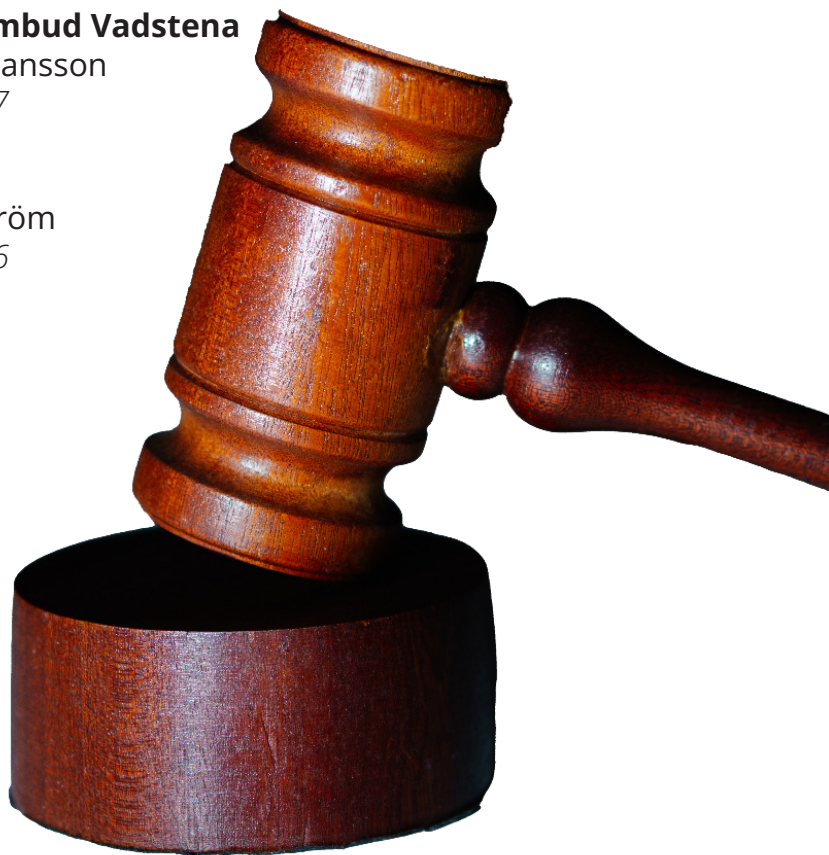
Elisabet Berndtsson

Kassör

Karin Jonsson

Ledamöter

Anders Cedgren
Helena Lunde



föreningarnas styelser

hrf distriktet östergötland

ostergotland@distrikt.hrf.se

Ordförande

Alexander Johansson
Alex.johansson7@gmail.com
070-788 23 54

Vice ordförande

Marianne Eriksson

Sekreterare

Susanna Ahlström

Kassör

Åke Andersson

Ledamöter

Johanna Petterson
Elisabet Berndtsson
Stefan Holmberg
Carl-Inge Gustafsson

Intressegruppen CI

Elisabet Berndtsson
Elisabet.s.berndtsson@outlook.com

Intressegruppen Tinnitus

Bo-Göran Ahl
bo-goran.ahl@bgahl.se

Intressegruppen Yrkesverksamma

Anna Gryszkiewicz
Gryszkiewicz.anna@gmail.com

Intressegruppen Menière

Susanna Ahlström
ahlsus@hotmail.com

Intressegruppen Föräldrar till barn med hörselnedsättning

Vakant

hrf åtvidaberg

atvidaberg@forening.hrf.se

Ordförande

Åke Andersson
Morkedalsgard@gmail.com
070-303 73 92

Vice Ordförande

Allan Petersson

Sekreterare

Vakant

Ledamöter

Edith Swärd
Gunnel Nilsson
Ingvar Nilsson
Ersättare
Gunilla Johansson
Hans-Evert Thuresson

Hedersmedlemmar

Kerstin Dahlström
Ulla-Maj Ekholm

Revisor

Ulla-Britt Lagström

Valberedning

Bo-Inge Nilsson

hrf runt om i landet

HRF Karlskrona har sina lokaler på Amiralitetstorget 13B.

Träffar du på HRF:s lokala-
vdelningar när du reser, ta en
bild skriv en kort beskrivning
och maila till ostergotland@distrikt.hrf.se så kanske din bild blir publicerad i Östergyllen.

Martin Peterson



Foto: Martin Peterson

kalendarium

hrf linköping



Hörseltester, hörselprat, föreläsning om hem- och krisberedskap.

kalendarium

hrf linköping



HRF deltar med ett informationsbord.
Välkommen att prata hörsel!



Föreningsmöte/Höstmöte kl. 13
Föreläsning kl. 14: Skådespelare och
musiker Jimmy Uller "Sin egen lyckas
smed". Jimmy Uller mottog HRF:s
kulturpris 2022.

Anmälan: linkoping@forening.hrf.se
eller SMS 076-020 35 89

kalendarium

hrf kinda



Vår lokal på Linnegata 7 Kisa, är öppen
varje tisdag mellan kl. 14.00 - 16.30, från
den 22 augusti - 12 december. Vi kommer
att ha olika arrangemang kl. 15.00 en del
tisdagar, ex underhållning, lite ovisst vad
ekonomin tillåter.



Medlemsmöte, (höstmöte), förhandlingar,
verksamhetsplan, ekonomi - information
om det aktuella läget.

Därefter blir det höstfest, det kommer
serveras mat. Mer information kommer i
augusti.



kalendarium

hrf åtvidaberg



utflykt till kinda

Ålundaplan, 2023-08-02 kl. 10.00

Utflykt till Kinda med egna bilar.
Samling vid Ålundaplan kl. 10.00

Vi besöker bland annat Drabo Häslobrunn
och Valö Café.



medlemsmöte

Frälsningsarméns lokal, 2023-09-13 kl. 17.00

Medlemsmöte i Frälsningsarméns lokal kl
17.00.

Information om "Nära hörselvård",
kaffeservering och underhållning.

Anmälan till "Nocke"
070-531 30 13, **senast** 10/9.



hörselskadades dag

Frälsningsarméns lokal, 2023-10-21
kl. 10.00 - 12.00

Hörselskadades dag. Frälsningsarméns
lokal kl. 10.00 - 12.00.

Vi bjuder på kaffe och bullar.
Information från förbundet på
storbildsskärm.



julfest

Frälsningsarméns lokal, 2023-12-6 kl. 17.00

Julfest i Frälsningsarméns lokal kl. 17.
Det serveras skinksmörgås, kaffe samt
pepparkaka. Underhållning.

Anmälan till "Nocke"
070-531 30 13,
senast 3/12.



batterier

Vill ni köpa batterier tar ni kontakt med "Nocke".
070-531 30 13

kalendarium

hrf västra östergötland



medlemsmöten

Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 14.00.
2023-08-16, 2023-08-30, 2023-10-11, 2023-10-25

Medlemsmöte, föreningsnytt och kaffepaus.



bingo

Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 14.00.
Varje jämn vecka

Bingo samt kaffepaus varje jämn vecka.
Klockan 14.00.



Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 14.00.
2023-09-13

Motala kommun informerar om krishantering, det bjuds på fika.



föreläsning om e-hjälpmeden

Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 14.00.
2023-09-27

Föreläsning samt kaffepaus.



Öppet hus, hörselinfo och hörseltest

Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 14.00.
2023-09-27

"Öppet hus", hörselinfo och hörseltest - quiz. Förtäring serveras under dagen.



under planering

2023-11-08, 2023-11-22, 2023-12-06



årets avslutande luciabingo

Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 14.00.
2023-12-13



nyårsfriande 2023

Föreningshuset Vättersöl i Motala. Kl. 19.00
Nyårsafton

Tillsammans firar vi in 2024! Sitt inte ensam, utan kom med i gemenskapen.

Mer kopplat till HRF Västra Östergötland finns på nästa sida.

kalendarium

hrf östra östergötland



augustifesten

Norrköping, 2023-08-18 & 2023-08-19

Informationsbord.



träffar cochlea-implantat (ci)

Aulan, Thapperska. Norrköping. Kl. 10.00 - 12.00
2023-09-16 & 2023-11-18

Anmälan görs till Elisabet.
elisabet.s.berndtsson@outlook.com



adventfest

Resturangen, Thapperska. Gamla Övägen 23.
2023-12-02 kl. 14.00

Luciatåg och lotteri

Anmälan görs till Karin per telefon, sms eller mejl.
073-959 62 79
karin_jonsson61@hotmail.com

planerade aktiviteter

ytterligare information senare

1) Tinnitusföreläsning under hösten i Norrköping och Söderköping. (Genomförs av intressegruppen för Tinnitus i samarbete med den lokala föreningen). Datum, plats och tid, annonseras i lokalpress och på affischer i närområdet.

2) Planering görs för föreläsningar inom CI under oktober/november i Norrköping.



medicinsk yoga

Aulan, Thapperska, Norrköping. Kl. 18.00 - 19.00
2023-09-07, 2023-10-05, 2023-11-02 & 2023-12-07

Minst: 10 personer, Max: 15 personer
Egen matta får tas med men yogan görs även från stol.
Kostnad medlem: 280: -, ej medlem: 350: -
Betaling görs för samtliga tillfällen, i samband med anmälan.

Swish (123-533 16 99) eller kontant.

Anmäl dig:

alex.johansson7@gmail.com ELLER 070-788 23 54



hörselveckan

hjälp oss bemanna bord!

15 oktober - Viberga stormarknad, Finspång.
Informationsbord med hörselprov.

21 oktober - Ingelsta, Norrköping.
Informationsbord med hörselprov

planerade resor

hrf västra östergötland

karlsborg
27 juli 2023

ullared
17 oktober 2023

skansen med julstämning
9 decemeber 2023

Mer kopplat till HRF Västra Östergötland finns på föregående sida.

Retunerade ex återsänds till
Föreningshuset Fontänen
Västra vägen 32
582 28 Linköping

BAKOM DESIGNEN

De allra flesta läsare har förmodligen redan lagt märke till den annorlunda designen av denna utlaga av Östergyllen. Mitt namn är Sixten Peterson och jag är son till distriktets kanslist, Maria Loorents Peterson.

En morgon (eller, ja... lunch för den som inte går upp vid klockan tolv), kom min mor ner till mig och sade att hon hade ett jobb åt mig. Som ett livs levande frågetecken satte jag mig upp i sängen och undrade vad tusan hon menade nu. Det visade sig att det var ont om folk att sköta designen av denna utlaga. Efter en lite noggrannare titt av tidigare varianter av Östergyllen gick jag med på att ställa upp och sköta designen för denna utgåva.

När jag satte mig ned för att börja så stannade jag upp ett tag och tänkte för mig själv att jag enbart har två alternativ. Antingen så gör jag läsarnas vanliga Östergyllen och efterliknar ett tidigare exemplar till det bästa av min förmåga, eller så gör jag det bästa jag kan - men något unikt. Här har ni det sistnämnda.

Det har varit en ära att få göra min tolkning på en

riktigt bra Östergyllen, och jag hoppas att du som läser finner min tolkning lika bra som jag vill anse att den är.

Mina personliga mål var att göra en estetsikt attraktiv men även lättläst och modern tolkning av Östergyllen, samtidigt som jag håller mig trogen till HRF:s grafiska profil. Några av besluten jag tagit under resans gång har därmed naturligt blivit att öka på storleken på texten, något som ökar tillgängligheten för den som har nedsatt syn samt ökar läsbarheten. Ytterligare har jag valt att lägga ett större fokus på att integrera bilder på sidorna för att ge en mera levande Östergyllen. Min förhoppning är att den mera levande Östergyllen gör att du vill läsa ditt exemplar så snart du har den i handen.

Med det sagt vill jag bara inflika att även om jag under min pågående gymnasieutbildning i teknik läst kurser såsom, Digitalt Skapande 1, Gränssnittsdesign och Webbutveckling 1, som alla berör grafik på ett eller annat vis, så har jag aldrig designat något som detta förut.

Normalt sätt är min kompetens i högsta grad kopplad till programmering och webbutveckling/utveckling av hemsidor, något jag gör som ett jobb - vid sidan av mina studier - inom ett eget företag. För den som är intresserad hänvisar jag dig till min personliga hemsida, samt mitt företags hemsida:
<https://snicon.rip>
<https://winterzone.se>

Slutligen vill jag även förmedla det faktum att jag har min mor att tacka för mitt medlemskap i HRF, samt att jag lider av ljudkänslighet och tinnitus.

Sixten Peterson
WinterZone AB

sixten.peterson@winterzone.se
073-342 65 85

Åsikter och feedback?

Har du synpunkter om denna utlaga av Östergyllen så får du gärna höra av dig till distriktets kanslist.

Distriktskanslist
Maria Loorents Peterson
ostergotland@distrikt.hrf.se
072-214 74 00

Produktion: Föreningshuset Fontänen - Augusti 2023 - Antal ex 900

Design: WinterZone AB

Ansvarig utgivare: Alexander Johansson - Redaktör: Maria Loorents Peterson
Nästa nummer: Preliminärt januari 2024