

# DistriktsNytt

HÖRSELSKADADES DISTRIKT  
I STOCKHOLMS LÄN

NR 4  
2010



**Intressanta mässor**

**TV-program om CI**

**Radiointervju om hörlurar**

**Menièrebesök från Danmark**

**"Befria samtalet"-lag på Blodomloppet**

**Textad kultur**

# INNEHÅLL

---

- 3 INGENTING ÄR OMÖJLIGT
- 4 MÄSSOR OCH KURSER
- 5 VUXENDÖVRÅDET
- 6 HYVIS BLODOMLOPP
- 7 BESÖK AV VÄNNER FRÅN DANMARK
- 8 INTRESSANT INTERVJU OM HÖRLURAR
- 9 TINNITUSKAMRATERNA
- 10 OM CI I TV
- 11 TEXTAD KULTUR

## OMSLAG

---

Från Menière-föreningens  
Danmarksbesök: Lena Nilsson,  
Renate Kauschwitz, Jay Boutrup,  
Seija Bexar, Sören Dalmark,  
Axel Grarup



## REDAKTION

---

REDAKTÖR: ULLA SAND

ANSVARIG UTGIVARE: YVONNE OLSEN

REDAKTION: DISTRIKTSNYTT, HÖRSELSKADADES DISTRIKT,  
BOX 38 180, 100 64 STOCKHOLM. UTKOMMER MED 5 NR/ÅR.

Signerade artiklar är författarens åsikt och där så uttryckligen anges, är det organisationens åsikt.

MANUSSTOPP 8/11

NÄSTA NUMMER BERÄKNAS POSTAS 3/12

ÖVRIGA MANUSSTOPP: 8/11 (POSTAS 3/12), 10/1 -11 (POSTAS 28/1 -11)

DISTRIKTSNYTT SKICKAS TILL MEDLEMMARNA I DISTRIKTETS LÄNSFÖRENINGAR SAMT 10 EX TILL VARJE LOKAL FÖRENING.

# INGENTING ÄR OMÖJLIGT, DET GÄLLER BARA ATT KOMMA PÅ HUR MAN SKA GÅ TILL VÄGA!



Sköna stunder i hängmattan är som gjorda för att läsa böcker man annars inte hinner med och själv har jag under sommaren satt tänderna (eller om det är läsglasögonen) i tegelstenen "Ur tystnaden" av Åke Ahlsén för att lära mig mer om HRFs bakgrund och hörselvårdens utveckling. Mycket intressant läsning har det blivit och en del överraskande fakta. Vad sägs om följande citat från Svensk Byggnorm 1980: "Om en högtalaranläggning installeras i en samlingssal skall salen förses med teleslingor". Det är 30 år sedan detta skrevs och fortfarande brottas vi med att få till stånd fungerande hörslingor i offentliga lokaler.

Många kapitel i boken ägnas åt hörapparaternas utveckling, kostnader för brukaren vid utprovning eller reparationer samt behovet av att se till hela människans välmående och inte bara audiogram eller decibelgränser. Detta är också i högsta grad fortfarande aktuellt. Under hösten 2010 deltar distriktet i landstingets arbete med att formulera vilka krav som ska ställas på framtidens leverantörer av basal hörselrehabilitering.

Under hösten väljer vi också vilka som ska regera i land, landsting och kommuner de kommande åren. De olika riksdagspartierna ska enligt uppgift sända kortare TV-filmsekvenser med sina budskap och jag skickade via mail en förfrågan till samtliga om de tänkt på att texta filmerna. M var enda parti som svarade över huvud taget och de skrev att de "inte har någon information om filmen skulle vara textad" utan hänvi-

sade till sin tillgänglighetsanpassade webbsida med "talwebb" (!) och möjlighet att öka teckenstorleken. Så om vi inte nöjer oss med talwebb eller stora bokstäver i datorn det finns det lite att göra.

Ingenting är omöjligt, det gäller bara att komma på hur man ska gå till väga!

Och med detta sätter vi igång verksamheten efter vår välbehövliga sommarvila.

*Agneta Österman, ordf*

---

## Missa inte

vår omgjorda webbsida. Finjusteringar sker löpande och alla kommentarer, förslag och förbättringsidéer välkomnas!  
[www.hrf-sthmsdistrikt.org](http://www.hrf-sthmsdistrikt.org)

---

## Noterat från Riksförbundet

Nästa HRF-kongress äger rum 31 maj-3 juni 2012 i AROS kongresscenter i Västerås.

Redan nu önskar man att föreningar och distrikt börjar fundera på vilka fokusområdena ska vara i kommande handlingsprogram och anger nedanstående alternativ. Vår uppgift är att välja ut de tre vi anser vara viktigast samt att motivera varför vi valt just dessa. Alternativen är:

Hörselvård, Utbildning, Arbetsliv, Vård, omsorg, Tillgänglighet, Forskning, Internationellt, Organisation.

## ETT BRA LIV 29 sept - 1 okt

Plats: Stockholmsmässan, Älvsjö

Onsd, torsd 29-30/9 kl 9-17, fred 1/10 kl 9-15

Ett Bra Liv är en mötesplats för personer med funktionsnedsättning oavsett ålder samt anhöriga och yrkesgrupper som arbetar inom dessa områden. Kostnadsfria seminarier samt utställning med fokus på bl a hälsa, friskvård, kost, fritid och hjälpmedel. Program finns på [www.ettbraliv.com](http://www.ettbraliv.com).

Föreläsningar och aktiviteter som rör hörselområdet:

29 sept kl 11.30 - 12.30, lokal C2

Tinnitus och måste man höra dåligt på äldre dar? Ulf Rosenhall, Karolinska Institutet.

30 sept kl 9.30-10.30, lokal C2

Hörselskador, buller, kommunikation. Barbara Canlon, Karolinska Institutet.

30 sept kl 13.00-15.00, lokal C6

Hörselvården i rörelse - Vårdval och Fritt Val av hörhjälpmedel. I samarbete med: Leverantörsförningen Svensk Hörsel

## ALLA MÖJLIGA MEDEL 26 okt

Mässan med de senaste hörselprodukterna och tjänsterna

Debaser Medis, Medborgarplatsen, Stockholm  
Klockan 14.00–20.00

Fri entré

För mer info: [www.allamojligamedel.se](http://www.allamojligamedel.se)

Arrangör: Hörselskadades förening i Stockholm

Mäsutställning

Utställare visar spännande hörselprodukter och tjänster för dig som är nyfiken på nya kommunikationsmöjligheter. Se olika lösningar för arbetsliv och vardag.

Föreläsningar

En nyhet är våra intressanta och kostnadsfria föreläsningar på tema hörsel. Föreläsningarna sker i samarbete med Centrum för hörseloch kommunikationsforskning vid Karolinska Institutet. Se programmet på [www.allamojligamedel.se](http://www.allamojligamedel.se).

Kafé & mingel

Under hela dagen erbjuder vi möjligheten till en paus i kaféet som ligger i direkt anslutning till föreläsningssalen och utställningen.

## ID-DAGARNA 13 - 14 okt

Hjälpmedelsinstitutets Informations- och Demonstrationsdagar på Factory Nacka Strand, Stockholm

Mässa med ny teknik, hjälpmedel, metoder och tjänster för personer med funktionsnedsättningar.

I utställningen visar företag och organisationer upp produkter, anpassningar och programvaror.

Mer information finns på [www.hi.se/iddagarna](http://www.hi.se/iddagarna)

Entre: 100 kr. 50 kr för studenter (studentleg), medlemmar i brukarorganisationer (medlemskort) och pensionärer (giltigt intyg från Försäkringskassan).

## FRISKVÅRD

### SENIOR-QIGONG

Den 29 september kl 12.15 startar vi höstens omgång av QiGong på Tellus, Lignagatan 6, hörnet av Hornsgatan. Ta T-bana till Hornstull, uppgång Högalid, alternativt buss 4 som stannar i närheten.

QiGong bevarar din hälsa och är medicin för hela människan både för kropp och själ, stimulerar och aktiverar olika kropps-funktioner och verkar läkande och lugnande.

Vi träffas 10 gånger och tränar tillsammans.

Kostnad: 150 kr betalas på plats + CD skiva med innehållet i träningen

Anmälan görs senast den 20 september till distriktskansliet, tel 702 30 50, e-post: [kansli@hrf-sthlmsdistrikt.org](mailto:kansli@hrf-sthlmsdistrikt.org)

### Prova-på-tillfälle!

### MINDFULNESSbaserat BILDSKAPANDE

Mindfulness-baserat bildskapande är ett rehabiliteringsprogram som integrerar enkla yogaövningar, avslappning, måleri och mindfulness-meditation.

Anna-Maria Kargadouris, dipl. bildterapeut och medlem i Svenska Riksförbundet för Bildterapeuter, håller i workshopen.

Lördagen 18 september klockan 13–17, Blekingegatan 28A

Kostnad (betalas på plats): 50 kr (medlemmar Hörselskadades förening i Stockholm), 100 kronor (övriga)

Anmälan: senast 15 sept till telesvar 462 24 36 eller [kansli@hrfstockholm.se](mailto:kansli@hrfstockholm.se). Begränsat antal platser!

Ta med underlag samt bekväma kläder.

Tolk beställs via tolkcentralen.

Mer info: [www.bildterapiforum.se](http://www.bildterapiforum.se) och [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se)

Arrangör: HRF Stockholm

## **AUDIOLOGISK DAG 11 nov** **KOMBINERAD SYN/HÖRSELNEDSÄTTNING OCH** **DÖVBLINDHET I ETT LIVSPERSPEKTIV**

Radisson Royal Viking, Vasagatan 1, Stockholm

09.00 Registrering

09.50 Inledning

### **Barn och ungdomar med dövblindhet**

10.00 Barn med medfödd dövblindhet

Hans-Erik Frölander, leg psykolog

10.30 Synskador hos barn och ungdomar

Sten Andreasson, överläk, prof

11.00 Att dela sitt liv med experter

Gunilla Kvist, rektor

11.30 Silverörat och Arnbrinks utmärkelse

11.50 Lunch och utställningsbesök

### **Vuxna med dövblindhet**

13.20 Om vikten av tidig korrekt diagnos och prognos

Lisbeth Tranebjærg överläk, prof (förel på engelska)

13.40 Att vara lindansare - om livet som dövblind

Femke Krijger, jurist (förel på engelska)

14.20 Presentation av utställningsvinnaren

14.30 Kaffe och utställningsbesök

### **Att åldras med dövblindhet**

15.10 Kombinerad syn- och hörselnedsättning

hos äldre personer Per-Olof Edberg, konsulent

15.30 Dövblindhet och demens

Egle Öhman, leg psykolog

15.50 Dövblindhet i ett livsperspektiv

Stig Ohlson, fd ordf FSDB

Anmälan senast 8 okt på [www.hLse/audiologiskdag11nov](http://www.hLse/audiologiskdag11nov)

900 kr betalas till pg 210949-4. Ange ditt namn samt ort.

I priset ingår kaffe/te och lunch.

Slinga och skrivtolkning, meddela vid anmälan om tecken-  
tolk önskas.

Info: Lena Hammarstedt tel 08-753 59 40

[lena.hammarstedt@mogard.se](mailto:lena.hammarstedt@mogard.se)

**VARMT VÄLKOMNA!**

Svenska Audiologiska Sällskapet [www.sasaudio.se](http://www.sasaudio.se)

## **VUXENDÖVRÅDET**

Efter en varm sommar börjar allvaret och sammanfattning av vad som hänt under sommar.

Vid Tolkrådets sammanträde i juni påtalades att vi vuxendöva är dåliga på att beställa tolk. Att använda tolk är ett bra sätt att kunna delta vid alla tillfällen och vi bör utnyttjade det mer. Ser politikerna minskat antal tolkbeställningar kan det bli så att det inte avsätts tillräckligt med pengar för att vi alltid ska få tolk. Vi måste avboka beställda tolkar i god tid, det kostar mycket att avboka mindre än 48 timmar före beställd tolkning.

Tolkcentralen anmälde att de vill bli mer synliga och tar tacksamt emot inbjudningar för att visa upp sig på föreningsmöten mm.

Referensgruppen för tolkbeställning hade möte i juni. Det ska bli en ny hemsida för att beställa tolk via internet. Vi fick se förslaget som arbetats fram och fick komma med synpunkter. I höst hoppas referensgruppen att allt ska vara klart.

Riksförbundets ordförande Jan-Peter Strömgren skrev i DN om tecknade stadsvandringar och hoppades att det skulle återkomma, men att tider mm borde läggas så att alla kan delta.

Hitta information om färdtjänstresor gör man på Färdtjänstens webbplats: [www.fardtjansten.sll.se](http://www.fardtjansten.sll.se) Där kan man läsa om nyheter, beställa resor mm på Mina sidor. Från och med april får man ytterligare 8 resor, det gör att man kan göra 198 resor under året. Dessa extra resor läggs automatiskt in om under perioden april till juni om saldot understiger 55 resor.

Tillgänglighet på bl a socialkontor och vårdcentraler gör det svårt för oss hörselskadade att besöka dem. Även knapptelefoner är svårt att använda för oss. Vi får försöka påtala detta för även vi hörselskadade ska kunna besöka dessa platser och vårdpersonal bör få vetskap om hur de ska kommunicera med oss.

Granskningsnämnden har lagts ner. En ny myndighet Myndigheten för Radio och TV har startats 1 augusti. De kommer också ha hand om textade program och SVT Play. Mer info kommer senare.

VXDR tar gärna emot frågor och förslag till sådant vi kan arbeta med. Kontakta oss gärna.

*Ingrid Bengtsson*

txt 08-79882876 eller via föc 90160 begär 08-7982876

[ingrid.bengtsson@bredband.net](mailto:ingrid.bengtsson@bredband.net)

## HYViS blodomlopp!

Vad är nu detta? Hyvis är som vi alla vet en synnerligen levande förening med flera hundra mer eller mindre aktiva medlemmar. Och eftersom tidigare projekt som "Stavgångsbrännet" i Hagaparken snavade på sina egna stavar och självdog... bestämde vi i styrelsen oss för att satsa på detta behjärtansvärda arrangemang som även vädjar till oss vanliga dödliga att stödja mänskligheten genom att lämna en skvätt blod då och då. Detta är frivilligt naturligtvis.

Vi var 6 deltagare som tillsammans med flera tusen andra travade iväg i lagom tempo. Vi Hyvisar kunde stoltsera med våra snygga "Befria samtalet" t-shirtar. Djurgården var bedövande vacker i sin försommargrönka och regnet höll upp precis tills vi hade tuggat i oss den sista tuggan av den utsökta picnic korg som vi belönades med efter väl förrättat värv.

Vi hade en jättetrevlig kväll tillsammans och nu ser vi fram emot nästa "Blodomlopp" våren 2011 och hoppas även att vi blir ett stort gäng från "Hyvis" som ger "järnet".

Måsågott alla i sensommaren

Ulla T



## SHIBA HAR TRÄFFAR

(Svenska hörselskadade med invandrarbakgrund)

**söndag 10 okt och 14 nov**

kl 14-17 på Blekingegatan 28 A

Vi fikar (kostar 15 kr) och har trevligt. Om du vill komma, anmäl dig till Tara så vi vet hur mycket fika vi ska köpa in.

Tara Ahmed, 073- 552 05 88 eller amrebwar@hotmail.com



## HYVIS PUBKVÄLLAR

på Shamrock, Folkungagatan 102 (T-bana Medborgarplatsen nära korsningen Renstiernas gata)

**Torsdagar kl 18-20: 7 okt, 4 nov, 2 dec**

Kom och ta en öl, cola eller kanske ät en bit.

Vi sitter i "Whisky-rummet" eller vid bord intill.



## Prova på Linedance!

Att stå i rad och utföra danssteg tillsammans - det är linedance. Ett härligt sätt motionera både ben och huvud! Vill du testa är du välkommen att prova på måndagen den 20 sept kl 18.00-18.45. Om tillräckligt många vill gå en nybörjarkurs i linedance startar vi en sådan.

Vi har även en kurs i höst för "fortsättarna" (som kontaktas personligen).

Såklart har vi hörselslinga på våra kurser!

*Plats:* Liljeholmshallen, motionsrum 1 öv, Mejerigatan 4

*Tid:* 10 måndagar kl 18-20 med start 20/9

*Anmälan till båda kurserna:* senast 13 sept på ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org eller tel 702 30 54.

*Pris:* medlem i HRF HYViS el SDR 500 kr, annan HRF-förening 600 kr, ej HRF-medlem 800 kr.

## MEDLEMSMÖTE

Välkommen till medlemsmöte torsdag 21 oktober kl 18.00 på Rosenlund, Tideliussgatan 12, 9 tr.

Sedvanliga mötesfrågor kommer att behandlas.

Som vanligt bjuder vi på något lätt att äta!

## Nätverket 1865 startar cirklar i TSS!

TSS, Tecken Som Stöd, används för att stödja avläsningen för oss som använder svenska som förstaspråk. TSS innebär att vi tecknar för att förstärka talet. TSS ska inte förväxlas med svenskt teckenspråk, som är ett eget språk.

Under hösten startar Nätverket 1865 två kvällscirklar. Alla är välkomna och cirklarna är kostnadsfria! Eventuella materialkostnader betalar deltagarna själva.

Nybörjarkurs: varannan torsdag, start 23/9, kl 17.30-19.00.

Kurs för deltagare med tidigare kunskap: varannan torsdag, start 30/9, kl 17.30-19.00.

Lokal: HRF Stockholm, Blekingegatan 28A (t-bana Skanstull)

Ledare för cirklarna är Ludvig Ahlström.

Anmälan via e-post till 1865@hrfstockholm.se

*Hälsningar Nätverket 1865*

Nätverket 1865 är ett nätverk inom Hörselskadades förening i Stockholm med aktiviteter som är sociala, spontana, hörbara och mest utåtriktade. Vi riktar oss främst till hörselskadade 18-65 år. Läs mer på [www.hrfstockholm.se](http://www.hrfstockholm.se).

## Besök av vänner från Danmark

Deltagare från Danmark: Renate Kauschwitz, formand for Menièreudvalget, Jay Boutrup, medlem af Menièreutvalget, Søren Dalmark, landsformand Høreforeningen, Axel Grarup, utvalgsmedlem (se bild på framsidan).

Besöket den 10 augusti inleddes med kaffe och tårta på distriktskansliet. Ombudsman Seija Bexar informerade om HRF, distriktet och Menièreföreningen. Från Menièreföreningen deltog även Lena Nilsson och Lilian Rapp.

Ordföranden Yvonne Olsen skulle ha deltagit och hälsat våra vänner välkomna men tvingades lämna återbud i sista minuten. Hennes hälsning och önskan om en givande dag framfördes.

Våra gäster var väl förberedda och hade många frågor att ställa. Det kunde ibland bli lite svårt att förstå danskan.

Deras organisation är uppbyggd lite annorlunda än vår, dom har ca 10 000 medlemmar inkluderat alla inom hörsel.

Den stora skillnaden är att Menières sjukdom inte är klassad som en sjukdom i Danmark såsom den är i Sverige. Detta innebär en försämring i behandling och diagnos för danskarna.

En annan stor skillnad är att hjälpmedlet Meniette tillhandhålls gratis i Danmark men inte i Sverige. Man avstår också från att behandla med läkemedlet Gentamycin, vilket vi i Sverige behandlar med. Efter mötet på kansliet, bjöd vi våra vänner på lunch i Gamla Stan.

Sedan var det dags att åka till Karolinska Sjukhuset för ett studiebesök på Hörsel och Balanskliniken. Dr Tatjana Tomanovic tog emot oss och började med att visa runt i klinkens alla behandlingsrum och berättade vad man gör i de olika stationerna, hur man behandlar en menièrepatient och hur kliniken är uppbyggd. Vi bjöds på kaffe och kakor och verksamhetschef Sten Hellström berättade om hörselvården i Stockholms län. Frågorna från våra danska gäster var många och alla besvarades. Besöket skulle vara ca en timme men blev över två timmar långt. Vi är stolta och tacksamma över att vi fått ta del av



Sten Hellström



Tatjana Tomanovic

all kunskap och tid! Ett stort tack till Tatjana och Sten för det intresse och den vänlighet vi blev visade!

Nu tog vi farväl av landsformand Søren Dalmark som skulle vidare på nordiskt hörselmöte på Färöarna. Dagen avslutades med middag på Morten Trotzig i Gamla Stan. Från föreningen deltog Karin Henning och Seija Bexar. Kvällen var varm och innergården och den goda maten på Morten Trotzig bidrog till den fina stämningen. Efter en trevlig kväll var det så dags att ta farväl och önska våra danska gäster en angenäm resa hem dagen därpå.

Vi hoppas att besöket fyllt alla förväntningar och vi ser fram emot kommande samarbeten.

*Lena Nilsson, vice ordf*

## TEMATRÄFFAR HÖSTEN 2010

på Rosenlund, Tideliugatan 12, 9 tr

### 28 september kl 14-16

Tema: "Menières sjukdom – diagnos och konsekvenser"

### 19 oktober kl 14-16

Tema: "Menières sjukdom – praktiska tips"

Ingen föranmälan behövs, vi bjuder på fika.

**Varmt välkommen!**

## MEDLEMSMÖTE

Välkommen till medlemsmöte tisdagen den 2 november kl 17.30 på Tideliugatan 12, 9 tr, fikarummet.

Sedvanliga mötesfrågor kommer att behandlas.

Vi bjuder på smörgåstårter mellan kl 17.00-17.30.

## FÖRELÄSNING

Torsdagen den 28 oktober kl 17.30

### "För- och nackdelar med gentamisin-behandlingen i Menières sjukdom"

dr Tatjana Tomanovic, specialist i hörselrubbningar, Hörsel- och Balanskliniken.

Plats: Rosenlund, Tideliugatan 12, 2 tr

Ingen föranmälan behövs, fri entré!

**Varmt välkommen!**

# INTRESSEFÖRENINGEN ÖVERKÄNSLIGHET FÖR LJUD (ÖFL) I STOCKHOLMS LÄN

Den 4 augusti 2010 hörde jag en

## intressant intervju på P1, "Plånboken"

Visst är det trevligt och bekvämt att alltid kunna ta med sig musik vart man än går. Men det omfattande musiklyssnande skapar också nya riskgrupper. P1 ville testa vilka hörlurar som är bra, vilka är snygga och framför allt undersöka om det finns några som inte skadar hörseln? Isabelle och Jonas, två ungdomar som lyssnar mycket på musik och går estetisk musiklinje testade 3 olika lurar.

- Pioneer SE M290, 2 stora svarta kåpor med bygel över huvudet

- Cos Porta Pro, 2 små aluminiumfärgade kåpor (mycket populära bland ungdomar)

- Scal Candy instickslurar (instickslurar i allmänhet är de mest använda)

Audiologen Ulrik Schmidt, öronmottagningen, Sundsvalls sjukhus: Tidigare talade vi om typiska bullerskador på grund av att man arbetade som skogs- eller byggarbetare. I dag med ett omfattande musiklyssnande talar vi om "moderna hörselskador", eller "I pod öron". Instickshörlurar ligger väldigt nära trumhinnan och ger ett direkt och högt tryck och en mycket kraftig påverkan på hörseln.

Ulrik säger att rent generellt är känseln en del av vår hörsel. Instickslurar tar bort hela känseln och gör att det blir svårt att avgöra hur högt ljudet egentligen är.

Reportern frågar: När spelar man för högt? Var går gränsen?

Mikael Westin som är hörseltekniker ger några exempel: Enligt Socialstyrelsens normer får man inte arbeta längre än - 8 timmar i en miljö på 90 dBA, vilket motsvarar en motorsåg eller en tung lastbil.



- 2 timmar är maxtiden vid 100 dBA, vilket motsvarar ljudet i ett plåtslageri

- 30 minuter gäller vid en ljudnivå på 110 dBA.

Audiologen Mikael menar också att höga ljud kan bli beroendeframkallande, det är som att äta stark kryddat mat, man frisätter då smärtstillande ämnen från nervsystemet. Det är något man vänjer sig vid och till och med kan må bra av – visst är det beroendeframkallande när man lyssnar på höga ljud!

Om man efter lyssnandet råkar ut för att ha lockkänsla och, eller pip i öronen är det "fara å färde" och då har man defini-

forts sid 9

HRF Tinnitusföreningen, HRF Intresseföreningen Överkänslighet För Ljud (ÖFL), HRF Huddinge och ABF Huddinge inbjuder medlemmarna i samtliga distriktets föreningar till

## 2 X FREDRIKA – VÄGRÖJARNA

av Christina Nilsson-Ramberg, idé Gunnel Stenqvist

onsdagen den 22 sept  
kl 18.00

ABF Huset i Huddinge  
Kommunalvägen 26

Två unga Fredrikors liv idag och igår. I ett drömspel möts två historiska kvin-



nor – författarna och pionjärerna Fredrikorna Bremer och Runeberg. Fredrika Runeberg var själv hörselskadad. Föreställningen är framtagen av Årstasällskapet för Fredrika Bremer-studier. Speltid ca 60 min

Skådespelare: Charlotta Åkerblom och Veronica Dahlström

Bokning av biljetter - Fri entré

Bindande bokning av biljetter: distriktskansliet, tel 702 30 50 eller kansli@hrf-sthmsdistrikt.org senast den 13/9.

Bokade biljetter utdelas en halvtimme före föreställningen på plats.

Slinga finns

**Varmt välkommen!**

forts fr sid 8

tivt haft för höga ljud under för lång period. Både Audiologen Mikael Schmidt och hörselteknikern Mikael Westin avråder bestämd från instickslurar och propparna från Scal Candy, då är det mycket bättre med hörselkåpor av hög kvalitet.

De båda ungdomarna Jonas och Isabelle avråder också från instickslurar, de är både för skrälliga, ligger för nära trumhinnan, ramlar lätt av.

Pioneer SE M290 känns bäst och säkrast och har högst kva-

litet. De är dock stora och klumpiga på stan, buss eller tunnelbana och framför allt Isabelle förespråkar att vid dessa tillfällen är Cos Porta Pro smidigare.

Båda tycker bestämd att kvalitet går före snygghet! Inga lurar skyddar dock från hörselskador, det enda som gäller här är att hålla sig till rätt ljudnivå under rätt tidsintervall.

*Gabriele Galehr*

(med reservation för rättstavning av märkesnamnen)

## TINNITUSFÖRENINGEN Bilagor medföljer till medlemmar i Tinnitusföreningen.

### Ordförandehälsning

*"Gud, ge mej sinnesro att acceptera  
det jag inte kan förändra,  
mod att förändra det jag kan och  
förstånd att inse skillnaden"*

Sitter på en skärgårdsö och begrundar innebörden av den s.k. sinnesrobönen. Den är mycket välformulerad och innehåller stor visdom som kan passa in i livets alla skiften. Många med mej som brottas med tinnitus och hörselnedsättning har svårt att acceptera vårt handikapp. Själv blir jag tidvis jättearg och vill bara slå ner någon.

Största hjälpen är att träffa tinnituskamrater, dom vet hur det känns och vi kan klaga en stund tillsammans och tycka synd om oss. Så plötsligt vänder det och vi skrattar åt eländet och mår ganska bra igen tack vare alla dessa empatiska medmänniskor som engagerar sig djupt i andras problem.

Apropos problem och hjälpsamma medmänniskor: Vi har inom föreningen en längre tid umgåtts med planer på att försöka skapa en slags väntjänst inom distriktet till hjälp och stöd åt tinnitusdrabbade och hörselskadade i alla åldrar. Vi frågade runt i lokalföreningarna och upplevde intresse men bristande tid gör att man inte vågar engagera sig. Vi har i stället funderingar på att liera oss med en redan väl etablerad väntjänst, Södermalms frivilligcentral Viljan. För deta krävs en period som "novis" hos Viljan innan vi går ut på allahanda uppdrag. Du som läser detta kanske skulle vilja engagera dej i denna verksamhet. Hör i så fall av dej till distriktets expedition.

I höstens program ingår en teaterföreställning "2 ggr Fredrika", se sid 8 samt sedvanliga kamratträffar.

Väl mött

*Ingrid och styrelsen*

*Tinnitus-*  
*kamraterna*

HÖSTEN 2010



Den 1 september var vårt första möte med Tinnituskamraterna. Två träffar återstår. Vår traditionella julavslutning är den 8 december med glögg och glada sånger, pepparkakor och lussekatter. Varmt välkommen!

Hörselskadades distrikt, Tideliugatan 12, 9 tr (Rosenlund):

29 SEPTEMBER KL 13-15

6 OKTOBER KL 18-20

8 DECEMBER KL 13-15

JULAVSLUTNING

Undrar du över något ring eller maila Kerstin Nelsäter (kontaktperson för Tinnituskamraterna)

Tel 580 332 32, e-post: kerstin.nelsater@globalnet.net

Teater 22/9 "2 X FREDRIKA - VÄGRÖJARNA"  
se sid 8!

### MEDLEMSMÖTE

Välkommen till medlemsmöte den 10 november kl 17.30!

Sedvanliga mötesfrågor kommer att behandlas.

Mellan kl 17-17.30 bjuder vi på smörgåstårta.

# COCHLEA IMPLANTATFÖRENINGEN

## Lite från CI-föreningen

Det har inte hänt mycket, sommaren har varit varm, men nu tar vi nya tag. En presentation av vår nye ordförande Anders Hansson hittar du här intill.

Snart är ombudsman Berit Hagström tillbaka på distriktskansliet efter sin mammaledighet. Hon arbetar med de lokala föreningarna i distriktet och ska från och med i höst även vara ansvarig tjänsteman för CI-föreningen. Vi tackar Agneta Österman för hennes arbete under våren och hälsar Berit välkommen att stödja oss i föreningen.

Tid, plats och program för medlemsmötet i oktober är inte klart, men inbjudan till mötet skickas ut senare i ett medlemsbrev. Styrelsen har sammanträde 29 augusti under en båtresa till Åland då höstens planering kommer att göras.

På uppdrag av styrelsen

*Ingrid Bengtsson*

## Ny ordförande i CI-föreningen

Att skriva en presentation om sig själv är svårt, om man dessutom inte anser sig speciellt bra på det gör ju inte saken vare sig enklare eller roligare. I vilket fall är jag CI-föreningens ordförande sedan 5 månader tillbaka så det är verkligen hög tid att jag presenterar mig.

Mitt namn är Anders Hansson, född och uppvuxen i Dalarna men numera bosatt i Stockholm.

Föddes 100 procent hörande och var så i drygt 20 år. Efter det började hörseln bli sämre och 2006 blev jag döv. Har i dag implantat på båda öronen, tycker det fungerar bra och är mycket nöjd.

Jobbar sedan 6 år med utveckling av hörselhjälpmedel och då speciellt slingförstärkare. Naturligtvis har jag fått höra klyschan "rätt man på rätt plats" många gånger! Det kanske det



är också, dels trivs jag väldigt bra med mina arbetsuppgifter och jag vet hur det är att vara hörselskadad vilket är en stor fördel i mitt arbete. Har flera intressen men det största är olika former av friluftsliv.

Hoppas vi ses!

*Anders Hansson, ordf*

## Om CI i TV

*CI-ordförande Anders Hansson, du har varit med i inspelningen av ett TV-program – vilket?*

Ett TV-program som handlar om teckenspråk, dövkultur och CI. Först visas dokumentären "Hear and Now". Sen varvas olika reportage med diskussion mellan oss i studion.

*Vilka fler medverkar i programmet?*

Iréne Thalín som har ci, Patrik Nordell aktiv inom Deaf Power-rörelsen, Signmark rap-artist på teckenspråk, Kristina Svart-holm professor i svenska som andra språk för döva och Åsa Helmersson utvecklingsledare på Manillaskolan.

*Hur kom det sig att du kom med?*

De behövde en vuxen person med positiv erfarenhet av ci. Varför det blev just jag kan jag inte svara på.

*Hur tyckte du det var att delta i programmet?*

Det som kanske var mest intressant var att träffa de andra som medverkade i programmet. Vi hade en lång och avslappnad diskussion innan vi gick in i studion. Naturligtvis var det också en spännande upplevelse med allt vad det innebär att spela in ett teveprogram.

*När sänds programmet?*

Programmet kommer troligtvis att sändas 4 oktober i Kunskapskanalen.

*Finns det någon hemsida där man kan läsa om programmet?*

På [www.kunskapskanalen.se](http://www.kunskapskanalen.se) kommer viss information om programmet att läggas ut.

*Ulla Sand*

## HRF HANINGE

Medlemsmöte 16 september kl 14.00 på Handenterminalen 4 Hörsel/talpedagog Berit Falkman: "Vad är det jag hör... och inte hör?" Anmälan senast den 9 september.

Höstmöte 21 oktober kl 14.00 på Midgård, Sleipnerv 115 Sedvanliga möteshandlingar, därefter uppvisning av Evas squaradasare. Vi får prova på... Anmälan senast den 15 oktober.

Julbord 2 december kl 14.00 på Midgård, Sleipnerv 115 Gunnel och Kjell med sång, dragspel och nyckelharpa. Medlem 150 kr (ej medlem 210 kr). Betalas på pg 625025-2.

Ingår: julbord, julglögg lättöl/julmust, kaffe och kaka.

Bindande anmälan senast den 25 november.

Deltagaranmälan: Kerstin 777 97 25 el Nancy 777 87 69.

## DRAMATEN

Läs mer om föreställningarna på [www.dramaten.se](http://www.dramaten.se)

KÖRSBÄRSTRÄDGÅRDEN 19/9 och 8/10

STORMEN 31/10 och 12/12

EN HANDELSRESANDES DÖD 26/11

EN FAMILJ - AUGUST OSAGE COUNTY 29/9 och 14/11

Biljettkvot på textade föreställningar, ca 20 platser/föreställning. En vecka före föreställningen släpps biljetterna till allmänheten.

## HÖRSLINGOR

finns på Lilla scenen och på Stora scenen i hela salongen. Mottagare kan kvitteras ut i garderoben för lyssning genom IR.



## STOCKHOLMS STADSTEATER

Läs mer på [www.stadsteatern.stockholm.se](http://www.stadsteatern.stockholm.se)

SISTA DANSEN 18/9 13.30, 9/10 13.30

LÄRARE FÖR LIVET 2/9 19.00, 19/9 19.00

SISTA SOMMAREN 19/9 13.00, 10/10 13.00, 20/11 13.00

FADERN 18/9 19.00, 10/10 19.00, 10/11 19.00, 5/12 13.00

MOSKVA 1/10 18.00, 13/10 19.00, 13/11 19.00

ANIARA 11/11 19.00, 24/11 19.00, 1/12 18.00, 19/12 19.00

TRETTONDAGSAFTON 19/12 13.00

Kvot på 16 biljetter finns för hörselskadade/döva fram till 14 dagar före föreställningen.

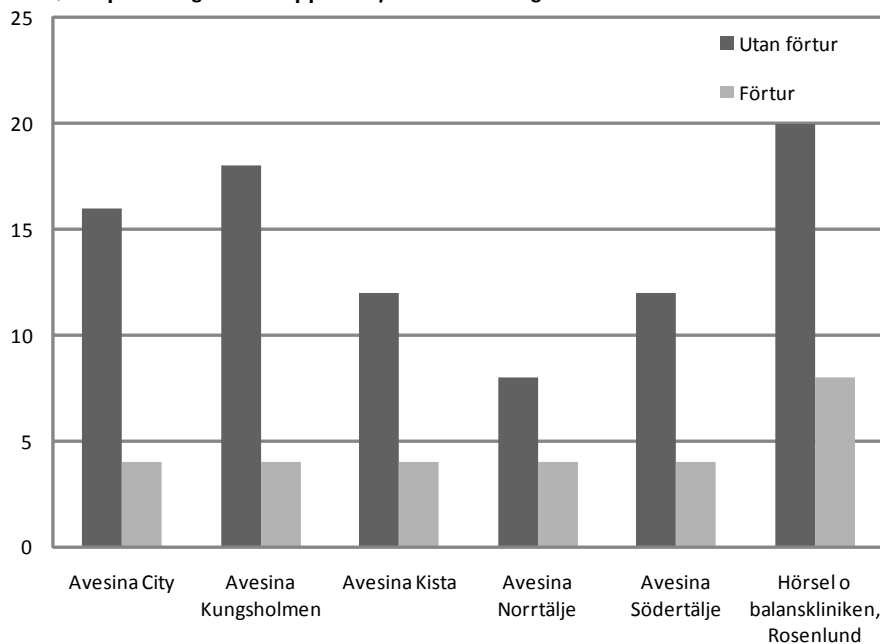
Biljetter: [kundtjanst@stadsteatern.stockholm.se](mailto:kundtjanst@stadsteatern.stockholm.se) (svar kan ta två dagar) eller tel 506 20 200 tis-sön kl 12-16.

## HÖRSLINGA

På Stora scenen, Klarascenen och Lilla scenen finns IR-system med speciella hörlurar som lånas av publikvärdarna utanför salongen.

## VÄNTETIDER FÖR UTPROVNING AV HÖRAPPARAT

Uppgifter hämtade på Internet 100903 ([www.vantetider.sll.se](http://www.vantetider.sll.se) därefter "allmänhet", "Utprovning av hörapparat"). Siffrorna anger antal veckor



## TEXT-TV SIDOR FÖR TEXT I TV

199 SVT1

299 SVT2

793 Kunskapskanalen i SVT

794 SVT24

890 TV4, TV4plus, TV4Fakta, TV400, TV4 Film, TV4 Sport

199 Kanal 3, kanal 5 och kanal 9.

Har du frågor om hörsel

[horsellinjen.se](http://horsellinjen.se)



## PROGRAMÖVERSIKT

---

### SEPTEMBER

ONSD 22 KL 18.00 TEATER (SID 8)  
TISD 28 KL 14-16 MENIÈRE TEMATRÄFF (SID 7)  
ONSD 29 KL 13-15 TINNITUSKAMRATERNA (SID 9)

### OKTOBER

ONSD 6 KL 18-20 TINNITUSKAMRATERNA  
TORSD 7 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL (SID 6)  
SÖND 10 KL 14-17 SHIBA-TRÄFF (SID 6)  
TISD 19 KL 14-16 MENIÈRE TEMATRÄFF (SID 7)  
TORSD 21 KL 18.00 HYVIS MEDLEMSMÖTE (SID 6)  
TORSD 28 KL 17.30 MENIÈRE FÖRELÄSNING (SID 7)

### NOVEMBER

TORSD 4 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL  
TISD 2 KL 17.30 MENIÈREFÖRENINGENS MEDLEMSMÖTE (SID 7)  
ONSD 10 KL 17.30 TINNITUSFÖRENINGENS MEDLEMSMÖTE (SID 9)  
SÖND 10 KL 14-17 SHIBA-TRÄFF

### DECEMBER

TORSD 2 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL  
ONSD 8 KL 13-15 TINNITUS JULAVSLUTNING (SID 9)

## KANSLIET STÄNGT

STÄNGT PG A PERSONALMÖTE TORSDAGAR KL 10.00-11.30.

STÄNGT 5 NOV

## DISTRIKTSNYTT VIA E-POST?

DET SOM KRÄVS ÄR ATT MAN HAR ADOBE READER INSTALLERAD PÅ SIN HÅRDDISK (KAN LADDAS NER GRATIS FRÅN [www.adobe.com/se/products/acrobat/readstep2.html](http://www.adobe.com/se/products/acrobat/readstep2.html)).

VILL DU HA TIDNINGEN VIA E-POST, MEDDELA DET TILL  
[ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org)

## DISTRIKTSKANSLIET

---

ÖPPETTID 9.00 - 16.00  
LUNCHSTÄNGT 11.30 - 12.30

---

### BESÖKSADRESS:

TIDELIUSGATAN 12, 9TR STOCKHOLM

---

### POSTADRESS:

HÖRSELSKADADES DISTRIKT  
BOX 38 180, 100 64 STOCKHOLM

---

### TELEFON EXPEDITION:

TELTID KL 9.00-11.30, TORSD 9-10  
08-702 30 50, FAX 08-702 30 59

[kansli@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:kansli@hrf-sthmsdistrikt.org)

[www.hrf-sthmsdistrikt.org](http://www.hrf-sthmsdistrikt.org)

---

### EXP/HUSMOR

ISABELLA NORDFORS

08-702 30 56, TXT 702 30 60

[kansli@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:kansli@hrf-sthmsdistrikt.org)

---

### KANSLICHEF

JAN-OLOV VON WOWERN

08-702 30 51, TXT 702 30 61

[janolov.vonwoweren@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:janolov.vonwoweren@hrf-sthmsdistrikt.org)

---

### OMBUDSMAN

SEIJA BEXAR

08-702 30 52, TXT 702 30 62

TELTID: TISD-ONSD 10.00-11.30

[seija.bexar@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:seija.bexar@hrf-sthmsdistrikt.org)

---

### OMBUDSMAN

BERIT HAGSTRÖM

08-702 30 53

[berit.hagstrom@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:berit.hagstrom@hrf-sthmsdistrikt.org)

---

### OMBUDSMAN

ULLA SAND

08-702 30 54, TXT 702 30 64

[ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org](mailto:ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org)