



DISTRIKTSBLAD HRF SKARABORG



Falköping

Skara

Hjo-Karlsborg

Skövde-Tibro

Lidköping-Götene

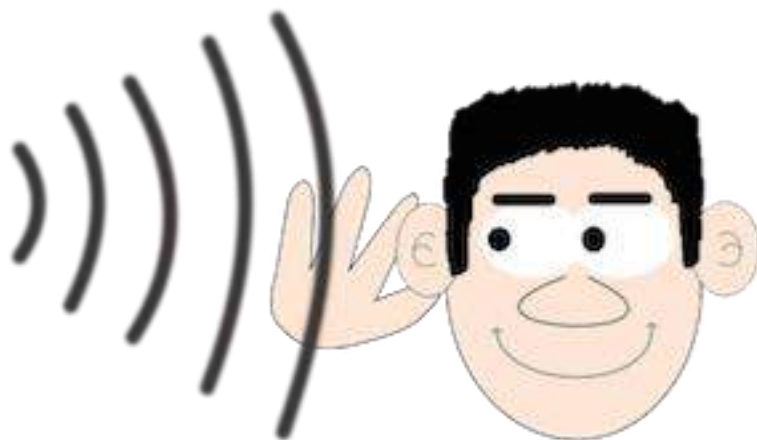
Tidaholm

Norra Skaraborg

Varatrakten

I detta nummer:

Ordförande har ordet	3	Kontaktuppgifter	13
Vår organisation	4	Du behövs!	14
Nyheter	5	Nyttiga tips	15
Föreningsnytt	6	Medlemsförmåner	16
Idé- och inspirationshelg med årsmöte	12		



Har du något du tycker vi ska ha med i nästa nummer? Har du bilder från era föreningsaktiviteter? Mejla redaktören.

Redaktör: Eva Löfquist Beglert eva.lofquistbeglert@gmail.com

Upptryckt i Skara, mars 2022

I samarbete med ABF Skaraborg.



O R D F Ö R A N D E H A R O R D E T

Hej alla medlemmar i HRF Skaraborg!

Det har gått en lång tid under vilken vi inom HRF inte har kunnat ha några större aktiviteter, på grund av pandemin som har härjat. Många planerade resor och träffar har tvingats ställas in. Men både distriktet och lokalföreningarna har, trots allt, genomfört sina årsmöten och vi har även kunnat upprätthålla vår viktiga batteriförsäljning, främst genom telefonbeställningar.

En förening i toppklass drar till sig nya medlemmar. Trots pandemin har det tillkommit nya medlemmar, men det har också fallit bort en del. Jag är mycket glad och tacksam för alla er som stannat kvar och hälsar samtidigt nya medlemmar varmt välkomna. Ni alla är mycket värdefulla för vårt arbete.

Jag är också mycket glad över att ni nu håller i handen vårt första *Distriktsblad*. Det har länge varit en dröm att kunna nå ut till er alla medlemmar med information, nyheter och annat som kan vara intressant och/eller nyttigt att ta del av. Vi hoppas kunna ge ut ett sommar- och ett höst/vinternummer om året. Kom gärna med synpunkter på vad du tycker skall vara med.

Säkert har ni fått program eller information från lokalföreningarna om aktiviteter på gång som de hoppas kunna genomföra under året. I distriktet planerar vi bland annat en spännande båtresa på Göta kanal med avgångar den 26 maj och den 1 juni. Boka in dessa datum så ni inte blir utan plats. Mer information finner ni i bilagan i detta *Distriktsblad*.

Som tur är har pandemin inte stoppat våra möten med olika myndigheter och med vårt förbund. Tvärtom har det blivit fler möten, tack vare att man har kunnat ha möten på distans genom våra datorer. Säkert kommer dessa distansmöten fortsätta i framtiden, även när restriktionerna har släppt. Man gör många vinster genom att spara tid och pengar på att slippa resa. Och inte minst innebär det mindre påverkan på miljön. Men den fysiska kontakten är och förblir viktig för vårt välmående. Vi är sociala varelser och vi behöver se varandra, tala med varandra och inte minst krama om varandra för att må riktigt bra.

Jag hoppas varje dag att det ska vända till det bättre. Vi får inte ge upp!

Med dessa rader hoppas jag och ser fram emot att vi snart får träffas fysisk igen. Till dess, ha det så bra och var rädda om er.



Agne Fröjdh
Distriktsordförande

VÅR ORGANISATION

Kanske du funderar över hur HRF är organiserat och vad distriktet gör?

- HRF Riksförbund har ca. 22 000 medlemmar i över 170 lokalföreningar runt om i Sverige.
- I Distrikt Skaraborg finns 8 lokalföreningar och en föräldraförening med sammanlagt 2 300 medlemmar, fördelade på huvud- och familjemedlemmar.
- I distriktet finns också två intressegrupper: gruppen för medlemmar som är yrkesverksamma och gruppen för medlemmar med tinnitus.
- Föräldraföreningen och de båda intressegrupperna Yrkesverksamma och Tinnitus är för närvarande vilande.
- En samtalsgrupp för personer med CI-implantat har initierats i Lidköping-Götene och kan komma att bli en permanent intressegrupp.
- Distriktet består av en styrelse med representanter från lokalföreningarna och ett arbetsutskott (AU) som förbereder ärenden till styrelsen men även tar beslut i ärenden som styrelsen delegerat.

Vad gör vi då i vårt distrikt?

Distriktets huvuduppdrag är att påverka politiker och tjänstemän på både lokal- och regionalnivå i allt som rör hörselfrågor och vi har en eller flera representanter i följande råd inom Västra Götalandsregionen:

- I Hälso- och sjukvårdsstyrelsens funktionshinderråd.
- I Regionens råd för funktionshinderfrågor.
- I Regionens tolkråd.
- I Regionens alternativa telefoni.
- I hälso- och sjukvårdsnämnden Östra.
- I hörselverksamhetens lokala och regionala brukarråd.

I samtliga av dessa grupper är samarbetet mycket gott och vi känner att vår röst blir hörd.

Distriktet ingår också i Funktionsrätt Skaraborg och har representanter i dess olika intressegrupper. Distriktet är också medlem i studieförbundet ABF, där vi får ett mycket gott stöd med kurser och studiecirkel. Under pandemin fick både distriktet och lokalföreningarna mycket hjälp med utbildning i distansmöten. I övrigt ordnar distriktet resor, distriktsträffar och stöttar lokalföreningarna när behov finns.

Vill du engagera dig? Hör av dig till distriktet eller till din lokalförening!

NYHETER

SPÄNNANDE KANALRESA!

Nu anordnar distriktet en GÖTA KANALRESA med busshämtning på orten 26/5 och 1/6. Alla medlemmar från samtliga lokalföreningar i distriktet har nu möjlighet att anmäla sig. *I bifogad bilaga finner du alla detaljer som rör resan. Obs! Anmälan före 15/4 för planering av bussruttn och tider. Först till kvarn . . .*



DISTRIKTSTRÄFF NÄSTA ÅR FÖR ALLA MEDLEMMAR!

Distriktet hade planerat en träff i augusti för alla medlemmar. En träff där vi skulle kunna lära känna andra från de olika föreningarna, prata, äta gott och lyssna på god underhållning. Tyvärr gör det osäkra smittläget att vi beslutat att skjuta upp träffen till våren 2023 och vi håller tummarna för bättre tider då.



FÖRENINGSNYTT

Nedan hittar du lite information från våra åtta lokalföreningar. Vill du kontakta någon förening hittar du information under Kontaktuppgifter.

Falköping

Föreningen har ca 220 medlemmar. Vi har i flera år haft våra möten på *Träffpunkt Läkaren*. Det har fungerat bra. Nyligen tog restaurang *Wrågården* över driften av restaurangen, kallad *Wrån*. En uppfräschning av lokalerna har gjorts under januari och halva februari. Det blev fint. Förhoppningsvis kan vi fortsätta att ha våra möten där. Vi får återkomma till det i framtida information.

Batteriförsäljningen fortsätter i Kiosken som förut, vardagar 10–12. Man ska vara medlem för att få köpa till rabatterat pris. Icke medlemmar får inte köpa över huvud taget. Öppettiderna i kiosken följer på ett ungefär skolterminernas tider. När kiosken är stängd kan du köpa batterier av Margareta Nilsson, 0731–408459, eller Bengt Gereonsson, 070-5458290.

Vi har deltagit ett antal gånger på seniormässan. En informativ mässa, som brukar ge några nya medlemmar. Höst- och vårmarknaden är också bra tillfällen att visa upp föreningen. Nationaldagen den 6 juni är också en trevlig dag i *Plantis* med mycket besök vid vår monter.

Aktiviteter, förutom våra möten, har mest varit resor, både i grannskapet och längre sträckor. Ibland med både buss och båt över flera dagar. De har av förklarliga skäl inte kunnat genomföras de sista två åren. Men nu är de snart på gång igen. Information kommer. Har du som medlem några önske-

mål, eller att du vill bidra med dig själv, är du hjärtligt välkommen att höra av dig till någon i styrelsen.



Ångbåtstur med HRF Falköping.

Våren 2017 tog Bengt Gereonsson över ordförandeskapet efter Rolf Wallin, som svingat klubban i tio år. Rolf drog sig tillbaka med ålderns rätt och väl utfört arbete. Med Bengts engagemang för HRF hoppas vi på många fina år framöver.

Margareta Nilsson

Hjo-Karlsborg

Hjo-Karlsborgs HRF-förening bildades 1964 i Hjo och hette då "Hörselskadades Förening i Hjo med omnejd", där fanns det också medlemmar från Karlsborgs kommun. 2006 lades namnet Karlsborg till och då ändrades namnet till Hjo-Karlsborg HRF-förening. Medlemsantalet har varierat under åren. Vi är ju två små kommuner med cirka 16 000 invånare och i dagsläget har vi

ungefär 110 medlemmar, men för några år sedan var vi nere i drygt 60 medlemmar.

Men tack vare en driftig ordförande, Barbro Widerström och hennes man Thore, har vi vänt trenden, vilket är mycket trevligt och positivt.

Vi varierar våra träffar mellan Rödingen i Hjo, Haganäset i Karlsborg och Muséet i Mölltorp, lite beroende på program och aktiviteter.



Inga-Maj Pålsson vann det förnämliga pepparkakshuset på julfesten 2021, här överräckt av Stig Kylén.

Som alla andra föreningar har Corona och Omikron "satt käppar i hjulen" för våra träffar, men vi genomförde vårt årsmöte förra våren och även två medlemsmöten. I oktober besöktes vi på Rödingen i Hjo av Traditionsbärarna från Forsvik, som visade bilder och berättade hur man restaurerar äldre byggnader på ett pietetsfullt sätt enligt gammal hantverksmodell, även nybyggnation enligt gammalt manér till exempel nyuppförande av Råda gamla kyrka. Sista november hade vi sedvanlig gröttfest i Muséet med musikunderhållning, som var mycket uppskattad.

Med anledning av hittillsvarande restriktioner har vi inte kunnat planera något "Vårprogram", vi vill ju inte medverka till någon smittspridning bland våra, främst äldre medlemmar.

Men vi hade vårt årsmöte i februari! Ytterligare aktiviteter i föreningens regi är inte planlagda i skrivandets stund. När restriktionerna och smittan nu går tillbaka, så hoppas vi att kunna komma med ett "Höstprogram" fram i sommar!

Välkomna till våra aktiviteter!!
Stig Kylén

Lidköping-Götene

Varje onsdag har vi öppet hus i vår lokal i Lidköping med batteriförsäljning. Dessutom förser föreningens sju batteriförsäljare runt omkring i vårt område medlemmarna med nödvändiga batterier. Till den som så önskar skickar vi hem batterier på posten.

På initiativ av Frida Lennartsson har vi bildat en samtalsgrupp för CI-opererade medlemmar, "Vi med CI", där det finns möjlighet att träffas en gång i månaden och dela glädjeämnen och problem med varandra. Gruppen träffades i föreningens lokal med start den 23 februari och är öppen för alla medlemmar, även övriga föreningar i HRF Skaraborg är välkomna. Den som är intresserad, kontakta Frida på adress freda.lennartsson@gmail.com.

Föreningen har ett gott samarbete med syn- och hörselinstruktören i Lidköpings kommun. Bland annat samverkar vi kring information om hörapparatusens skötsel och handhavande vid träffar i kommunens olika mötesplatser.

I Götene kommun är tjänsten som syn- och hörselinstruktör för närvarande vakant men föreningen jobbar intensivt för att ändra på den saken.



En välförtjänt paus under HRFs digitala Kongress 2021. Fr. v. Agneta Joninger, Janne Lilja och Ingrid Nordquist.

Föreningen har en grupp som spelar biljard varje vecka.

Vi är fortfarande en av landet största HRF-föreningar, med 828 medlemmar, även om antalet medlemmar sjunkit under pandemin.

Ingrid Nordquist

Norra Skaraborg

Vi är en förening med drygt 60 år på nacken och med ca 730 medlemmar. Vi omfattar kommunerna Gullspång, Mariestad och Töreboda. Vi hyr en lokal i Mariestad där mindre möten och batteriförsäljning kan äga rum. För batteriköpare i Gullspångs- och Törebodas kommuner finns lokalombud. Normalt har vi ett medlemsmöte per mån samt två–fyra bussresor per år. Andra aktiviteter som erbjuds är bowling, vattengymnastik och ibland studiecirkel. För medlemmar som har svårt att ta sig till våra möten erbjuder vi skjuts.

För att värva fler medlemmar medverkar vi vid torgmöten och seniormässor. Nya medlemmar bjuds in till välkomstmöte med information om föreningen samt visning av lokalen.

Påverkansarbete görs också, nyligen genom ett medborgarförslag till Mariestads kommun angående inrättande av syn- och hörselinstruktör. (Gullspång och Töreboda har redan en dylik.) HRF:are har tillsammans med en av Mariestads kommun utsedd person, genomfört kontroller av hörslinor i lokaler som kommunen äger eller hyr. Många brister har upptäckts. Här kommer föreningen att ligga på för att Mariestads kommun ska uppfylla det lagen kräver. HRF jobbar också för att få i gång ett tillgänglighetsråd i Mariestad.



Medlemsmöte 2022 i N. Skaraborg med texttolkning.

Föreningen har nyligen köpt in en hjärtstartare och låtit styrelsen genomgå utbildning i användningen av den. Vi har också köpt en dator och skrivare samt tecknat internet-abonnemang. Nu gäller det bara att få detta att fungera så att vi kan klara skrivtolkning på distans.

Clara Lindhé och Maivor Wänerås-Persson

Skara

Föreningen har i nuläget ca 85 medlemmar, antalet har minskat med ett femtontal sista året beroendet på hög medelålder och således en naturlig minskning plus att flera har avskrivits p.g.a. obetalda medlemsavgifter. Två år med pandemi har tyvärr inte gjort det hela bättre.

Föreningen har ingen egen lokal så styrelsemötena har sedan många år tillbaka hållit till i nuvarande Funktionsrätt Skaraborgs lokal. Medlemsmöten har vi haft i *Frejans* samlingsal alternativt i *Skara Missionskyrka*.

Eftersom vi inte kunde ha några medlemsmöten under våren -21 beslutade vi att alla huvudmedlemmar skulle få ett paket batterier som en uppmuntran och detta delade vi ut vid två tillfällen i maj månad.

Årsmötet hölls 11/9 2021 i *Skara Missionskyrka*. Hörselskadades dag uppmärksammades den 14/10 även det i missionskyrkan med information hörselhjälpmedel av audionom Johannes Ekman från Lidköping, fika och underhållning av syskonen Ljungqvist från Götene.

Den 6/12 hade vi julfest med besök av Skara skolskencens lucia då föreningen bjöd på kaffe och julsmörgås.

Vår förenings framtid är tyvärr oviss, styrelsen och valberedningen har förgäves sökt efter nya ledamöter men vi har inte kunnat få ihop en styrelse. Efter 13 år som ordförande orkar jag, av hälsoskäl, inte fortsätta. Vice ordförande har tyvärr också av sagt sig uppdraget. Utan fungerande styrelse för framtiden får troligen föreningen bli vilande. Kanske någon

intresserad medlem läser detta och vill engagera sig? Hör av dig i så fall!

Föreningen har inget planerat för våren mer än ett styrelsemöte samt årsmöte i april månad.

Tyvärr blev detta mer en tillbakablick på 2021 än en blick framåt eftersom läget är som det är.

Kerstin Almqvist

Skövde-Tibro

HRF Skövde-Tibro på G?

Ny i styrelsen ser jag fram emot en satsning i HRF Skövde-Tibro. Vårt medlemsantal är idag väldigt lågt, 85 huvud- och 23 familjemedlemmar. Potentialen i vårt upptagningsområde borde kunna innebära minst tio gånger nuvarande antal. Vår målsättning är att på sikt nå dessa siffror.

Några av de planerade åtgärderna för att öka medlemsantalet:

- * Öka samarbetet med audionommottagningen genom att placera ut broschyrer, posters och *Auris* i lokalen. Det kan även gälla Vårdcentraler.
- * Ta kontakt med olika pensionärsföreningar för att kunna lämna info om hörsel på någon sammankomst.
- * Bjuda in till öppet hus i vår nya lokal.

Det bästa av allt: Vi har blivit med ny fin lokal! Vi delar den med några andra hyresgäster, vilket innebär att hyreskostnaden är väldigt låg. Vi har för avsikt att rusta upp lokalen med bland annat en bra högtalaranläggning och en fast hörslina.



Bild på lokalen 2021.

Vi ligger i startgrupparna för att utveckla vår verksamhet.

Styrelsen HRF Skövde-Tibro

Janne Åberg

Tidaholm

I föreningen har vi ca 90 medlemmar. Vi hyr en lokal av en HSB-förening där vi har våra styrelsemöten och när vi har medlemmöten med aktiviteter så huserar vi i Disponentvillan där vi också har tillgång till kök.



Styrelsemöte december 2021.

Vår förening har gjort en hel del förändringar vad gäller medlemsträffar. 2016 testade vi en grötfest där vi fixade allt

själva. Kokade gröt, gjorde skinkmackor, serverade julmust, kaffe och kaka. Det kom så många medlemmar så vi som arbetade i köket blev utan mat. Det är ju positivt. Alla som kom fick julklapp av en liten tomte-gumma. Vi har lotterier på alla träffar och medlemmarna lämnar själva in fina vinster vilket är mycket uppskattat.

Vi har fortsatt med grötfesten varje år men nu beställer vi catering från Ehns kök. Det är värt varenda krona. Påsk buffé med lite enkel påsk mat, har också blivit en tradition. Vi brukar då inte ha underhållare utan i stället lite tävlingar och efter det umgås vi och pratar.

Vi har också haft en utedag med korb och bröd där medlemmarna fick tävla i lite olika moment. Att förklara Jonnys hemmagjorda ”cykelstyre-golfboll-rullning” går inte, vi får nog ta med det någon gång och visa er.

När vi haft underhållare har vi bland annat bjudit in de lokala prästerna Löwing, och Öhgren, trubadur Jonny Bergman, Lilla Saluhallen, Hack-spettarna från Blikstorp. Andra gånger har vi bara träffats för att prata och det har uppskattats.

I år har det inte blivit någon aktivitet ännu men vi funderar på en träff ute i slutet av maj med lite utomhusaktiviteter och frågesport, samt korb och bröd.

Anneli Aspensten

Varatrakten

Varatraktens förening har knappt 100 medlemmar och inkluderar bl.a. Essunga och Grästorp.

I föreningen återkommer vissa aktiviteter varje år. Under våren har vi som stående program *bingokväll* och vårt årsmöte, i

augusti *tipspromenaden* på Huttla kvarn med gofika och underhållning, hörselveckan i oktober och i december julfesten med gröt och goda tillbehör, underhållning och lotter. Föreläsningar, audionombesök och annat av intresse för medlemmarna anordnas också. Vi beställer såklart skrivtolkar till samtliga aktiviteter.

En gång i månaden är vår *mottagning* öppen i Parkbio huset (17.00-19.00). För er som är sugna på att snacka hörsel så bjuder vi på gofika och erbjuder batteriförsäljning till rabatterat pris, hjälper till med enklare felsökningar på hörapparater samt bistår med råd så gott vi kan om hörselproblem. Varmt välkomna!



Hörselveckan på Vara bibliotek 2021. Eva Löfquist Beglert, Barbro Johansson och Janne Orrefelt.

Påverkansarbete sker också för att påverka politiker, tjänstemän och andra som på något sätt är involverade i att samhället skall fungera för oss hörselskadade.

Att värva nya medlemmar för att nå fler personer som kan behöva hjälp och stöd med sin hörselnedsättning, utgör en del av föreningens uppdrag. I detta syfte medverkar styrelsens medlemmar på marknader, mässor, bibliotek med mera med information om HRF:s arbete och vår förening.

Glädjande nog blev tjänsten som Syn- och hörselinstruktör i Vara tillsatt igen i höstas. Linda Svensson är varmt välkommen och hon har redan besökt vår mottagning. Linda nås på 0512-31937.

Batterier till rabatterat pris köper medlemmar på våra aktiviteter eller direkt av Lennart Orwell på 0722-32958.

Vi i styrelsen för Varatrakten hoppas att 2022 blir året då vi kan se tillbaka på den gångna pandemin inte bara med sorg över alla de som drabbats men också med förhoppning om att nu är det värsta över. Året då vi kan träffas och umgås som vanligt. Då vi kan krama om familj och vänner, besöka affärer, restauranger, konserter och andra miljöer som vi kanske varit tvungna att avstå ifrån under dessa två år.

Eva Löfquist Beglert

IDÉ- OCH INSPIRATIONSHELG MED ÅRSMÖTE

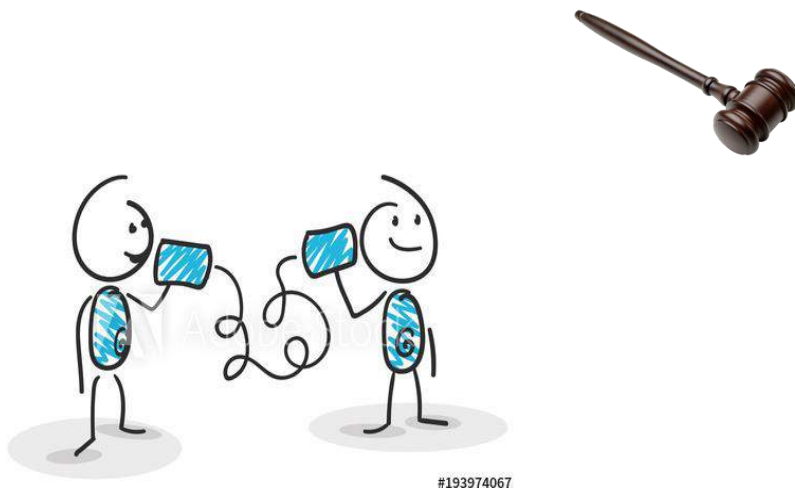
Idé- och inspirationshelg med distriktsårsmöte på Hellidens Folkhögskola i Tidaholm

I samband med distriktets årsmöte lördagen den 23/4 bjuder distriktet på en Idé- och inspirationshelg på temat *teknik*. Med start 9.30 på lördagen blir det morgonfika och information om distriktets och föreningarnas hemsidor. Därefter kl. 13.00, efter lunch, inleds årsmötesförhandlingarna. Samtliga styresledamöter i distriktsstyrelsen samt föreningarnas ombud kallas till årsmötet. Övriga medlemmar är varmt välkomna att närvara. Efter årsmötet blir det middag och underhållning på kvällen med Per Wahlström från Tidaholm. Övernattning kan erbjudas på folkhögskolan men det finns ett begränsat antal rum lediga och vi är tacksamma om ni som kan, delar rum med någon annan medlem.

På söndagen blir det information om distanstolkning, utbildning i hur vi testar teleslingor och hur vi använder våra transportabla slingor. Efter lunch får vi höra om vad som är på gång inom HRF just nu.

Motioner till årsmötet skall vara arbetsutskottet (AU) tillhanda senast 4/4 och mejlas till Agne Fröjd agne.frojd@gmail.com

Anmälan till årsmötet och/eller övriga aktiviteter sker senast 4/4 till Agne Fröjd agne.frojd@gmail.com eller på 0739-390741.



Kom ihåg att lufta dina batterier ett par minuter innan du byter så håller de längre!

Kontaktuppgifter:

distriktet och föreningarnas styrelser

Distrikt Skaraborg

Webbplats: hrf.se/skaraborg

Ordförande: Agne Fröjdh

agnefrojdh@gmail.com

Vice ordförande: Bengt Gereonsson

gerons50@hotmail.com



Falköping

Webbplats: hrf.se/falkoping

Ordförande: Bengt Gereonsson

gerons50@hotmail.com

Skara

Webbplats: hrf.se/skara

Ordförande: Kerstin Almquist

almqvist.kerstinnelly@gmail.com

Hjo-Karlsborg

Webbplats: hrf.se/hjo-karlsborg

Ordförande: Barbro Widerström

wideostrom.barbro@gmail.com

Skövde-Tibro

Webbplats: hrf.se/Skövde-Tibro

Ordförande: Janne Åberg

janneberg39@gmail.com

Lidköping-Götene

Webbplats: hrf.se/lidkoping-gotene

Ordförande: Ingrid Nordquist

ingrid-nordquist@hotmail.com

Tidaholm

Webbplats: hrf.se/tidaholm

Ordförande: Anneli Aspensten

anneli_aspensten@hotmail.com

Norra Skaraborg

Webbplats: hrf.se/norraskaraborg

Ordförande: Maivor Wänerås Persson

maivor.jan@hotmail.com

Varatrakten

Webbplats: hrf.se/varatrakten

Ordförande: Eva Löfquist Beglert

eva.lofquistbeglert@gmail.com

Det sker nu ett arbete med Distriktet och föreningarnas hemsidor/webbplatser som i fortsättningen kommer vara uppdaterade. Glöm inte att då och då gå in och kika på nyheter och nyttigheter. Adresserna ser ni ovan.

Du behövs!

Våra lokalföreningar utför ett fantastiskt arbete, året runt. Det är mycket som skall planeras inför varje aktivitet och det tar tid och engagemang för att påverka politiker och tjänstemän för en bättre hörselpolitik i samhället. Men styrelsearbetet är också roligt och berikande. Det innebär bland annat möjligheter till resor inom/utanför distriktet för att delta i möten och på kurser som rör HRF.

Vad skall då en lokalförening göra?

Här nedan ser du vilket uppdrag en förening har enligt HRFs stadgar från 2021.

”Föreningen har i uppdrag att på grundval av HRFs ändamålsparagraf och styrdokument verka för HRFs intressepolitiska idéer samt genomföra verksamhet inom sitt verksamhetsområde genom:

- att erbjuda gemenskap och erfarenhetsutbyte samt råd och stöd
- att verka för att ansluta fler medlemmar till HRF
- att genom anordnande av möten och seminarier i olika former bereda alla medlemmar och presumtiva medlemmar tillfälle att delta i arbetet med de intressepolitiska frågorna
- att leda, samordna och utveckla påverkans-, organisations-, studie- och informationsverksamhet inom föreningen
- att ta initiativ till, utveckla och bedriva verksamhet för olika medlemsgrupper inom föreningen
- att stödja ungdomsverksamheten
- att samverka med andra ideella organisationer för att sprida kännedom om hörselskador och om hur man kan förbättra miljön för hörselskadade”.

Vi vet att det finns mycket kunskap och erfarenhet bland er medlemmar som skulle kunna komma oss alla till nytta. Både i distriktet och på lokal nivå. Kanske vill du vara med i någon styrelse? Vara ombud i distriktet? Eller bara vara med och hjälpa till att värva medlemmar på mässor, utställningar eller marknader? Kanske har du förslag på aktiviteter, underhållare mm? Tipsa oss! Är du bra på teknik? Då kanske du skulle kunna hjälpa andra medlemmar med tekniken.

Om du är intresserad av att hjälpa till med något, vänd dig till din lokalförening.

Ta steget till större delaktighet i din förening redan i vår!

Alla kan bidra med något!

Nyttiga tips

WEBBSIDOR OCH FACE-BOOK GRUPPER

Förbundets webbsida

<https://hrf.se>

Mycket intressant och nyttigt.

Hörsellinjen

<https://horsellinjen>

Hit kan du vända dig med ALLA frågor om hörsel.

Facebook/HRF: Diskussionsgrupp för hörselskadade

Sök sidan på fb. Här diskuterar medlemmarna mycket av intresse.

Facebook/Hörnet-gruppen (Grupp av hörselskadades Riksförbund, HRF)

Sök sidan på fb. Här lägger förbundet och olika lokalföreningar ut intressant information.

KRISINFORMATION

Visste du att det finns en app som man kan ladda ner i mobiltelefonen som heter "Krisinformation"? Appen skickar sms om krisinformation (kris-varningar), SMHI (vädervarningar) och Trafikverket (trafikstörningar, olyckor). Sök Krisinformation i App Store och ladda ner appen. Bra för den som har svårt att lyssna på radio m.m. men kan läsa informationen.

SKRIVTOLK TILL SLÄKTTRÄFFEN?

Du vet väl att du kan beställa skrivtolk även till privata sammankomster? Julfesten, födelsedagen, kompisträffen eller något annat tillfälle där du behöver höra bra. Kontakta Habilitering & Hälsa för att boka tolk på 010-441 23 00. Telefontider är må-to 10.00-12.00 samt 13.00-15.00, fre 10.00-12.00. Eller boka direkt på webbformuläret på deras hemsida eller i Vårdguiden 1177.se Vid bokning av tolk uppger du namn, starttid och sluttid för tolkningen, var tolkningen ska ske och innehållet för tolkningen.

Du måste registrera dig som tolkanvändare för att använda tjänsten. Ring ovanstående nummer och be att få formuläret hemskickat. **Tolktjänsten är gratis**

M edlemsförmåner

Allt detta får du som medlem men viktigaste av allt, med din medlemsavgift stödjer du viktigt HRF arbete!

Medlemsavgift: 300 kr/år, 75 kr/år för obegränsat antal familje- eller stödmedlemmar. Betala gärna med autogiro. Blanketter för autogiro kan beställas från HRF.

Som medlem erbjuds du bland mycket annat:

- *batterier till ett subventionerat pris* även för hemleverans
- *rabatt på hotellkedjan Scandic*
- *tidskriften AURIS* med sju nummer om året full med reportage som rör hörselfrågor
- *subventionerade kultur-och nöjesresor.*

VA' SA DU?



ALLA SKA KUNNA VARA DELAKTIGA!

Därför beställer vi såklart skrivtolkar till våra aktiviteter och försöker alltid boka lokaler med teleslinga.

TREVLIG SOMMAR ÖNSKAS ALLA MEDLEMMAR!