

DistriktsNytt

HÖRSELSKADADES DISTRIKT
I STOCKHOLMS LÄN

NR 3
2011



NY HRF-FÖRENING BILDAD

PÅ LIDINGÖ!



Förändringar kan vara jobbiga, men...

Ulla Ståhlberg till minne

HRF 90 år

Intressegrupper samlade

Hörande ♥ hörselskadad=sant

Tinnituskamrater

INNEHÅLL

- 3 EN NY FÖRENING I DISTRIKTET
- 4 ULLA STÅHLBERG TILL MINNE
- 5 HRF 90 ÅR
- 6 INTRESSEGRUPPER SAMLADE
- 7 HÖRANDE ♥ HÖRSELSKADAD = SANT
- 9 HÄLSNING FRÅN LENA
- 10 TINNITUSKAMRATER
- 11 TEXTAD KULTUR

OMSLAG

*Ny förening bildad
- HRF Lidingö*

Foto: Agneta Österman



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 15/8

NÄSTA NUMMER BERÄKNAS POSTAS 2/9

ÖVRIGA MANUSSTOPP: 7/11 (POSTAS 2/12), 9/1 -12 (POSTAS 27/1)

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

FÖRÄNDRINGAR KAN VARA JOBBIGA MEN....

Jag börjar med att tacka för förnyat förtroende som distriktsordförande och hälsar samtidigt den nyvalda styrelsen välkommen. Några av er är nya, andra har varit med i många år men oavsett vilket innebär alltid varje verksamhetsår också nya möjligheter.

Det har varit en intensiv period för oss alla under våren. Personalförändringar på kansliet ger oss alla en del helt nya uppgifter att ta itu med. Bland annat har undertecknad tillsammans med kassaförvaltaren Sven-Eric Lindström, träffat Landsringets representant för att diskutera regelverket kring vårt verksamhetsbidrag och då fick vi till vår stora glädje veta att det faktiskt inte finns några egentligen begränsningar kring detaljerna så länge vi använder pengarna till intressepolitiskt arbete av länsövergripande slag. En del tidigare restriktioner gällande tidningsutgivning och viss annan verksamhet är borttagna sedan några år och det ger oss nya förutsättningar för att utveckla distriktet i framtiden.

Förändringar kan vara jobbiga men de leder alltid till något nytt också och nu gäller det för oss alla att tillsammans se till att detta nya blir något riktigt bra för såväl distrikt som föreningar och medlemmar. Och för Stockholms län, för vi behövs, vår kunskap om ljudmiljö, hörselproblem och hörselrelaterad ohälsa är viktig och efterfrågad.

Helt nyligen hörde jag ljudmiljöexperten Julian Treasure föreläsa om ljudnivåerna i samhället och att folk inte riktigt förstod hur mycket ljud det faktiskt är och hur negativt det är för oss. Enligt Julian är vi hörselskadade experter inom detta område



-You are the leaders, because you already know about sound, sa Julian. Vi som vet vad ljud och oljud är har alltså något viktigt att dela med oss av.

Nu tar vi ett välbehövligt sommaruppehåll så ses vi igen till hösten med nya friska krafter.

Agneta Österman ordförande

En ny förening i distriktet - välkommen HRF Lidingö!

Onsdagen den 18 maj föddes den 17:e föreningen i vårt distrikt, nämligen HRF Lidingö. Ett 20-tal Lidingöbor närvarade på det möte som hölls i Ansgarskyrkans lokaler i Lidingö centrum. Under ledning av ombudsman Berit Hagström och assistans av distriktsordförande Agneta Österman bildades en styrelse som ska planera för föreningens kommande framtid.



ULLA STÅHLBERG TILL MINNE

Ulla Ståhlberg, en av de som betytt allra mest inom Hörselskadades organisation, avled för kort tid sedan, 87 år gammal.

Ulla och hennes man Torsten startade tillsammans med några föräldrar i samma situation 1952 en föräldragrupp inom Hörselfrämjandet som det hette på den tiden. De hörselskadade barnen kunde då bara starta i skolan vartannat år och inte som övriga barn vid sju års ålder. Deras sjuåringar skulle alltså få vänta ytterligare ett år, vilket föräldrarna ansåg oacceptabelt. Tack vare föräldrainsatsen blev det årlig skolstart.

När sedan barnen växte upp och blev tonåringar saknades fritidsverksamhet för dem. Många ojade, men Ulla gjorde. Hon startade en ungdomsverksamhet med många aktiviteter och var under många år på sin fritid ideell ungdomsledare. Hon lärde också upp de äldre ungdomarna att bli duktiga ledare för de yngre. Denna verksamhet blev HiSUS, Hörselskadades ungdomssektion, och den lever fortfarande kvar om än i en något annan organisationsform.

Ulla fick med tiden olika förtroendeuppdrag i Stockholmsföreningen, distriktet och förbundet. Hon var t o m under någon period vice förbundsordförande.

Ullas hjärta låg trots allt i första hand hos ungdomarna. Alltid tänkte hon på att bevaka deras intressen i den stora hörselorganisationen. Hon fick också mycket gensvar från ungdomarna. De frågade och fick t ex arrangera hennes 50-årsfest. Likaså blev hon hedrad när Hisus firade 30 årsjubileum för att bara nämna några exempel. Ännu är det många av "hennes" ungdomar, idag mogna män och kvinnor, som berättar hur roligt de hade och hur stor nytta de haft av det hon lärde ut till dem.

Hon var alltid öppen för nya idéer. Hon tog initiativ till en videoverkstad, där ungdomarna lärde sig att göra egna filmer ofta utifrån egna manus. Hon var den första att ställa sig positiv till att starta en musikverkstad, när vår dåvarande ungdomskonsulent Kenneth Toborg ville ge hörselskadade ungdomar en chans att lära sig att spela olika instrument. Det var en djäv satsning, då det var många som var mycket skeptiska – inte kan väl hörselskadade ungdomar traktera olika musikinstrument. Visst kunde de det!

Ulla, som var anställd hos Ridfrämjandet under många år, ägnade mycket tid åt att skriva böcker – främst instruktionsböcker om ridning, men också böcker om hästar och ridning för barn. I några av dessa flätade hon in lättfattlig information om hörselskador, t ex i böckerna om Anton som bor på en hästgård och får ett cochlea implantat. Under några år på 80-90-talet



var Ullas hästböcker för barn de mest utlånade på biblioteken efter Astrid Lindgrens böcker.

Trots sin ålder lärde Ulla sig snabbt att hantera datorer, bl a var hon fram till 2009 webbmater för CI-föreningens hemsida.

Ulla var en väldig kunnig och allsidig person. Hon betydde mycket för utvecklingen av Hörselskadades distrikt. Hon var initiativrik, men inte bara det, utan det mesta hon föreslog, hjälpte hon också till med att förverkliga. Hon hade en förmåga att finna godtagbara lösningar, även när det gällde att kompromissa. Hon var en enande kraft.

Vi som hade förmånen att känna Ulla och arbeta tillsammans med henne, kommer att minnas henne med stor saknad.

Helena Lanzer-Sillén

f.d. kanslichef för Hörselskadades distrikt

Saxat från Nyhetsbrev från Färdtjänsten nr 2/2011

OFÖRÄNDRAD TILDELNING AV FÄRDTJÄNSTRESOR

Det blir ingen ytterligare tilldelning av färdtjänstresor under 2011 för de cirka 71 000 färdtjänstresenärerna i länet. Det har Trafiknämndens färdtjänstutskott, inom Stockholms läns landsting, beslutat.

Tilldelningen av resor kommer att ligga kvar på samma nivå som 2010, vilket innebär totalt 198 resor under 2011, som får användas fritt för färdtjänstresenärens egna behov. Bakgrunden till beslutet är att det i SL:s budget för 2011 inte finns utrymme för en utökad tilldelning av färdtjänstresor.

Om det finns behov av resor utöver de 198 fria resorna måste resenären ansöka om dessa. Det kan vara resor som i färdtjänstlagen definieras som nödvändiga resor, t ex arbetsresor eller resor till studier. Om det finns behov av resor, som i lagens namn inte betraktas som nödvändiga resor, kommer behovet att prövas i varje enskilt fall.

Det finns ett antal grupper av resenärer som är undantagna från begränsningar i antal resor. Det är resenärer som har tillstånd för specialfordon eller bårburen transport, resenärer som beviljats undantag från samplanerat resande och resenärer under 25 år.

Färdtjänstresenärer reser med sitt färdtjänstkort utan kostnad och obegränsat antal resor i SL-trafiken och närtrafiken och får ta med en ledsagare gratis.

För ytterligare upplysning, kontakta Kundservice för färdtjänst, tfn: 08-720 80 80 eller gå in på färdtjänstens webbplats fardtjansten.sll.se

Yvonne Olsen, Färdtjänstkommittén

VUXENDÖVRÅDET

Vuxendövrådets möte 5 maj tog upp nedanstående:

Tolkfrågan

Vid samverkansgruppens möte i februari framkom att det i år varit brist på vuxendövtolkar, vilket är oroväckande med tanke på att det ska bli ny upphandling av tolkfirmor i höst. Kommer det att bli färre tolkfirmor som utför vuxendövtolkning? Vi är också oroade över den nya vuxendövtolkutbildningen, den är mest anpassad för skrivtolkning, mycket få timmar för TSS-utbildning. Oron är att TSS (tecken som stöd) kommer att försvinna då vi är beroende av att tolken kan båda tolksätten. Lär de sig skrivtolkning är det risk att de kommer att arbeta inom t ex TV och inte tolkar åt oss vuxendöva. Frågan kommer att bevakas. Önskemål har framkommit att när Tolkcentralen lämnar statistik att det då även noteras om TSS-tolkning utförs inte enbart en statistik över utförda tolkuppdrag.

Färdtjänst

Man kan boka färdtjänst via telefon och hemsida, men varför kan man inte boka via SMS? Många hörselskadade hör inte i telefon eller mobil. Är man behov av en färdtjänsttaxi på stan eller där inte någon kan ringa åt en så vore det bra att kunna använda SMS. Vuxendövrådet ska framföra det till Färdtjänst.

Textad teater och film

Det är ont om textade svenska biofilmer och de textas också

bara under mycket kort tid och på tider då få har möjlighet att se dem. Önskemålet är att alla filmer ska textas, vi hoppas på ny teknik så fler biografer kan visa dessa filmer. En ny typ av displayer har kommit. På Dramaten har textningen blivit bättre då sufflösen gör i ordning texten och provkör texten innan.

Kontakta gärna Vuxendövrådet om frågor och idéer.

Ingrid Bengtsson, Vuxendövrådet

E-post: ingrid.bengtsson@bredband.net

Texttel 08-798 28 76 eller via föc 90165

HRF 90 ÅR

Detta firades fredagen den 6 maj 2011 på Münchenbryggeriet i Stockholm. Flera hundra gäster, både HRFare och andra var på plats för att dels höra på en del föredrag och sedan mingla med bubbel och plockmat.

Mingel! Usch tänker nog många av er, och det var även flera på plats som rynkade på ögonbrynen. Men här hade man tänkt till och tagit in proffs som skapat en förvånansvärd bra ljudmiljö för mingel av hörselskadade personer. Så underlättas ju det hela avsevärt också av att vi som är hörselskadade är bra på att titta på folk när vi pratar och vi accepterar ett och annat VA! också.

Programmet var blandat, allt från musik av Thomas Lindberg från WISEX via J-P Strömgren och två mycket bra föreläsningar. Det ena av Hans Rosling som pratade om Hörselvård i ett internationellt perspektiv.

Sedan följde ett föredrag på engelska, då vill jag lova att det var många som tittade sig oroligt omkring, Julian Treasure känd från bland annat Skavlan på TV berättade om vad



Lars Lindén, Clas-Olof Friberg, Jan Lamby i vimlet

dålig ljudmiljö innebär och hur det påverkar människan. Att här återge allt han pratade om låter sig inte göras. Men håll utkik efter Julian han kommer säkert dyka upp igen. Han har även gett ut böcker om detta.

Konferencier var under eftermiddagen Hans Dahlman alias "Lelle Printer" för er som lyssnade på radio för mer än 12 år sedan.

Därefter var det dags för utmaningen mingel med mous-

serande vin och plockmat, en mycket trevlig och givande tillställning.

Förbundet har gett ut en bok "Från hörselsvag till röststark" som handlar om de första 90 åren, en första blick i boken tycker jag ger en intressant inblick i vad som hänt (och det är en hel del). Boken finns att köpa via www.hrf.se/templates/form___12201.aspx, den kan jag starkt rekommendera.

Jonas Sahlberg, CI-föreningen

Intressegrupper samlade till nationell HRF-konferens - tinnitus, menère, ljudöverkänsliga, ci

För första gången i HRFs historia har man samlat de olika intressegrupperna till en gemensam konferens den 7 maj. Grupperna är tinnitus, meniere, ljudöverkänsliga, vuxendöva/CI och föräldrar till hörselskadade barn.

En stor del av programmet var gemensamt med föreläsningar för alla samt med valbara föreläsningar med olika inriktningar, allt från Teatergruppen Hipp-Happ till föreläsning om kognitiva förmågor och dess påverkan på hur man hör. Här kommer några av de höjdpunkter som vi tog med oss.

Ca 2000 CI-opererade finns i Sverige idag, totalt beräknar man att det finns 9000 presumtiva CI-bärare. Dock är det kanske för sent för en del av dessa men det finns en "marknad". Man har börjat testa helt inopererade CI (ingen extern processor) men försöken är inte helt lyckade ännu, problem finns med de egna kroppsljuden som blir för tydliga.

SVT har i uppdrag att om ca 3 år texta så gott som 100 % av programmen som sänds, dock finns det stora problem som måste lösas. Ett problem är t.ex. regionala nyheter, det handlar om 19 olika program som skall textas samtidigt under ca 15 minuter. För att kunna lösa detta med 100 % textning måste det utvecklas datorprogram som kan stödja textningen. Där har Språkrådet fått i uppdrag av regeringen att se över möjligheterna till taligenkänning. Den rapporten förväntas vara klar till årsskiftet.

När det gäller teknik för att höra bättre handlar det väldigt mycket om förhållandet mellan det ljud jag vill höra och det ljud jag inte vill höra (Signal/Brus som förkortas S/N). Mer avancerade hörapparater kan ge ett par dB förbättring men hörseltekniska hjälpmedel som t ex utnyttjar T-spolen kan ge upp till 20 dB. Underskatta inte fördelen med hjälpmedel utö-

ver hörapparaten.

Ett gemensamt pass mot slutet handlade om "nätverk" och delvis om vad framtidens samhälle kommer att ställa för krav på individen, för oss var det inte så mycket nytt utan mer en bekräftelse på att alla organisationer - inte bara HRF - måste hitta nya vägar att nå och attrahera vår målgrupp. Framtiden kommer att vara ännu mer dynamisk än vi kan förstå oss, om framtiden är över oss om 5 år eller 25 år är det ingen som vet, men fort går det.

Som sista punkt innan middagen samlades de olika intressegrupperna och idkade idékläckande samt hjälpte förbundsstyrelsen med prioriteringarna fram till nästa kongress. Förbundsstyrelsen har problem med att få idéer och tips för medlemmarna.

Sammanfattningsvis måste vi säga att det var en mycket lyckad dag och att samla intressegrupperna var jättebra, vi träffade flera från andra intressegrupper och hade trevliga utbyten.

Anders Hansson, Britt Edoff och Jonas Sahlberg

Minvor deltog

i några andra av de föreläsningar/uppträdanden som bjöds under dagen. Här är hennes minnesbilder.

Ljudmiljö - en grundläggande tillgänglighetsfråga

Det har gjorts en opinionsundersökning av Novus med 4000 telefonintervjuer och 5 olika enkäter till allmänhet, fackliga och allmänhet.

4 miljoner har problem med samtalsstörande ljud vilket påverkar koncentration, svårigheter att höra, irritation, trötthet,

svårare att komma ihåg saker, får huvudvärk.

80 % av hörselskadade elever går integrerat. Vi fick också veta att vokaler ger starka ljud i basen och konsonanter ger svaga ljud i diskanten.

Ovåsen föder mer ovåsen.

Rumsakustiska utbildningar saknas. Arkitekter har inte riktig utbildning när det gäller akustik.

HRF-distrikten kan söka bidrag på förbundet om man ordnar utbildning i ljudmiljö. Läs mer om detta i senaste numret av Auris.

Behov av ljudnivåskillnad mellan tal och bakgrundsljud:

10 dB Vuxna (med normal hörsel)

15 dB Barn och äldre med annat första språk (med normal hörsel)

20 dB Vuxna med hörselnedsättning

25 dB Barn och äldre med hörselnedsättning

30 dB Hörselskadade barn och äldre med annat första språk

Det mesta av detta kommer från "Befria samtalet".

Jag var också och tittade på Teater Hipp Happ. Hör Upp! En kabaré för hörande. Men också för oss som är hörselskadade. Den måste bara ses! Helt underbar med många olika situationer man känner igen sig själv i! Visst kan man känna sorgsenhet i en del situationer men också en hel del humor för den som kan se det från den sidan, vilket jag själv gärna gör.

Minvor Lundberg

COCHLEA IMPLANTATFÖRENINGEN

Ci-föreningen hade årsmöte den 22 mars. I styrelsen blev det inga förändringar, omval av de avgående ledamöterna. Program för våren diskuterades och i maj beslöts att göra ett besök på Nationalmuseum och det har alla CI-medlemmar fått brev hem om.

Programmet efter årsmötesförhandlingarna hade temat lyssna på musik. Många CI-opererade har mist mycket av förmågan att höra musik innan operationen, men de som opererats de senaste åren har fått tillbaks en del att höra musik och med träning kan man förbättra detta. Jonas Sahlberg berättade om sina erfarenheter av att lyssna på musik, Linnea Bergling, operasångare, berättade om att hon var döv innan CI-operationen men nu fått tillbaks förmågan att utöva sitt yrke och även lyssna på musik. Men det är mycket olika för oss CI-opererade hur vi uppfattar musik, ingen får samma upplevelse.

Styrelsen planerar nu för höstens program och återkommer i nästa DistriktsNytt



om medlemsmöte i höst och eventuellt andra aktiviteter.

Vi önskar våra medlemmar en varm och skön sommar!

CI-styrelsen

HRF HYVIS Förening för hörselskadade i yrkesverksam ålder i Stockholms län

HÖRANDE ♥ HÖRSELSKADAD = SANT

Det var sommaren 1980, en ung mörk holländare vid namn Theodorus luffade runt ensam i Grekland då han en dag träffade en yngre ljus svenska, på en taverna på ön Korfu. Visst låter det som inledningen på en lång fängslade roman? De hann dock bara umgås någon vecka innan det var dags för dem båda att återvända hem, Theo till väderkvarnarna på låglandet och den yngre ljusa svenskan, Ulla till Nordens Venedig. De efterföljande månaderna höll de kontakt genom att brevväxla och vid jul samma år beslöt sig Theo för att hälsa på i Sverige.

— När vi först träffades var Ulla lindrigt hörselskadad, jag hade inte direkt märkt något så jag visste ingenting förrän Ulla en dag ville berätta något. Hon hade något på hjärtat, som tycktes som en hemlighet som hon nu skulle avslöja för mig. Hon berättade att hon var hörselskadad och hon verkade rädd att jag inte skulle tycka om henne, och vilja vara med

hennes nu när jag visste, hon hade precis börjat använda sig av hörapparater då.

Det var inget som bekom honom och de fortsatte att brevväxla och ses när tillfälle bjöds. Från början helt skilda världar har de senaste 30 åren, varit en.

Ullas hörsel har blivit sämre genom åren, hon är nu gravt hörselskadad och klarar sig inte utan sina hörapparater. Theo berättar att det vardagliga livet såklart påverkats då han måste ta hänsyn till en del faktorer när han kommunicerar med sin fru.

— Jag kan inte riktigt jämföra med en hörande relation eftersom Ulla varit mitt liv de senaste 30 åren, men det är klart att det påverkar, främst i det att Ulla lätt blir trött, eftersom mycket energi går åt till att höra. Å andra sidan tror jag inte det beror så mycket på hörselskadan utan snarare det faktum

att hon företar sig alltför mycket arbete, hon har alltid tusen bollar i luften.

Theo tycker att hans fru borde anpassa sitt liv mer efter vad hon faktiskt orkar med. Theo är pensionerad och större delen av hans vakna tid går åt till att bygga på drömhuset på Värmdö, ett hittills treårigt solo/duoprojekt han har med sin fru. Han sjunger i kör och går även på TSS (Tecken Som Stöd) för att lära sig kommunicera bättre. Theo och Ulla har gått tillsammans på TSS i alla år fram tills nyligen då Ulla var tvungen att dra ner på sin lista av "att-göra" saker för att få tid att andas emellanåt. Theo har valt att fortsätta gå ensam på kursen eftersom det känns viktigt för honom.

– Vi har mycket kul tillsammans på kursen, där finns andra par i samma sits som jag, där den ena är hörande och deras respektive hörselskadad.

Theo och Ulla har valt att flytta från oljudet i stan till tystnaden på landet, främst på grund av Ullas ständiga längtan efter tystnad och lugn och ro, men det var inget som krävde mycket övertalning.

– Rent praktiskt är det svårare att bo här, men jag ångrar mig inte för en sekund.

Om det är något Theo känner lite saknad över är det att få dela sin hobby, att lyssna på musik. De nästintill oändliga klassiska stycken av stråkar är inget som Ulla, som även har tinnitus, är alltför förtjust i.

– Jag får ha hörlurar när jag lyssnar, men det går ju bra det med, säger han med ett slags ungdomlig glädje i rösten, över

Ulla och Theo 2005



att det finns en lösning. Även om han helst skulle dela musiken med sin fru. Han inflikar att det finns mycket kärlek, skratt och värme i familjen, och ett stort, vaket intresse och förståelse för omvärlden och hur vi alla är olika som människor.

– Vi har ofta väldigt kul tillsammans, jag måste

säga att vi har blivit väldigt bra på att hitta ljuset när det är mörkt och det roliga i det tråkiga. Något som jag tror man som människa blir extra bra på om man får leva med begränsningar i ett samhälle som kan verka gränslöst för andra. På samma sätt som vi har roligt åt varandra när vi hör fel, blir det roligt för de andra i familjen att skratta åt mig när jag letar efter mina glasögon. Nu har jag dock fått snören att hänga glasögonen runt halsen, så att jag inte ska tappa bort dem så fort jag tar av mig dem.

Marieke, dotter

TSS-KURS KONVERSATION

I höst fortsätter konversationskursen i TSS; Tecken Som Stöd. Det finns plats för några fler, men det förutsätter att du inte är nybörjare.

Vi startar den 27 september och håller på 10 tisdagkvällar mellan kl 18-20 på Rosenlund, Tideliugatan 12, 9 tr.

Kursledare: Anne-Marie Persson

Kurskostnad: HYViS-medlem 600 kr, annan HRF-förening 800 kr, ej HRF-medlem 900 kr

Anmälan senast 5 sept.

Anmälan/frågor: HRF HYViS ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org.
Tel 08-702 30 54 efter 2 aug.

LINEDANCEKURS

I höst blir det kurs igen! Vi startar linedancekursen för fortsättare den 26 september och håller på 10 måndagkvällar mellan kl 18-20 i Liljeholmshallen.

Är du intresserad av att gå en nybörjarkurs – hör av dig! Om tillräckligt många är intresserade startar vi även en nybörjarkurs! Såklart har vi hörselslinga på våra kurser!

Kurskostnad: HYViS-medlem 600 kr, annan HRF-förening 800 kr, ej HRF-medlem 900 kr

Anmälan senast 5 sept.

Anmälan/frågor: HRF HYViS ulla.sand@hrf-sthmsdistrikt.org.
Tel 08-702 30 54 efter 2 aug.

HYVIS PUBKVÄLLAR

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

Torsdagar kl 18-20:

7 juli, 4 aug, 1 sept

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

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



Hälsning från Lena

Jag vill med detta inlägg rikta ett stort TACK från mig när jag nu efter många år avgår som vice ordförande i Menièreföreningen.

Jag känner en stor tacksamhet för:

att jag genom mitt arbete i föreningen träffat så många människor som berikat mitt liv

att jag har fått lära mig så mycket om Menières sjukdom

att jag har fått dela med mig av mina erfarenheter och kunskaper om min egen sjukdom

Genom att jag har fått vara med på möten och resor i föreningens anda har jag fått träffa många roliga, intressanta och kunskapsstörstiga människor, vilket innebär att mina egna kunskaper hela tiden har uppdaterats både vad det gäller min egen sjukdom och andras sjukdomar.

Härmed sänder jag till Er alla ett Stort Hjärtetack för allt det jag genom föreningen har fått varit med om och lärt mig. Även en liten "To lips"-hälsning till er som varit med.

Tack från mig.

Lena Nilsson



Titta hit!

Har du Menières sjukdom? Vi har ett bra klotterplank där du kan få tips och idéer, du kan även själv göra inlägg. Välkomna till www.hrf-sthlnsdistrikt.org/smf!

Yvonne Olsen, ordf Menièreföreningen

Vad vill våra medlemmar?

Under vintern har vi i styrelsen för Menièreföreningen gjort en kartläggning för att få bättre kunskap om våra medlemmar samt deras behov och önskemål kring föreningens arbete. Till grund för undersökningen valdes medlemsförteckningen från september 2010 och några korta intervjufrågor. Vi gick igenom medlemslistan och gjorde sedan ett urval av personer födda efter 1940 som bor i Stockholms län, vilket ju är föreningens formella arbetsområde. Därefter kontaktade vi så många personer som möjligt via telefon för att ställa de korta intervjufrågorna.

Sammanfattningsvis hade föreningen i september 2010 totalt 195 medlemmar varav 66 % boende i Stockholms län. Var tredje medlem bor alltså utanför föreningens geografiska upptagningsområde. 40 % av medlemmarna är 70 år eller äldre och den yngsta medlemmen är 27 år. Målgruppen för telefonenkäten blev 70 personer varav 29 intervjuades och detta motsvarar 15 % av det totala medlemsantalet. Resultaten av intervjuerna kan alltså inte påstås vara heltäckande, men borde ändå ge en representativ bild av våra medlemmar och de frågor som är viktiga för dem.

På frågan hur man kommit i kontakt med föreningen svarar hälften att det var genom vården och några har hittat föreningen via internet. De flesta har gått med i föreningen för att få information men många också för att stödja föreningens verksamhet. Av de som angivit något annan orsak är det vanligaste skälet att träffa andra med menière samt att få stöd i sjukdomen.

Majoriteten tycker att de fått ut det de ville av medlemskapet och några har svarat både ja och nej på frågan. Svaren följdes upp med att personen fick berätta om vad som varit bra respektive vad som saknats. Det som nämndes som positivt av flera var utskicken i samband med DistriktsNytt och den samtalskontakt man haft direkt med någon i styrelsen.

På frågan om vad man vill att föreningen ska fokusera på

Styrelsens sammansättning

Efter årsmötet har styrelsen följande sammansättning:

Yvonne Olsen, ordförande

Karin Henning, vice ordförande, kassör

Maria Bäckvall, sekreterare

Lilian Rapp, ersättare

Seija Bexar, kansliet

Verksamhetsberättelse 2010 och stadgar

På årsmötet antogs verksamhetsberättelse för 2010 och reviderade stadgar. Hör gärna av dig till kansliet så skickar vi verksamhetsberättelsen och/eller stadgarna till dig.

Med vänliga hälsningar

Styrelsen

svarar många att man prioriterar information och studiecirklar, bevakning av forskning samt att påverka vård och rehabilitering. Ett antal personer vill också ha regelbundna medlemsträffar och personligt stöd.

Vi ställde också frågan hur vi i föreningen kunde hjälpa och stödja medlemmen och där kommenterade många att de uppskattar den trygghet som finns i att kunna kontakta föreningen vid behov. Flera var också glada för den personliga kontakt man haft under besvärliga perioder och möjligheten att få kontakt med andra drabbade i samma situation. Bra re-

habilitering för meniredrabbade är också något som nämndes som mycket viktigt, och att föreningens arbete är viktigt ur intressepolitisk synpunkt.

Ett stort tack till alla intervjuade medlemmar som så vänligt besvarat våra frågor och kommit med både positiv feedback och konstruktiva förslag! Alla medlemmar ska veta att det är viktigt för oss i styrelsen vad ni tycker och vill ha ut av ert medlemskap. Du som har ytterligare idéer eller synpunkter är alltid hjärtligt välkommen att höra av dig!

Lilian Rapp

TINNITUSFÖRENINGEN Bilagor medföljer till medlemmar i Tinnitusföreningen.

Tinnituswebben

Tinnituswebben är en plats på nätet för alla oss som har tinnitus. Syftet med Tinnituswebben är att ge möjlighet för drabbade att utgöra stöd för varandra i svåra livssituationer. Här knyts också starka vänskapsband mellan enskilda personer och här skapas stödjande nätverk. Tillsammans representerar alla som finns på Tinnituswebben och deltar i diskussionerna en ovärderlig bank av kunskaper och erfarenheter för alla dem som drabbas av tinnitus. Tinnituswebben arbetar på bred front med att sprida kunskap.

Välkommen till www.tinnituswebben.se

Vattengymnastiken

börjar igen måndagen den 26 september kl 15.30- 16.30 på Danderyds sjukhus hus 42 geriatriska, följ skylt till bassängen. Välkomna!

Har du frågor kontakta

Kerstin Nelsäter tel 58033232, kerstin@nelsater.net

eller Ingrid Litzén van Asperen tel 7440716,

litzen-asperen@ datorpost.se

Ny i tinnitusstyrelsen



Per-Olov Jakobsson, född och uppvuxen i Norrbotten tillsammans med 5 syskon. "Stockholmare" sedan 1965, bor i Skogås, har 5 barn och 6 barnbarn, fritidsintressen silversmide, fotografering, sameslöjd, fjällvandring, resor i Asien.

PeO med ett av barnbarnen

Tinnituskamrater 2011

Välkommen till höstens tematräff
onsdagen den 21 september

kl. 17.30-19.30 på Tideliussgatan 12, våning 9 (Rosenlund)
Ingalill Nordenskiöld, som tidigare arbetat som hörselpedagog, kommer att prata om hur man trots sin tinnitus kan må bra och leva ett bra liv.

Hur får man tinnitus? Hur låter den? Hur går jag vidare?

Ta gärna med en anhörig

Varmt välkommen!

Kära Tinnitusmedlemmar,

"Vår bästa tid är nu", när jag skriver det här flödar solen, knopparna brister och björkarna har iklätt sig sin allra skiraste försommarskrud, fåglarna sjunger och jublar från alla håll - något som jag numera hör igen tack vare CI - Det är bara att gå ut och njuta. Som pensionär borde jag ju kunna unna mej detta men vad nu, tiden räcker ännu sämre till nu än när jag var i full yrkesverksamhet, hur är det möjligt?

Många pensionärer säger samma sak så vad gör vi egentligen? Lämnar och hämtar barnbarn, går på kurser, spelar bridge, åker utomlands, träffar gamla kompisar och allt fyller tillvaron med mening och inget att avstå ifrån.

Själv var jag för någon månad sen i Californien och upplevde en fantastisk vår även där med en hel del för mej okända "värprimörer". Klimatet var som svensk sommar. Det var intressant att uppleva amerikansk vardag och att få bekräftat att utan bil kommer man ingen vart i det stora landet. Så väl hemma var det underbart att promenera eller kliva på en buss och komma dit man vill utan problem.

Den 10 april hade vi besök av Ann-Marie Thysell som berättade om en resa till en tillvaro utan buller och stress. Hon är f.d. lärare som på grund av tinnitus inte orkade fortsätta i sitt yrke. Hon fann lindring för sin tinnitus under ett par veckors vandring i den marockanska öknen. Hon bodde tillsammans med nomader och förflyttade sig på dromedarryggen, övernatade under bar himmel och levde ett liv i stillhet och ro. Hon återkommer dit minst en gång per år och har funnit sin "nisch och lindring mot sin tinnitus. En fascinerande skildring som tilltalade och frestade till att följa med på en resa dit.

Glad sommar och på återseende i höst från

Ingrid och hela styrelsen

TSS-kurs nybörjare

Att kunna TSS (Tecken Som Stöd) har alla glädje och nytta av!
10 torsdagar 22 sept - 1 dec (ej 6 okt) kl.17.30 - 19.30 på Hörselskadades Distrikt, Tideliugatan 12, 9 tr (Rosenlund)

Kursledare Minvor Lundberg

Kursavgift inkl kursmaterial: HRF medlem 150 kr, ej medlem 350 kr

Anmälan till Hörselskadades distrikt tel 702 30 50, kansli@hrf-sthmsdistrikt.org

Begränsat antal platser, så det är först till kvarn som gäller.
Känn dig varmt välkommen!

TEXTAD KULTUR

STOCKHOLMS STADSTEATER

www.stadsteatern.stockholm.se

HAIR 30/10 19.00, 11/11 19.00

JEPPE PÅ BERGET 6/9 19.00, 24/9 19.00, 16/10 13.00, 13/11 13.00

REVISORN 15/10 13.00, 10/11 19.00, 22/11 19.00

DE TRE MUSKETÖRERNA 31/3 -12 19.00, 17/4 -12 19.00,
3/5 -12 19.00, 5/6 -12 19.00

Biljetter: kundtjänst@stadsteatern.stockholm.se 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.

DRAMATEN

www.dramaten.se

Textdisplay finns att låna hos publikvärdarna.

DUETT FÖR EN 13/9, 25/9

TVÅ HERRARS TJÄNARE 9/10, 19/10

NATTEN ÄR DAGENS MOR 17/11, 4 /12

MISANTROPEN 16/12, 29/12

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

För bokning av biljetter, kontakta biljettkassan.

biljettbokning@dramaten.se eller tel 667 06 80.



TEXT-TV SIDOR FÖR TEXT I TV

199 SVT1

299 SVT2

793 Kunskapskanalen

794 SVT24

890 TV4, TV4plus, TV4Fakta,

TV400, TV4 Film, TV4 Sport

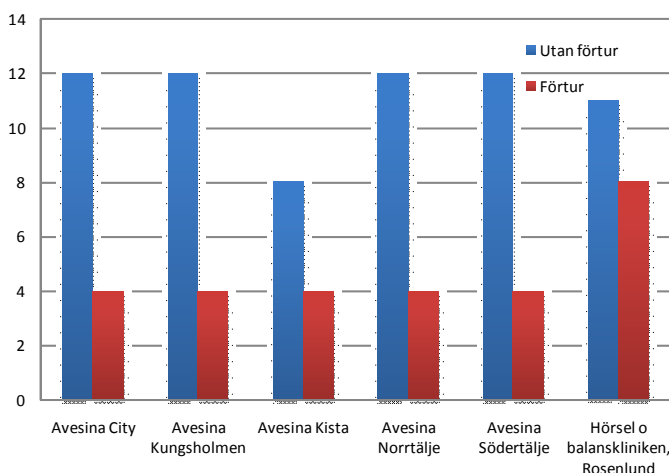
199 Kanal 3, kanal 5, kanal 9.

Textad biofilm

Nu kan man gå in på SF hemsida och kolla vilka av deras filmer som textas och var de visas: www.sf.se/textadefilmer

VÄNTETIDER FÖR UTPROVNING AV HÖRAPPARAT

Uppgifter hämtade på Internet 110527 (www.vantetider.sll.se därefter "allmänhet", "Utprovning av hörapparat"). Siffrorna anger antal veckor



PROGRAMÖVERSIKT

JULI

TORSD 7 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL (SID 8)

AUGUSTI

TORSD 4 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL
26-28 HYVIS HÖRSELGEMENSKAPSHELG

SEPTEMBER

TORSD 1 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL
ONSD 21 KL 17.30 TINNITUS TEMATRÄFF (SID 10)
TORSD 22 KL 17.30 START TINNITUS TSS-KURS NYBÖRJARE (SID 11)
MÅND 26 KL 15.30 START VATTENGYMNASTIK (SID 10)
MÅND 26 KL 18.00 START LINEDANCEKURS (SID 8)
TISD 27 KL 18.00 START HYVIS TSS-KURS KONVERSATION (SID 8)

OKTOBER

TORSD 6 KL 18-20 HYVIS PUBKVÄLL
TORSD 13 KL 18.00 HYVIS FÖRELÄSNING

DISTRIKTSNYTT PÅ NÄTET

hittar du på distriktets hemsida www.hrf-sthlmsdistrikt.org/distriktsnytt.

KANSLIET STÄNGT

STÄNGT P G A PERSONALMÖTE TORSDAGAR KL 10.00-11.30.

KANSLIET STÄNGER FÖR SOMMAREN 23 JUNI OCH ÖPPNAR 15 AUGUSTI.

VARIT SVÅRT ATT NÅ OSS?

I så fall ber vi om ursäkt! I april installerades en ny telefonväxel på distriktskansliet, och det medförde bl a problem med telefonsvarare samt förstärkning i luren så flera på kansliet haft mycket svårt att höra.

Ha en skön sommar!



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-sthlmsdistrikt.org
www.hrf-sthlmsdistrikt.org

EXP/HUSMOR 50%

CATHRIN JANSON

(vikarie för Isabella Nordfors)

08-702 30 56, TXT 702 30 60

kansli@hrf-sthlmsdistrikt.org

KANSLICHEF

-

OMBUDSMAN

SEIJA BEXAR

08-702 30 52, TXT 702 30 62

TELTID: TISD-ONSD 10.00-11.30

seija.bexar@hrf-sthlmsdistrikt.org

OMBUDSMAN

BERIT HAGSTRÖM

08-702 30 53

berit.hagstrom@hrf-sthlmsdistrikt.org

OMBUDSMAN

ULLA SAND

08-702 30 54

ulla.sand@hrf-sthlmsdistrikt.org