

Vi hörs

Tema | Åldrande

Susann, 70

"Bäst att försöka bli vän med de hjälpmedel som finns" s. 6



10

Forskning:
Läkemedel och hörsel

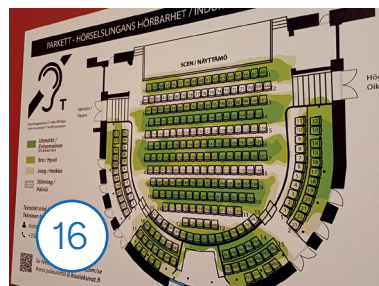
12

Snåriga vårdstigar
inom hörselvården

26

Hörseln, hjärnan
och åldrandet

Innehåll



- 4 Ledare: Åldrande – en naturlig sak?
- 6 Susann, 70: "Bäst att använda de hjälpmedel som finns"
- 10 Forskning: Hur påverkas hörseln av läkemedel?
- 12 Snåriga vårdstigar – men hörselvården i Västra Nyland börjar ta form
- 16 Intressebevakning: hörselrehabilitering, tillgänglighet, audionombildning
- 18 Styrelseval 2026–2028: Presentation av nominerade kandidater
- 24 Häng med på hörseltillgänglig resa till Kroatien i vår!
- 26 Hörseln, hjärnan och åldrandet – forskaren Maria Hoff vill se hela människan
- 28 Aktuellt inom medlemsföreningarna



Utgivare
Svenska hörselförbundet rf
Nordenskiöldsgatan 18A
00250 Helsingfors
tfn. 050 476 2475
E-post: kansli@horsel.fi

Tryck
Print Mill Ab
ISSN 0787-9520

Omslag och layout
Tina Kärkinen

Pärmbild
Svenska hörselförbundet



Ansvarig redaktör
Nora Strömman

Redaktör
Tina Kärkinen

Kontakt
Tina Kärkinen
E-post: tina.karkinen@horsel.fi
Tfn: 050 462 0056
Prenumeration 25 euro per år
Lösnummer 7 euro



Annonser
Johnny Åstrand och redaktionen

Redaktionsråd
Tina Kärkinen
Nora Strömman
Anne Sjökvist
Sandra Alldén

Nästa nummer
4/2025 utkommer i december
Tema: Teknik
Skicka material senast 3.11.2025
till: tina.karkinen@horsel.fi

Skribenter svarar för åsikterna i sina artiklar. Redaktionen förbehåller sig rätten att redigera material.

ORDFÖRANDENS HÄLSNING

Om att åldras

Ibland, då jag gratulerar någon på födelsedagen, kan svaret vara "det är nog mera att beklaga". Svaret ges ofta med glimten i ögat och är säkert ämnat att inte tas på allvar. Men ändå, finns det inte alltid orsak att gratulera då någon har privilegiet att bli ett år äldre? Det är nämligen inte alla förunnat att fylla år, många får aldrig möjligheten att bli äldre.

”Med stigande ålder växer behoven av en god hörselvård och mot det behovet ska vi även i framtiden svara.

Åldrandet fascinerar och engagerar. Ett spår i debatten leds av dem som jagar evig ungdom på olika sätt. Evig ungdom är väl att ta i, men många gör mycket för att se så unga ut som möjligt. Att leva sunt är en sak och skönhetsindustrin är något helt annat. Jag brukar tänka att man ser så ung ut som man känner sig. På en fredagskväll efter en hektisk arbetsvecka kan jag tänka att jag nog åldrats mycket på en vecka.

Den verkligt stora frågan som vi både som personer, som samhälleliga påverkare och beslutsfattare bör ställa oss är i vilken typ av samhälle vi vill att åldrandet ska ske.

Hur kan vi stärka välmående och skapa förutsättningar för deltagande och inklusion. Hur beaktas ett växande servicebehov, hur sköter vi det förebyggande arbetet som skapar livskvalitet samtidigt som det sparar pengar på sikt. Hur vill vi bo och hur vill vi sköta våra bank- och myndighetsärenden. Hur tryggar vi tillgången till svenskspråkig service.

Allt det här och mycket mera ska beaktas för att åldrandet ska vara tryggt och meningsfullt. Svenska hörselförbundet har sin givna roll och vår betydelse för välmående i vardagen bara växer. Vi informerar, stöder och utbildar. Vi skapar helt enkelt förutsättningar för ett gott liv. Finlands befolkning åldras och det är fantastiskt att vi lever allt längre. Med stigande ålder växer behoven av en god hörselvård och mot det behovet ska vi även i framtiden svara.

Mig får man gärna gratulera till att bli äldre. Jag bär mina erfarenheter med glädje i sinnet och betraktar min ålder med stolthet. Men, jag vill gärna vara med och påverka det samhälle jag åldras i. Jag vill se ett samhälle som inkluderar och som möjliggör ett mångsidigt, aktivt och innehållsrikt liv. Ett samhälle där vi får den hjälp och den service vi behöver. För att lyckas behövs allas vår insats. ■



Mikaela Nylander
Förbundsordförande
Svenska hörselförbundet

Åldrande - en naturlig sak?

Att få åldras på ett naturligt sätt är i grunden en positiv sak. Faktum är att vi börjar åldras redan efter födseln. För de flesta är det positivt: vi lär oss gå, läsa och iakttä omgivningen. Då vi är barn är nästan allt möjligt och värt att försöka.

Redan efter 30 år får vi börja med att aktivt träna våra muskler för att behålla de motoriska krafterna vi har och även träna våra andra sinnen. Allt detta accepterar vi och deltar aktivt i olika verksamhetsformer.

”Det gäller bara hitta en plats där vi passar in.

Våra fem sinnen - smaken, lukten, synen, hörseln och känseln - försämras med åldern och då vi kommer upp i det som vi kallar medelåldern märker vi ofta att något blivit sämre, men om det sker långsamt upplevs det oftast naturligt ”va sa du?”.

Med smak och lukt händer nog liknande upplevelser, men tekniken saknas och vi accepterar förändringen och minns hur det kändes förr. Med känseln är det annorlunda, inre känslor förändras, någon får mer empati, andra ignorerar sin omgivning mer.

I känslorna kan också innefattas den egna kroppsuppfattningen. I senioråldern får vi vara mer uppmärksamma på balansen, då motoriken begränsas och rörelseförmågan minskar.

Vår personlighet ändras också. För en del blir det lättare då ekorrhjulet inte snurrar så snabbt - vi är lyckligare som äldre, trots de begränsningar vi fått. Det gäller bara hitta en plats där vi passar in.

För oss som använder hörhjälpmedel är det problem med batterier och filter, då styva fumliga fingrar inte klarar det, trots att vetenskapen kanske finns. Våra nära kan kanske hjälpa eller varför inte våra hörselrådgivare i föreningarna.

Förhoppningsvis kan samhället bli bättre på att hjälpa oss alla med att få enklare tekniska system. Bara dessa nuvarande personliga koder och användarnamn i alla datasystem. De behövdes inte alls för 50 år sen. Ändå kan vi nog konstatera att, ”allt var inte bättre förr”.

Jag avslutar med att citera David Bowie ”att bli äldre är en fascinerande process där man så småningom blir den person man alltid borde ha varit”.■



Jan-Olof Wiik
Styrelsemedlem
Svenska hörselförbundet

Hörsel och åldrande

- ett tema som berör oss alla

Hösten är här - och med den årets tredje nummer av Vi hörs! På förbundet och inom våra lokalföreningar är det mycket på gång. Trots tider av ekonomisk osäkerhet ligger vårt fokus på fortsatta erbjuda stöd, kunskap och gemenskap. Vi ordnar kurser, hörselföreläsningar, kampanjer för att öka synligheten för hörselrådgivare samt utbildning och fortbildning för föreningarnas hörselrådgivare.

I detta nummer lyfter vi temat åldrande och hörsel. Att börja höra sämre berör oss alla i något skede. Men det behöver inte försämra vår livskvalitet. På sidan 6 möter du Susann, 70 år, som med hjälp av hörhjälpmedel har hittat en ny vardag och uppmanar alla att testa nya vägar. På sida 26 intervjuas Maria Hoff, forskare och audionom, som studerat sambandet mellan hörselnedsättning och kognition hos äldre. På sidan 12 får du en inblick i hörselvården i Västra Nylands vårdstigsområde, där vårdstigarna ännu är otydliga men där svenskan har blivit mer synlig.

Vi lyfter också fram forskning om hur buller, läkemedel och kemikalier påverkar hörseln. Vad händer med vår hörsel när vi exponeras för vissa läkemedel eller kemikalier? Och går det att skydda örat från skador som uppstår vid buller eller behandlingar? Läs mer på sidan 10 i intervjun med Pernilla Videhult Pierre från Karolinska Institutet. På sidan 18 får du bekanta dig med de nominerade kandidaterna till förbundets nya styrelse, som väljs på kongressen i Tammerfors i november.■

Tina Kärkinen
Informatör
Svenska hörselförbundet



Barman Anders Fma

- Timantporaukset ja -sahaukset
- Diamantborrning och -sågning
- Kaikki rakennussaneeraukset
- All byggnadssanering

040 728 7339

Rosenlundsvägen 83, 10710 Snappertuna



Flistjänster

- Flistillverkning för uppvärmning av hus/hallar m.m.
- Arbetet utförs med lastbil & traktor
- Österbotten



050 413 0257 Patric
045 137 9378 Mathias



pm.hermans



esse elektro-kraft
www.eekab.fi

Närpes - Kristinestad

Transporter med 1 + 8 pers. invautrustade bilar

- * FPA-sjukhustransporter, även rullstol och bår
- * Färdtjänster
- * Övriga beställningskörningar

Ring oss så ordnar vi transporten!

TAXI NYBACKA



0400-561 673 Lasse (Övermark-Närpes)
050-353 2005 Annika (Övermark-Närpes)
040-844 0880 Kenneth Bergqvist (Kristinestad-Närpes)

Klipp ut och spara

Susann, 70

"Bäst att bli vän med de hjälpmedel som finns"

Susann Nylén har aldrig försökt dölja sin hörselnedsättning. För henne är det naturligt att säga som det är – och att bli vän med sina hjälpmedel har gjort vardagen lättare och mer delaktig.

Text: Tina Kärkinen Bild: Privat

När Susann var runt 50 år började hon märka att något förändrats. Det var inte längre lika enkelt att höra, särskilt i större grupper. Hon minns den första känslan av att något inte riktigt stämde.

– I 50 års-åldern noterade jag att det inte alla gånger var så enkelt att höra, speciellt då större grupper samlades. Specialistläkare har inte kunnat fastslå vad min hörselnedsättning beror på. På fädernet har jag dock en ärftlig belastning, min mor däremot hade ända in i det sista släktens bästa hörsel.

För Susann, som arbetade som sekreterare, blev hörselnedsättningen en utmaning i vardagen. Att föra protokoll under möten krävde att man hörde varje ord – något som inte längre var självklart. I sociala sammanhang kunde det bli ansträngande att hänga med och ibland möttes hon av irritation när hon bad om upprepning.

– Det var inte alla gånger så lätt att till exempel protokollföra vid ett möte, vilket jag ofta

gjorde i mitt arbete som sekreterare. En del kan reagera med irritation då man inte hör allt som sägs. Jag önskar att man kunde bli bemött på ett för oss hänsynsfullt sätt: att vända sig till oss då man tilltalas, inte stå med ryggen åt och mumla. Man behöver inte heller skrika, det räcker för det mesta med att ha ögonkontakt vid tilltal.

Det dröjde till 63 års ålder innan Susann tog steget att skaffa sin första hörapparat. I början var det svårt att vänja sig vid apparaten.

– När jag var 63 fick jag min första hörapparat och hade ännu något år kvar i arbetslivet. Det var företagshälsovården som efter ett audiogram fick i gång processen. Min första hörapparat blev jag aldrig vän med, det tog tid att vänja sig vid en helt ny ljudvärld och jag upplever också med en blick i backspegeln att jag borde ha fått mera information om hur jag själv ska sköta apparaten.

Hösten 2023 kom vändningen. Hon fick nya hörapparat – ett annat märke – och bättre



Susann Nylén

Ålder: 70 år

Bor: i Vasa

Tidigare yrke: Sekreterare

Intressen: Kultur i många former, (bänk)idrott, språk m.m.

Medlem i: HiA-Hörselskadade i Arbetslivet

vägledning vid utprovningen. Men det som verkligen gjorde skillnad var en tvådagarskurs anordnad av Svenska hörsselförbundet, säger hon.

– Det som gjorde att jag blev du med den nya apparaten var att jag deltog i en två dagar lång kurs anordnad av Svenska hörsselförbundet. Kursen hölls i Vasa och den var mycket givande. Det var bra att träffa andra med hörselproblem och det var mycket nyttigt program som vår grupp fick ta del av. Jag vill gärna framhålla hur viktig denna kurs var för mig, säger hon.

Susanns hörsel är ärlig med att det inte har varit så enkelt att vänja sig vid hörapparaterna – varken tekniskt eller känslomässigt.

– Jag hade behövt få mera teknisk handledning med min första apparat. Annars är det nog bara att gilla läget, ingen vill åldras och förlora funktioner, men vad göra? Bäst att

"Jag har både öron och höron. För att citera en god vän", säger Susann om sina hörapparater.

försöka bli vän med de hjälpmedel som finns.

Susann berättar att det har hjälpt henne att vara öppen med sin hörselnedsättning. Genom att berätta för andra hur hon hör, undviker hon missförstånd och känner sig tryggare i sociala sammanhang. ►



Med tiden har hon lärt sig att stå upp för sina behov och att våga vara öppen med sin hörselnedsättning.

– Jag har aldrig försökt dölja min hörselnedsättning. Hörapparaterna syns inte, men för mig känns det naturligt att säga som det är. Susann lever idag ett aktivt liv och fyller sin tid med allt från kultur till språkkurser. Hon har hittat en balans och nya perspektiv på vad det innebär att vara delaktig.

– Under coronapandemin blev det vanligt med verksamhet online. Idag deltar jag i några språkkurser online och det är oftast lättare så än i ett klassrum, med tanke på hörbarhet.

Vardagen fungerar bra och hon använder sina hörapparater större delen av dagen. Hon berättar att hon sällan ser på TV utan apparaten, men ger också öronen pauser när det behövs. Hon lever i ett singelhushåll och har inte ännu gjort några större förändringar för att förbättra ljudmiljön, säger hon. Men hon har tankar om vad som skulle kunna underlätta.

– Jag märker att jag inte längre lyssnar så mycket på radio eller musik hemma, då jag som ensamboende inte har hörapparaterna i



Susann som 6-åring (längst till höger) med chif-fongduk i högsommartider drabbad av en öron-inflammation. Här tillsammans med kusinen Kjell och sommargrannen Ingegärd.

” Jag önskar att man kunde bli bemött på ett för oss hänsynsfullt sätt: att vända sig till oss då man tilltalas, inte stå med ryggen åt och mumla.

bruk all min vakna tid. Jag använder apparaterna cirka 70 % av min vakna tid. Ett visst tryck gör att örongångarna tidvis vill ha en paus. Jag skulle gärna ha ett sladdlöst hjälpmedel för tv och radio, jag ser sällan på tv utan hörapparat.

Att höra är inte bara att uppfatta ljud. Det är att kunna delta, att känna sig inkluderad, att hänga med i samtal och känna sig delaktig i sociala sammanhang. För Susann har resan med hörselnedsättning varit både utmanande och lärorik. Hon har hittat vägar vidare – genom hjälpmedel, kunskap och gemenskap. Till andra äldre som märker att hörseln förändras har Susann ett tydligt budskap:

– Jag uppmanar till att söka hjälp, att inte vänta för länge. Hörselnedsättning kan tyvärr också leda till känslor av isolering, eller att man frivilligt drar sig undan, att man undviker social samvaro. En alltför stökig omgivning håller man sig gärna borta från, typ långbord på restaurang eller liknande.

– Med en hörapparat som fungerar för just dig kan allt vändas till det bättre.■

Presbycusis – åldersrelaterad hörselnedsättning

Text: Tina Kärkinen Bild: Svenska hörsselförbundet

Presbycusis är ett medicinskt namn för den hörselnedsättning som många upplever när de blir äldre. Det är helt normalt att hörseln förändras med åren – ungefär var tredje person över 65 har någon form av hörselnedsättning. Förändringen sker oftast långsamt och påverkar båda öronen lika mycket. Det kan bli svårare att höra höga toner, uppfatta tal i bullriga miljöer eller hänga med i samtal när fler pratar samtidigt.

Orsaken till presbycusis är att innerörat och hörselnerven åldras. Små hårceller i hörselsnäckan, som hjälper oss att uppfatta ljud, fungerar sämre med tiden. Även hjärnans förmåga att bearbeta ljud kan påverkas, vilket gör att man inte bara hör sämre – man kan också ha svårare att förstå vad som sägs.

Andra faktorer som påverkar hörseln är livsstil och hälsa. Rökning, högt blodtryck, diabetes och vissa läkemedel kan öka risken för hörselnedsättning. Buller under arbetslivet kan också ha satt sina spår.

Vanliga tecken på försämrad hörsel är att du tycker att folk mumlar, har svårt att höra dörrklockan eller telefonen, eller att anhöriga påpekar att du hör dåligt. Det kan också vara svårt att höra i folksamlingar eller på möten.

Även om presbycusis inte går att bota, finns det god hjälp att få. Hörapparater erbjuds



Audionomer hjälper till att prova ut och justera hörapparaterna så att de passar just dig.



Många vänjer sig vid att höra dåligt och undviker sociala situationer, vilket kan leda till ensamhet och nedstämdhet.

kostnadsfritt via den offentliga hälsovården i Finland, efter hörseltest och remiss till specialistsjukvården. Audionomer hjälper till att prova ut och justera hörapparaterna så att de passar just dig. Det finns olika modeller, till exempel bakom-örat-apparater, allt-i-örat-apparater och CROS-apparater för ensidigt döva.

Det viktigaste är att inte vänta för länge. Många vänjer sig vid att höra dåligt och undviker sociala situationer, vilket kan leda till ensamhet och nedstämdhet. Genom att söka hjälp i tid kan du fortsätta vara delaktig, höra bättre och må bättre.■

Utöver hörapparater finns flera andra hörhjälpmedel som kan underlätta vardagen:

- T-slinga för bättre ljud i offentliga lokaler
- Skrivtolk vid möten eller föreläsningar
- TV-hörlurar eller streaming direkt till hörapparaten
- Varseblivningssystem för dörrklocka, brandvarnare och telefon
- Kommunikatorer och samtalsförstärkare

Hur påverkas hörseln av läkemedel?

Forskaren och apotekaren Pernilla Videhult har i över 20 år forskat om hur olika ämnen kan påverka hörseln – både negativt och positivt. Hon har bland annat undersökt hur kemikalier och läkemedel kan skada hörseln, samt hur vissa ämnen kan ge skydd vid akuta hörselskador. Vi ställde några frågor till Pernilla för att få veta mer!

Text: Tina Kärkinen



Pernilla Videhult Pierre. Bild: privat

● Vad fick dig att börja forska om hörsel och ämnen som påverkar hörseln?

– Jag har länge varit intresserad av hur olika ämnen kan påverka kroppen. Hur stor påverkan blir beror bland annat på hur mycket av ämnet som finns i kroppen. Under min apotekarutbildning, som fullföljdes 2001, blev jag särskilt intresserad av hur man kan mäta dessa nivåer, och fick kontakt med en professor i analytisk kemi, Hans Ehrsson. Hans Ehrsson inspirerade mig att börja forska. Hans forskargrupp hade sedan länge ett etablerat samarbete med en hörselforskare, som bland annat studerade som bland annat studerade cisplatin, ett cancerläkemedel som kan ge hörselskada som biverkan. Göran Laurell och jag har fortfarande ett nära samarbete.

● Finns det ämnen eller läkemedel som du tycker att fler borde känna till som risk för hörselskador?

– De kliniskt viktigaste läkemedlen som kan ge upphov till hörselskada är cisplatin och aminoglykosidantibiotika. Att cisplatin i höga doser är hörselskadande är särskilt besvärligt, eftersom det används för att bota vissa cancersjukdomar, både hos barn och vuxna. Inom verkstadsindustrin finns det vissa kemikalier som är hörselskadande, däribland toluen och styren. Dessa kemikalier ökar dessutom risken för bullerorsakad hörselskada, vilket många inte känner till.

● Du har forskat kring vätgas som skydd vid bullerskador. Berätta kort om det!

– Vid bullerexponering bildas skadliga ämnen, som kroppen behöver ta hand om för att hörselskada inte ska uppstå. Laboratorieforskning visar att vätgas skulle kunna skydda hörseln mot dessa skadliga ämnen. Troligen är det viktigt att det skyddande ämnet når innerörat snabbt efter bullerexponeringen. Vätgas har potential att göra det, eftersom det är en liten molekyl som går att andas in.

● Vad hoppas du att din forskning ska leda till?

– Jag hoppas att min forskning ska bidra till förbättrad läkemedelsbehandling inom hörselområdet. En förhoppning är att minska risken för yrkesmässig akut bullerskada genom att möjliggöra vätgasinhalation på arbetsplatser. En annan förhoppning är att med en läkemedelsbehandling direkt till örat kunna skydda hörseln hos barn och vuxna med cancer som kräver behandling av cisplatin.

Visste du att...

Du kan få tryggare boende på äldre dar – med hjälp av reparationsrådgivning

Text: Tina Kärkinen

Många vill gärna bo kvar i sitt eget hem så länge som möjligt. Men ibland kan hemmet kännas otryggt – särskilt om man har nedsatt hörsel. Det kan vara svårt att höra dörrklockan, brandvarnaren eller samtal från andra rum. Det finns hjälp att få!

Reparationsrådgivning är en kostnadsfri tjänst för dig som är över 65 år eller har en funktionsnedsättning. Du kan få stöd och vägledning för att göra din bostad tryggare och mer lättanvänd – så att du kan bo kvar hemma med större säkerhet och självständighet.

Vad kan man få hjälp med?

En rådgivare kommer hem till dig och tittar på vad som kan förbättras. Det kan till exempel vara:

- att sätta upp stödhandtag i badrum
- att ta bort trösklar
- att förbättra belysningen
- att installera ramper eller halkskydd



Varseblivningssystem med bland annat ringklocka och brandvarnare. Bild: Tina Kärkinen

Du får också hjälp att ansöka om bidrag för kostnaderna. Rådgivaren kan hjälpa dig att fylla i papper och hitta hantverkare.

Hörsel och tillgänglighet i hemmet

Om du har nedsatt hörsel kan rådgivningen också hjälpa till med:

- Dörrklockor som blinkar med ljus
- Brandvarnare som vibrerar eller blinkar
- Ljuddämpning som gör det lättare att höra

Vem kan få rådgivning?

- Du som är över 65 år
- Du som har en funktionsnedsättning
- Du som är veteran eller krigsinvalid

Tjänsten är gratis, men du betalar själv en del av kostnaden för reparationerna. Du kan få bidrag från ARA (Finansierings- och utvecklingscentralen för boendet).

Så här kontaktar du rådgivningen

Du kan ringa till Centralförbundet för de gamlas väl: 09 350 860 13 (vardagar kl. 9–15)

Du kan också kontakta en rådgivare direkt:

Västra Nyland, Vanda:
Nina Leino – 050 449 3395
Helsingfors, Östra/Mellersta Nyland:
Timo Kuosma – 050 913 1452
Österbotten, Lappland m.fl.:
Ari Viippola 050 590 3637

Vill du veta mer? Besök gärna:

www.vtkl.fi
www.ara.fi

Snåriga vårdstigar – men hörselvården i Västra Nyland börjar ta form

Svenskan har fått mer synlighet men hörselvården uppfattas av många som lite rörig.

Text: Anne Sjökvist

Hörselvården i de nyländska kommunerna ändrade egentligen inte upplägg när välfärdsområdena infördes 2023. I de nyländska kommunerna hör hörselvården nämligen som tidigare helt till HUS, Helsingfors Universitetssjukhus. Detta gäller alltså även invånarna i Västra Nylands välfärdsområdes kommuner Esbo, Grankulla, Hangö, Högfors, Ingå, Kyrkslätt, Lojo, Raseborg, Sjundeå och Vichtis.

Men alldeles enkelt är det ändå inte och det är verkligen inte lätt att hitta information genom att söka på nätet. Varken på välfärdsområdets eller HUS hemsidor finns information hur man går till väga när man börjat höra dåligt. Första anhalten är alltid en hälsocentral, som antingen drivs av välfärdsområdet eller privat, och som kan göra en första undersökning av hörseln. Därifrån remitteras man sedan vidare till något av de två sjukhus som utför grundligare undersökningar och kan förskriva hörapparater, eller till någon av de privata mottagningar som finns i området. Öronläkare och audionomer finns på Öron-, näsa-, halspolikliniken på Raseborgs sjukhus i Ekenäs och på HUS Hörcentral på Kirurgiska sjukhuset, Kaserngatan 11-13 i Helsingfors. Därtill finns många privata mottagningar som

har köptjänstavtal med HUS i Nyland och ibland kan det vara svårt att hålla reda på var man egentligen fått sin vård.

Clara Westerlund-Horttana är sedan många år hörselrådgivare i Hörselföreningen i Västnyland och i HiA - hörselskadade i arbetslivet. Hon stöter nu på många frågor som hon inte kan svara på och tycker att man från välfärdsområdets sida borde gå ut med mer information hur hörselvården fungerar.

- Det som uppfattas som rörigt är att man kan remitteras både till Raseborgs sjukhus två audionomer och till privata sektorn som HUS köper tjänster av. I Ekenäs har Kuulotekniikka köptjänst, medan de i Sjundeå och Kyrkslätt kan få remisser till privata köptjänster i Lojo eller Esbo. För patienterna är det samma patientkostnad om man inte väljer att köpa hörapparater privat.

Hörapparater får man gratis genom HUS och det inkluderar även service. Om man väljer att själv köpa dem står man för samtliga kostnader själv: hörapparat, tillbehör, service med mera. Batterier, filter och annat putsmaterial betalar man alltid själv. Det som många inte har koll på är att om



Bild: Pexels.com

man har fått sina hörapparater genom köptjänst är det till den mottagningen och inte till sjukhuset man ska vända sig om hörapparaterna behöver service.

- Många tycker också att det tar lång tid att få service av hörapparaterna. En del hörapparater kan servas på sjukhuset, men större fel kan ta längre tid att åtgärda ifall de behöver skickas till tillverkaren för service.



Clara understryker dock att det nog i princip fungerar bra då man väl kommit in i rullorna och många är nöjda. Många hörapparater ges ut i området och man får alltid hörselvård på svenska i Raseborg. Köerna är heller inte så långa som på många andra ställen i landet.

Vilka hörapparater som ges ut inom HUS-området verkar dock kunna variera. Clara står själv nu i beråd att få nya hörapparater och har önskat få fortsätta med samma märke hon haft. Hon fick då veta att hon inte kan få dem via Raseborgs sjukhus utan måste till Helsingfors och Kirurgiska sjukhuset. När hon först ringde till Hörcentralen i Helsingfors fanns det ingen som kunde svenska och hon fick även alla blanketter på finska.

- Det blir intressant att se hur det går nu då jag ska dit i mitten av september. Jag har överhuvudtaget fått väldigt lite förhandsinformation om vad som kommer att hända, säger hon.▶

◀ Clara Westerlund-Horttana.

Öronläkaren som hon redan träffat där talade svenska men någon audionom som är svenskspråkig finns inte.

Jag ringer upp Hörcentralens telefonservice och inte heller då finns det någon som kan svenska på plats. Det första meddelandet där man ska välja vilken tjänst man önskar sägs visserligen på finska, svenska och engelska men man kan inte välja ett alternativ där man får service på svenska. Personen som svarar i telefonservicen vet inte hur många på Hörcentralen som kan svenska men gissar på ett par.

För rehabilitering och andra hjälpmedel än hörapparater, till exempel varseblivningssystem till hemmet och tv-hjälpmedel, ska man vända sig direkt till rehabiliteringsinstruktörer på Hörcentralen. För närvarande finns det ingen rehabiliteringsinstruktör för vuxna som kan svenska där. Birgitta Autere som varit rehabiliteringshandledare för barn gick i pension den 1 augusti och ingen ny har anställts på den tjänsten.

Patienter i Raseborg kan också vända sig till audionomerna på Raseborgs sjukhus som hjälper till med att få andra hjälpmedel än hörapparater.

Västra Nylands välfärdsområde är ett av de sju tvåspråkiga välfärdsområdena i landet. Dessa ingår i ett nätverk där de stöttar varandra i utvecklingsarbetet på båda språken och med speciellt fokus på svenskan. Nätverket samlas ungefär en gång i månaden och i det ingår även representanter för Helsingfors stad, Finlands svenska kompetenscenter och THL (Institutet för hälsa och välfärd).

Kia Leidenius är specialsakkunnig på enheten Svensk service i Västra Nylands välfärdsområde.

- Syftet med nätverket är att förbättra servicen i tvåspråkiga områden. Vi kartlägger och delar med oss av fungerande modeller och påverkar också utåt med gemensamma skrivelser, till exempel till statliga myndig-



Kia Leidenius, specialsakkunnig på enheten Svensk service i Västra Nylands välfärdsområde.

heter om att våra välfärdsområden måste få material på svenska så att vi inte själva ska behöva översätta. Vi lyfter utomstående forskningsrapporter om språkets betydelse och ser gärna att tredje sektorn samarbetar med oss.

Kia säger att intresset är stort för nätverket och vid varje möte deltar oftast alla områden och organisationer. Nätverket koordineras av Västra Nylands välfärdsområde, som har ett specialuppdrag att stöda utvecklingen av de svenskspråkiga social- och hälsovårdstjänsterna i hela landet. Specialuppdraget koordinerar även ett inspirationsnätverk mellan Finland och Sverige, där god praxis och innovationer delas länderna emellan. Också i det nätverket handlar det mycket om språkfrågor, säger Kia Leidenius.

Under de dryga 2,5 åren som modellen med välfärdsområden funnits tycker Kia att svenskan fått större synlighet.

- Inom vårt välfärdsområde har tvåspråkigheten förstås alltid fungerat bättre i de västra delarna men nu lyfts svenskan mycket

mer också i de andra delarna. Från mitt eget Esboperspektiv kan jag tydligt se att språkfrågan fått större synlighet.

En annan fördel med reformen som Kia lyfter är att hela området snart har samma patient- och klientsystem och man då mycket lättare kan styra patienter och klienter över kommungränserna.

- Vi har på riktigt större möjlighet att styra kunderna till rätt personal enligt till exempel vilket språk man önskar vård på.

I Nyland finns alltså en samlösning, där välfärdsområdena ansvarar för primärvården och HUS för specialvården. Välfärdsområdet samarbetar alltså med HUS men där medger Kia att de kunde bli bättre.

- Vi har gemensamma klienter och patienter gällande till exempel hörselvård och det finns ännu mycket att jobba på för att få enhetliga och tydliga vårdstigar på båda språken.

Det finns ett statligt finansierat projekt att bilda tvåspråkiga nätverksbaserade kompetenscentrum kring Raseborg och Borgå campus. Där ska finnas kunskap som till exempel språkinlärningsmetoder, språkbad för studerande och självstudiematerial.

- Det är absolut inget fel på inställningen, de flesta vill verkligen lära sig svenska och kunna ge vård på patientens modersmål. Vi går nog mot allt mer tvåspråkighet.

En invånarundersökning som gjorts visar att de svenskspråkiga kunderna upplever att det blivit lättare att få service på svenska i området.

- Det var i och för sig en rätt liten undersökning men vi kommer att följa upp med fler vartefter.

En annan sak som förändrats är att mycket service nu sker digitalt på distans. Då man öppnar välfärdsområdets hemsida möts man direkt av Lunna, den digitala servi-

Västra Nylands välfärdsområde

- 480 675 invånare (2022).

- Cirka 12% eller 57 680 invånare är svenskspråkiga.

- Knappt 10 000 anställda.

- Har specialuppdrag att stöda utvecklingen av de svenskspråkiga social- och hälsovårdstjänsterna i hela landet. Specialuppdraget koordinerar även ett inspirationsnätverk mellan Finland och Sverige, där god praxis och innovationer delas länderna emellan.

cekanalen där man i direktchatt eller genom att skicka meddelanden kan kontakta hälsostationen, rådgivningen, tandvården, Seniorinfo samt den allmänna kundrådgivningen. Genom Lunna får man service på finska, svenska eller engelska och man kan chatta direkt med någon på dagtid, klockan 8-16. Om man inte hittar information om till exempel hörselvård så rekommenderar Kia att vända sig till Lunnas kundrådgivning så får man information hur man går vidare.

- Det finns säkert saker vi kan förtydliga på våra webbsidor gällande när man ska kontakta vem. Vi tar gärna emot respons och förbättringsförslag.

Kia rekommenderar att man går in på välfärdsområdets sidor och söker "ge respons" så kommer man till rätt ställe.

Man kan också mejla eller ringa kundtjänsten info@luvn.fi eller 029 151 2000.■

Hörselrehabilitering på svenska är en rättighet

Svenska hörselförbundet har frågat Diskriminerings- och jämställdhetsnämnden om det är diskriminering att FPA endast erbjuder individuell hörselrehabilitering på finska, med tolk, till svenskspråkiga hörselskadade.

FPA svarade att rehabiliteringen inte är lagstadgad och att de slutade erbjuda svenskspråkiga kurser eftersom inga anbud kom in vid upphandlingen. De hänvisade också till att få svenskspråkiga bor i Finland och att efterfrågan varit låg.

Förbundet har i sitt svar till nämnden påpekat att svenskspråkiga har lagstadgade språkrättigheter och rätt till rimliga anpassningar. Att delta via tolk underminerar rehabiliteringens syfte, särskilt kamrattstödet. FPA har även konstaterat att tolkad rehabilitering inte är likvärdig med tjänster på modersmålet.

Vi anser därför att FPA:s nuvarande modell är diskriminerande och kräver att hörselrehabilitering på svenska ska ordnas som en rimlig anpassning enligt lag.

Fortsatt arbete för svenskspråkig eller tvåspråkig audionomutbildning

Svenska hörselförbundet har fortsatt diskussionerna med yrkeshögskolor att starta en tvåspråkig eller svenskspråkig audionomutbildning. I dag saknas en sådan utbildning på svenska, vilket begränsar tillgången till hörselvårdspersonal med språklig kompetens i svenska. Yrkeshögskolorna utreder nu vilka samarbetsmöjligheter som finns inom sektorn och hur utbildningen kunde ordnas.

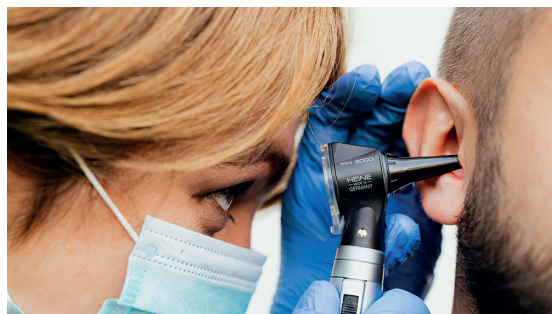


Bild: Pexels.com

Hörselvänlig radio? Svenska Yle svarar

Svenska hörselförbundet har kontaktat Svenska Yle efter att en lyssnare reagerat på störande bakgrundsljud i vissa radioprogram – särskilt i faktabaserade och analyserande inslag. Bakgrundsljud kan göra det svårare att uppfatta tal, särskilt för personer med hörselnedsättning.

Vi lyfte frågan med innehållschef Jonas Jungar, som bekräftade att Yle är medvetna om utmaningen. Han betonade att bakgrundsljud aldrig får gå ut över taluppfattningen,

och har vidarebefordrat våra synpunkter till berörda redaktioner.

Vi uppskattar att Svenska Yle tar responsen i beaktande och för öppen dialog kring tillgänglighet. Svenska hörselförbundet fortsätter att bevaka frågor som rör hörbarhet och inkludering i media – för att alla ska kunna ta del av innehåll på lika villkor.

Vad tycker du om tillgängligheten på Yle?
Hör av dig till: tina.karkinen@horsel.fi

Svenska Teatern ser över sin hörselinformation

Svenska hörselförbundet blev nyligen kontaktade av en person som upplevt en tråkig situation under en teaterföreställning. Personen blev ombedd att stänga av sin hörapparat, eftersom den störde den tekniska utrustningen som användes i pjäsen. Personen informerades om att det hade uppstått ett gällt ljud i lurarna för skådespelarna. Tyvärr ledde detta till att personen inte hörde något under resten av föreställningen – och sedan dess har undvikit att gå på teater.

Förbundet kontaktade Svenska Teatern för att få klarhet i händelsen och hur liknande situationer kan undvikas i framtiden. Teatern svarade snabbt och uttryckte stor förståelse och beklagade att besökaren känt sig ovälkommen.

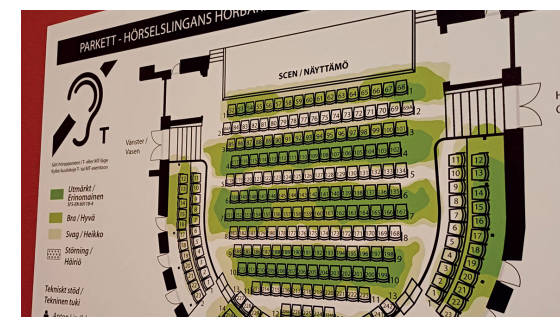
Teatern förklarar att deras tekniska utrustning i regel inte störs av hörapparater. Däremot kan hörapparater ibland gå på rundgång – som generar ljud som bäraren själv inte alltid hör, men som kan störa skådespelarna. Under spelperioden för pjäsen i fråga inträffade detta vid några tillfällen. I sådana fall ska personalen be besökaren att ställa hörapparaten i T-läge, men det kan vara särskilt svårt i en mörk salong eller om besökaren inte vet hur man gör.

Varför besökaren i detta fall inte blev ombedd att använda T-läge är enligt teatern oklart. Det kan ha berott på bristande information eller ett missförstånd.

Teatern beklagar händelsen och understryker att det normalt inte är acceptabelt att be någon stänga av sin hörapparat. Personalen bör istället kunna hjälpa till med att justera inställningarna.

Vad görs framöver?

Svenska Teatern har kartor över var hörselslingan fungerar, men medger att infor-



Hörselkartor på Svenska teatern visar var i salen T-slingan fungerar optimalt. Bild: Tina Kärkinen

mationen på hemsidan är knapp. De ser nu över sin information om hörselslingor och vill förbättra kommunikationen inför framtida besök. Så gott som alla teaterns egna produktioner är textade på flera språk och man kan få upp texten i egen telefon med appen Subtitle mobile eller låna en apparat av teatern. Utlåningsstationen finns vid huvudingången.

Teatern lyfter också behovet av att hörapparatsanvändare får tydlig information och handledning om hur man använder T-läge, så att de känner sig trygga inför sitt besök. Svenska hörselförbundet tackar för snabb respons och fortsätter arbeta för bättre tillgänglighet i kulturlivet.

Tips för teaterbesök med hörapparat:

- Kolla T-slinga i förväg - på teatern finns kartor över var den fungerar bäst.
- Ställ hörapparaten i T-läge
- Informera personalen om att du använder hörapparat om ljudet krånglar.
- Kontakta teatern i förväg om du har frågor om tillgänglighet

Har du egna erfarenheter av bristande tillgänglighet? Hör av dig till:
tina.karkinen@horsel.fi

Styrelseval 2026–2028: Presentation av nominerade kandidater

Svenska hörsselförbundets medlemsföreningar har nominerat kandidater för förbundets styrelsesammansättning 2026–2028. Nedan kan du lära känna kandidaterna bättre!

De nominerade är

Till ordförande:

Sandra Bergqvist, nominerad av Svenska hörselskadade i Åboland rf

Till viceordförande:

Anita Ismark, nominerad av Sydösterbottens hörsselförening rf

Till styrelsemedlemmar:

Eivor Larpes, nominerad av HiA - Hörselskadade i arbetslivet rf
Cecilia Ingves, nominerad av HiA - Hörselskadade i arbetslivet rf
Carina Vuorisalo, nominerad av HiA - Hörselskadade i arbetslivet rf
Nils-Erik Kloov, nominerad av Svenska hörselskadade i Vasanejden rf

Gunilla Aspelin, nominerad av Svenska hörselskadade i Åboland rf
Solveig Thun-Wilén, nominerad av Helsingforsregionens hörsselförening rf

Kandidaterna har svarat på följande frågor:



1. Vad har du för erfarenhet av hörselfrågor?
2. Vad motiverar dig att vilja sitta i styrelsen och vad hoppas du kunna bidra med?
3. Hur ser du på styrelsens roll för Svenska hörsselförbundets långsiktiga utveckling?

rande samhälle där alla, oavsett hörsel, kan delta på lika villkor. Med min politiska erfarenhet och mina nätverk vill jag lyfta hörselfrågorna i det offentliga samtalet. Som förbundsordförande vill jag vara en länk till beslutsfattare och nå fler målgrupper. I de ekonomiskt utmanande tider vi nu befinner oss i är det särskilt viktigt att beslutsfattare förstår behoven hos olika utsatta grupper.

3. Styrelsen har en nyckelroll i att ge förbundet tydlig riktning, jobba för att säkerställa resurser och utarbeta strategier för att nå målen. Det innebär att lyssna på medlemmarna, följa teknisk och medicinsk utveckling och arbeta för att hörselfrågor ska finnas på den politiska agendan. Att lyfta behoven nationellt och försvara STEA-stödet är avgörande för att fortsätta arbetet, nå fler och motverka att någon lämnas utanför på grund av sin hörsel. Tillgången till audionomer, hjälpmedel och skrivtolkar på svenska är helt A och O och här finns mycket att göra.



Sandra Bergqvist, 45
Nagu
Politiker

1. Vårt samhälle är i grunden uppbyggt för de med god hörsel och sällan reflekteras utmaningarna förrän problem som tinnitus eller nedsatt hörsel

uppstår. Under studietiden hade jag återkommande tinnitus och flera personer i min närkrets har eller har haft nedsatt hörsel. Mina egna erfarenheter har gjort att jag insett vikten av att tala tydligt, i lagom tempo och med ögonkontakt och kroppsspråk för att underlätta kommunikationen. Jag har också upplevt hur vardagliga saker kan bli en utmaning och till och med utgöra en fara just i och med nedsatt hörsel.

2. God hörsel är ofta något vi tar för givet, men det är fler än vi tror som drabbas på olika sätt. Jag vill bidra till ett mer inklude-



Anita Ismark, 74
Korsnäs
Pensionerad
kommundirektör

1. Jag är hörselskadad och använder hörapparater dagligen. Jag är ordförande för Sydösterbottens hörsselförening sedan 2024.

2. Jag är viceordförande för Svenska hörsselförbundet sedan 2020. Jag är beredd att fortsätta att verka för att personer med

hörselnedsättning ska kunna delta och påverka på olika samhällsnivåer. Tillgängligheten måste anpassas till människor med olika funktionsnedsättningar. Jag vill arbeta för att vår verksamhet ska få den finansiering som behövs. Jag vill arbeta för hörselrehabilitering på svenska och för att informationen om olika hörhjälpmedel ska nå ut till dem som behöver det.

3. Styrelsens roll är central för förbundets långsiktiga utveckling. Speciellt i en situation där finansieringen av tredje sektorns och även Svenska hörsselförbundets verksamhet är i en vågskål.



Eivor Larpes, 65
Vasa
Ped.mag,
specialpedagog,
hörselpedagog,
hörselrådgivare

1. Nybliven pensionär efter drygt 20 år som hörselpedagog i Svenskfinland och Åland och

medlem i tre av Svenska hörsselförbundets medlemsföreningar.

2. Föreningsaktiv och engagerad och vill medverka till livskvalitet för personer med

hörselskada oberoende av ålder och livssituation genom att vara en röst som kan kontaktas med låg tröskel. Minska stigma genom information både till hörande och personer med hörselskada. Skapa en plats, ett forum för unga på väg ut i arbetslivet. Har ett brett nätverk.

3. Vara en resurs för personer med hörselskada och deras anhöriga genom att bidra med lättillgänglig information och medverka till ett samhälle där delaktighet och tillgänglighet är en självklarhet. Arbeta för jämlik hörselvård oavsett boningsort. Utökat samarbete med professionella.



Cecilia Ingves, 20
Vasa (för tillfället bosatt i Umeå)
Studerande

1. Jag har suttit i HiAs styrelse sedan 2021. Jag sitter i Unga hörselskaddades riksstyrelse där jag får nya perspektiv på hörselfrågor.

2. Jag har representerat Finland i Nordiska rådets Youth Disability Council. Jag bidrar med god kunskap om både hörsel- och funktionsfrågor. Jag brinner för att skapa en bättre värld.

3. Styrelsen har en viktig roll i att föra förbundet vidare genom att bevaka medlemmarnas intressen. Styrelsen kan genom sitt arbete skapa ett förbund som är både drivkraftigt och hållbart.



Carina Vuorisalo, 58
Laihia (snart Vasa)
Växtelefonist

1. Mina erfarenheter av hörselfrågor är den hörselresa jag själv gått igenom, med start från födseln. Jag var ett så kallat öronbarn, med ständiga öroninflammationer. Som 12-åring opererades mitt ena öra och i samband med det miste jag en del av hörseln. Läget var någorlunda stabilt tills vuxen ålder, trots att inflammationerna avlöste varandra, men senare började hörseln snabbt dala.

Jag fick först en hörapparat för ena örat, vilket enbart gjorde situationen värre. Fyra år senare, år 2016 fick jag apparater i båda öronen och världen blev min, så att säga. Även hörseln stabiliserades för många år och kurvan nedåt var inte så brant längre. Hörseln blev ändå sämre med tiden. Jag nådde den punkten att det var svårt att hitta hörapparater till min hörselnedsättning, då jag hörde rätt bra på ena örat men knappt något på det andra. Lösningen blev kokleaimplantat för två år sedan. Nu befinner jag mig mitt i rehabiliteringen och allt ser ljust ut igen.

2. Jag har aktivt deltagit i HiA:s och Svenska hörsselförbundets evenemang, framförallt kurser. Jag har satt mig in i hörhjälpmedel, eftersom jag jobbar som växtelefonist - en i ovanlig miljö för oss hörselskadade. Med de fantastiska hjälpmedel vi har i dag är det fullt möjligt att jobba med hörseln som sitt huvudverktyg. Jag har även varit tvungen att föra en liten kamp på arbetsplatsen för att få ändamålsenliga utrymmen att arbeta i, vilket jag behöver förutom hörhjälpmedlen. Med dessa erfarenheter i bagaget har jag satt mig in i hörselskadades situation i arbetslivet och hur arbetsgivaren kan komma mot oss gällande anpassningar - för att hjälpa oss delta i arbetslivet så länge som möjligt. Jag har även gjort en rapport om detta till min arbetsgivare, som har ca 8000 anställda. Vi har inte ännu gått igenom mitt material, men det har väckt intresse och jag väntar med iver att få presentera det för arbetsskyddet och se vad det utmynnar i. Vi som har en hörselnedsättning utgör en stor procent och därför lönar sig att se till att alla klarar av att jobba på bästa möjliga sätt, - innan utbrändhet leder till förtidspension.

3. Jag vill se att vi på längre sikt satsar på att hålla oss hörselskadade i arbetslivet och därmed ge oss ett betydelsefullt liv. Vi sparar mera pengar genom att satsa på oss, än att förbi se oss. Dessa frågor vill jag även lyfta i förbundet.

2. Jag är aktiv som hörselrådgivare, styrelsemedlem i Hörsselföreningen i Vasanejden och har suttit i förbundsstyrelsen som suppleant under den senaste perioden.

3. Styrelsens viktigaste roll är att bevaka hörselfrågor, både på statligt håll och inom våra välfärdsområden samt informera medlemmarna. Det är också viktigt att föra en fortlöpande diskussion kring samt sprida information om hörsel och problem som finns till allmänheten, hälsovården och inom utbildningen av audionomer.



Nils-Erik Kloov, 60
Korsholm
Suppleant i Svenska hörsselförbundets styrelse, medlem i HiA-Hörselskadade i Arbetslivet och Hörsselförening Vasanejdens rf

1. Jag har haft hörapparat i båda öronen sedan barndomen. I dag har jag implantat i ena örat sedan 2013 och hörapparat i det andra.



Gunilla Aspelin, 71
Pargas
Pensionerad efter 43 år inom sjukvården
Hörselrådgivare

1. På 70-talet då min morfar fick hörapparat, blev han glad då han igen kunde höra fåglarna sjunga. Min far hade flera olika hörapparater och en hel del andra hörhjälpmedel. Stora problem med att höra.

Min mor hade Ménières sjukdom, fick senare en allt-i-örat hörapparat. Jag fick min Ménières-diagnos som 37-åring. 2008 fick jag hörapparat som jag upplevde vara en av orsakerna till att jag började få Tumarkins anfall, plötsligt låg jag omkull och var i "karusellen", som värst flera timmar.



Solveig Thun-Wilén, 78
Helsingfors
Styrelsemedlem och sekreterare i Helsingforsregionens hörsselförening

1. Personligen har jag erfarenhet av problem med hörseln allt sedan det i slutet på 1980-talet upptäcktes att jag led av otoskleros. Tre operationer och otaliga besök på Hörselcentralen har gett mig god insikt i vården av hörselskadade och vad det innebär att ha nedsatt hörsel.

År 2020 blev jag medlem i Helsingforsregionens hörsselförening rf. Två år senare blev jag invald i styrelsen och föreningens sekreterare. Arbetet vid sidan av ordföranden har gett mig en god inblick i föreningens målsättning att stöda medlemmarna i deras problem med hörseln men framförallt att ge dem en möjlighet till kamratstöd på

Det tog fyra år innan de försvann, fastän jag slutade använda hörapparaten. Jag klarar mig någorlunda för att jag har riktigt bra hörsel på det andra örat. I fjol fick min man, Ralf, sina första hörapparater, de är laddbara och han har haft dem drygt ett år och är riktigt nöjd. Audionomen på ÅUCS ställde in dem efter hans hörselkurvor och när vi kom hem behövde han endast sätta på Bluetooth i sin telefon så kopplades hörapparaterna till den. Efter det har han inte behövt justera någonting.

2. Att vara med i styrelsen ger en helhetsbild av hur allt fungerar, samt en chans att kunna påverka. Samarbetet mellan hörsselföreningarna och andra föreningar är viktigt.

3. Styrelsens roll är jätteviktig, speciellt nu i dessa tider med allt sparande och alla omorganiseringar.

våra måndagsträffar med intressanta föreläsningar, utfärder och besök i museer.

2. Svenska hörsselförbundet gör ett värdefullt arbete alla hörselskadade till fromma, utbudet av aktiviteter är digert. Kurserna som riktas till hörselskadade personer och deras anhöriga är av stor betydelse. Helsingforsregionens hörsselförening vill stöda förbundet i dess målsättning att förbättra möjligheterna att få flera svenskspråkiga skrivtolkar, förbättra utbildningen av hörselrådgivare och sprida kunskapen om varderas stora betydelse och nödvändiga insats bland hörselskadade.

3. Styrelsens roll är av största betydelse för Svenska hörsselförbundets verksamhet. Styrelsen bör aktivt stöda verksamhetsledaren och alla anställda. Hela staben håller i trådarna för den dagliga verksamheten på fältet medan styrelsen ska försöka påverka beslutsfattarna i frågor som berör de hörselskadade.

Förbundskongressens program

LÖRDAG 15.11.2025

10.30 Anmälan vid infodisken

11.00-12.00 Lunch i restaurang Panorama

12.00-13.00 Kongresshandlingar, pass 1

13.00 Paus

13.15-14.00 Kongresshandlingar, pass 2

14.00-14.30 Kaffebuffet

14.30-15.15 Kongresshandlingar, pass 3

15.15-15.30 Paus

15.30-16.15 Kongresshandlingar, pass 4

16.15 Paus

16.30-17.15 Lördagens kongressförhandlingar avslutas

19.00 Middag & Philip Järvenpää uppträder. Philip Järvenpää gjorde succé när han underhöll oss på kongressen 2019 – samma år som han toppade Radio Vegas spellista vecka efter vecka. Sedan dess har han etablerat sig som en av de klarast lysande stjärnorna bland finlandssvenska artister. Nu återvänder han till kongressen som favorit i repris.



Hörhjälpmedelsutställarna finns på plats hela lördagen 10.30-17.30.



Förbundskongressens program

SÖNDAG 16.11.2025

7.30- Frukost

8.00-8.45 Morgonyoga. Söndagen inleds med en lugn morgongymnastik som har inslag av yoga och Tai Chi. Vi ökar på rörligheten och välkomnar den nya dagen. En harmonisk start på dagen där alla kan vara med – på stol eller yogamatta.

9.15-11.00 Kongresshandlingar

Styrelseval för perioden 2026–2028

11-12.00 Buffetlunch i restaurang Panorama

12.00-12.45 Professor Henrik Danielsson, Linnécentrum HEAD. Henrik Danielsson berättar om hur hörsel, kognition och kommunikation utvecklas över tid och hur minnesproblem kan vara kopplade till hörseln.

13.00-13.45 Elisabeth Erixon, Phonak Sverige.

Audionom Elisabeth Erixon berättar om vikten att få till sig språket och vilka hinder som påverkar taluppfattningen.

Vi hör bäst det vi redan känner till.

14.00 Kaffebuffet och hemfärd



Visste du att...du kan ansöka om EU:s funktionshinderkort?

Text: Anne Sjökvist

Om du redan har någon förmån från Folkpensionsanstalten som rör din funktionsnedsättning kan du ha rätt till EU:s funktionshinderkort. För personer med hörselnedsättning kan det till exempel vara att man har ett skrivtolksbeslut från FPA. Information om hur man ansöker om kortet hittar man på FPAs sidor på adressen: www.kela.fi/funktionshinderkort.

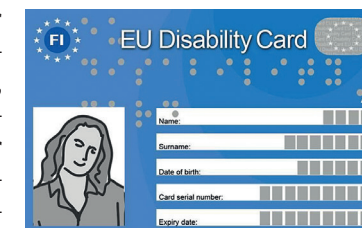
Med kortet har du samma rätt till förmåner knutna till funktionsnedsättningen som invånarna i det EU-land du besöker eller flyttar till. Det varierar mycket mellan EU-länderna vilka förmåner som finns. I en del länder får man rabatterad eller fri entré till museer, biografier, teatrar eller kollektivtrafik. Det underlättar också om man hamnar i situationer där man kan behöva textning, teleslingor eller andra hjälpmedel.

Lavinia Rotundi, intressepolitiskt ansvarig på den europeiska intresseorganisationen

för personer med hörselnedsättning, EFHOH, säger att det är speciellt viktigt att personer med hörselskada

skaffar kortet, eftersom det är ett officiellt dokument som gör att hörselnedsättning erkänns som en funktionsnedsättning. Detta är inte fallet i alla EU-länder för tillfället.

- Situationen är särskilt komplex för hörselskadade, eftersom funktionshinderbedömningar fortfarande varierar kraftigt i Europa. I vissa länder erkänns hörselnedsättning inte konsekvent som en funktionsnedsättning, eller så sätts tröskelvärdena mycket högt så att inte många kan få det. EFHOH arbetar för att det inte ska finnas sådana skillnader mellan länderna.



ANNONS

Nu kan Ni tanka vår biogas i Jeppo, Jakobstad, Storkyrö, Edsevä och Vörrå

BIOGAS

Naturligt biogas

Västra Jeppovägen 288 (längs med Riksväg 19)
www.jeppobiogas.fi

För renare luft & miljö

Jeppo Biogas Ab
Jepuan Biokaasu Oy
Energi och växtkraft - Energia ja kasvovoima

AS & TRADING **BESTÄLL GROVSTÄDNING!**

Vi erbjuder helhetslösningar för städning och tömning av fastigheter.

T.ex.

- * Dödsbon
- * Lagerstädning
- * Flyttstädningar

Andreas Sundqvist
+358 50 343 2707

Linda Cederblom-Sundqvist
+358 40 085 9059

info@astrading.fi www.astrading.fi

Häng med på en hörseltillgänglig resa till Kroatien!



Svenska hörselförbundet ordnar en oförglömlig resa till Kroatien 29 april–6 maj 2026 i samarbete med resebyrå Axtours. Vi njuter av landets kulinariska traditioner, möter mathantverkare och provar ostron, vin och olivolja. Resan innehåller även en vandringsdag på ön Brač (alternativt båt-tur) och en utflykt till Mostar i Bosnien och Hercegovina.

Vi använder skrivtolkning och teknik under hela resan. Mycket ingår: helpension (förutom hemresedagen och 1:a maj), flyg, transfers, boende, alla utflykter och de allra flesta måltider inklusive god dryck på trevliga restauranger under veckan! Reservärdar Svenska hörselförbundet och Axtours resebyrå.



BOKA TIDIGT RABATT FRAM TILL 15.10.2025 (50 €/person)

Då är priset: 1795 € /person i dubbelrum.

Enkelrumstillägg: 140 €.

Efter 15.10.2025 är priset 1845 € / person i dubbelrum.

För mer information och reseprogram, kontakta Anne Sjökvist på e-post: anne.sjokvist@horsel.fi

Flygtider med Norwegian

Onsdag 29 april 2026 Helsingfors – Split

08:30 – 10:30 (3h)

Onsdag 6 maj 2026 Split – Helsingfors 11:15–15:10 (2h55min)



MAT- OCH VINRESA TILL KROATIEN

29 april – 6 maj 2026

En kulinarisk resa bland vinrankor och delikatesser

En hörseltillgänglig resa i samarbete med Svenska hörselförbundet

Arrangemang av Axtours.ax

Möt våren i Kroatien och följ med oss på en oförglömlig mat- och vinresa! Vi besöker en familjeägd vingård och får ta del av den tusenåriga kroatiska vintraditionen. På marknaden i Zadvarje möts vi av doften från färskas råvaror och kryddor. Under resan njuter vi av vin- och olivoljeprovning, färskas ostron direkt vid Adriatiska havet och måltider på noga utvalda restauranger.

Kroatien är ett land där maten speglar landets historia, kultur och landskap. Under denna resa njuter vi av det bästa landet har att erbjuda mat- och dryckesväg, och lär oss samtidigt dess traditioner och möter människorna bakom mathantverket. Förutom mat- och vinupplevelser har vi en vandringsdag på ön Brač och en dagsutflykt till staden Mostar i grannlandet Bosnien och Hercegovina.

Vi bor bekvämt på fyrstjärniga Park Hotel Makarska med havsutsikt och balkong. I priset ingår flyg, transfers, helpension (förutom hemresedagen och 1 maj), boende, utflykter och de flesta måltider med dryck.

Skrivtolkning och hörselteknik används under hela resan.

Arrangörer: Svenska hörselförbundet och Axtours. Läs mer på: www.axtours.ax

Välkommen med!

Hörseln, hjärnan och åldrandet

— Maria Hoff vill se hela människan

Forskaren och audionomen Maria Hoff vid Göteborgs universitet har i flera år fördjupat sig i hur hörselnedsättning påverkar hjärnans hälsa hos äldre. I sitt arbete undersöker hon sambanden mellan hörsel, kognitiv förmåga och livskvalitet – och varför det är dags att se hela människan, inte bara örat.

Text: Tina Kärkinen

När Maria Hoff examinerades som audionom i Göteborg 2006 började hon sin yrkesbana i Storbritannien, där hon under sex år arbetade kliniskt med hörselutredningar och hörapparatutprovningar. Hon mötte många äldre patienter med hörselnedsättning – men också med andra utmaningar. Redan då reagerade hon på hur tillgången till hörselteam och fördjupad rehabilitering varierade stort mellan olika sjukhus och hur hörselvården ofta fokuserade på tekniken, medan människan bakom hörapparaten ibland glömdes bort. I dag är hon forskare vid Göteborgs universitet och har under flera år studerat sambandet mellan hörsel, kognition och demensrisk.

– Jag märkte tidigt att hörselvården inte alltid är anpassad för äldre med minnesproblematik eller demens.

Det väckte mitt intresse för att förstå hur hörseln hänger ihop med hjärnans funktion, berättar Maria. Hon disputerade 2021 med en avhandling om hörselfunktionen vid 70 års ålder, baserad på den stora H70-studien vid Göteborgs universitet. Studien följer personer födda 1944 och ger en unik inblick i hur hörseln förändras i det tidiga åldrandet.

– Vid 70 års ålder är demens ovanligt, men hörselnedsättning är ganska vanligt. Vi såg att 25 procent hade någon form av dubbelsidig hörselnedsättning, oftast på grund av förändringar i innerörat.

Det som var särskilt intressant i Marias forskning var sambandet mellan hörsel och kognitiv förmåga hos demensfria 70-åringar. Ju sämre hörsel, desto lägre kognitiv förmåga – men bara när hörseln mättes med standardiserade metoder som ton- och talaudio-metri. Sambandet försvann när deltagarna själva skattade sin hörsel i frågeformulär.

– Det visar hur viktigt det är att mäta hörseln på ett tillförlitligt sätt i forskningen. Självrapporterad hörsel kan vara missvisande, säger Maria.

En annan viktig observation var att de 70-åringar med hörselnedsättning som använde hörapparat hade signifikant bättre kognitiv förmåga än de som inte gjorde det.

– Vi vet inte om det är hörapparaten som förbättrar hjärnans funktion, eller om personer med bättre kognition är mer benägna att använda hörapparat. Men det är ett spännande samband som andra forskare också har sett.

Hörselnedsättning – en riskfaktor för demens?

Forskning från flera länder visar att hörselnedsättning är kopplad till ökad risk för demens. Det finns olika teorier om varför. En är att hjärnan får mindre information att bearbeta när hörseln är nedsatt, vilket kan påverka dess funktion. En annan är att personer med hörselnedsättning isolerar sig socialt, vilket i sin tur kan påskynda kognitiv försämring.

”Tekniken kommer att bli bättre, men det mänskliga stödet kommer alltid att behövas.

– Hörselnedsättning klassas som en viktig riskfaktor för demens. Men det är komplext, och vi måste vara försiktiga med att dra för stora slutsatser, säger Maria.

En amerikansk studie, ACHIEVE-studien, undersökte om hörapparater kan minska demensrisken. Resultaten var blandade – hörapparater hade ingen tydlig effekt på hela gruppen, men de som redan hade ökad demensrisk verkade gynnas.

– Det är viktigt att vi inte skrämmar människor till att skaffa hörapparat av rädsla för demens. Fokus bör ligga på de bevisade fördelarna: bättre kommunikation, ökad delaktighet och minskad ansträngning i vardagen.

Tekniken är inte hela lösningen

Maria är tydlig med att hörapparater är ett fantastiskt hjälpmedel – men inte hela lösningen.

– Många tror att tekniken löser allt. Men äldre behöver ofta mer stöd: pedagogiskt, psykosocialt och praktiskt. Att vänja sig vid ljudet, förstå hur hörapparaten fungerar och få hjälp med underhåll kräver tid och insatser.

Hon lyfter också behovet av hörtaktik, det vill säga olika strategier och förhållningssätt som hjälper personer med hörselnedsättning att kommunicera bättre i vardagen – särskilt i situationer där tekniska hjälpmedel som hörapparater inte räcker till. Det behövs även stöd vid tinnitus och samarbete med anhöriga. Tyvärr erbjuds inte detta i tillräcklig omfattning inom hörselvården, påpekar Maria.

– Det finns en övertro på tekniken. Vi måste se hela människan, inte bara örat.



Maria Hoff. Bild: Privat

Ett möte som förändrade allt

Ett särskilt patientmöte har etsat sig fast i Marias minne. En äldre man kom till hörselmottagningen i London, till synes okontakbar. Assistenten från äldreboendet sa att han hade demens och att det inte var någon idé att prata med honom.

– Men när vi provade hörhjälpmedel förändrades allt. Han lyfte blicken och började prata. Det gick utmärkt att ha ett samtal och påbörja hörapparatutprovning. Jag undrar hur många äldre som felaktigt bedömts ha demens, när det egentligen handlar om hörselnedsättning.

Framtidens hörselvård

Maria hoppas att framtidens hörselvård blir mer tvärprofessionell, där audionomer samarbetar med geriatriker, demenssjukskötare och andra yrkesgrupper.

– Tekniken kommer att bli bättre, men det mänskliga stödet kommer alltid att behövas. Vi måste bygga en hörselvård som ser hela människan – och hela hjärnan. ■

Hörselföreningen i Östnyland

6.10 kl.12-14 Församlingshemmet, Lundag. 5, Borgå Hörselrådgivning och apparatvård. Kl.14.00 Månadssamling och föreningens höstmöte

23.10 kl. 13-15 Kompanjonsskapshuset Hörnan i Lovisa, Sibeliussg. 3, Lovisa Caféträff

3.11.2025 kl.12-14 Församlingshemmet, Lundag. 5, Borgå, Hörselrådgivning och apparatvård
14.00 Församlingshemmet, Lundagatan 5, Borgå, Månadssamling

11.11 kl.12.15-14.00 Kompanjonsskapshuset Hörnan i Lovisa, Sibeliussg. 3, Lovisa Hörselrådgivning och apparatvård

17.11 kl.13-15 Servicehuset Linda, Amiralsvägen 6, Söderkulla Hörselrådgivning och apparatvård

20.11 kl. 13-15 Kompanjonsskapshuset Hörnan i Lovisa, Sibeliussg. 3, Lovisa Caféträff

8.12.2025 13-16 Församlingshemmet, Lundag. 5, Borgå Jullunch och 40-årsfest

Svenska hörselskadade i Åboland

7.10 Seniormässan i Brukshallen i Dalsbruk

2.10 kl. 12 Hörseldagen, Nagu Framnäs Mikael Lagström, tandläkare, körsångare och författare

15-16.11 Svenska hörselförbundets kongress i Tammerfors

5.12 Julfest på Kavalton Tila

HÖR DU DÅLIGT?

Vänd dig då till oss!



VÄLKOMMEN

med i vår förening,

du som är hörselskadad, anhörig eller en person som antar föreningens syfte.

MERA INFORMATION:

www.aboland.horsel.fi
tfn 040 7189920



Svenska
hörselskadade
i Åboland rf

VERKSAMHETEN
består av:

- *Månadsträffar
- *Hörselrådgivningar
- *Informationstillfällen
- *Resor och utfärder

HiA-Hörselskadade i Arbetslivet

20-21.9 Guldhelg 2025, Hotel Waskia i Vasa

1.11 Vi ser musikalen Joyride med Roxettes musik i Stockholm

5.11 Höstmöte på POHY, Kyrkoeshplanaden 44 i Vasa + online kl 18-20

15-16.11 Svenska hörselbundets förbunds-kongress i Tammerfors

13.12 Julfest på UF Strimman i Långåminne

Mera info i medlemsbrev och hemsida. Får du inte medlemsbrevet hör av dig till hiakontakt@gmail.com

Sydösterbottens hörselförening

Oktober Må Bra Dagar på Härmä Spa. Se närmare info på föreningens hemsida: sydosterbotten.horsel.fi

8.11 Höstmöte kl 13.30 på Frank Mangs Center

15-16.11 Svenska hörselförbundets kongress i Tammerfors

28.10 kl 14.00 Hörselkafé på SÖFF i Yttermark. Dick Lundmark föreläser om "Nytt på hörselmarknaden"

28.11 kl 17.00 Julfest på restaurang Hans Inn Bötömvägen 607, 64300 Lappfjärd. Busstransport. Se hemsidan.

Helsingforsregionens hörselförening

7.10 kl. 13.00 Gallen-Kallela och Gustav Klimt på Ateneum. Träff vid kassan 13:00, 13:30 introduktion till secessionisterna i Wien i början av 1900-talet

13.10 Hörselrådgivning och kamratstöd

20.10 Peter Stadius: Grönland och den nordiska gemenskapen

27.10 Stadseenligt höstmöte

3.11 Henrik Meinander: Helsingfors, 475 år

10.11 Vi firar dem som fyller jämnt i år med musik

17.11 Hörselrådgivning och kamratstöd

24.11 Dick Lundmark: Nytt om hörselteknik

1.12 Carola Ekrem & Anne Bergman: Fester

8.12 Hörselrådgivning och kamratstöd

15.12 Julfest

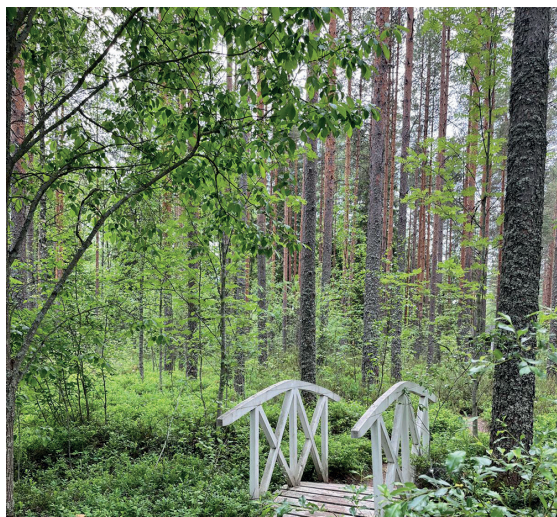
Reseskildring

Kvinnokraft: Agnes, Anne och Tove

Text: Kerstin Hägen Bild: Ulla-Maj Storsjö

En tidig måndagsmorgon fylls bussen, som skall ta Hörselföreningen i Vasanejdens medlemmar och vänner på en dagsresa i österled. Programmet är delvis hemligt, vi får vänta och se vad som dyker upp.

Vi kör via Kurikka till Kauhajoki och landskapet ändrar karaktär från österbottniskt slättland till ett spännande kuperat område, där vi snart möts av namnet Jyllinkoski kraftverk. Allt som allt 18 kommuner i södra och svenska Österbotten fick under åren 1912 – 1996 sin elektricitet från Jyllinkosken Sähkö. Numera har man inrättat två museer i kraftverkets gamla byggnader: Jyllinkoskis elektricitetsmuseum med en autentisk generator och museet om elektriska informationshjälpmedel, från räknedoror och skrivmaskiner till radioapparater och datorer. Kunniga guider gjorde utställningarna intressanta också för den som inte är elingenjör.



Skogsstigen vid Anne Mattilas anläggning.



Kapellet invid Anne Mattilas skogsstig.

Efter backar och trappor i Jyllinkoski satte vi oss gärna i bussen igen. Vår kunniga chaufför tog upp tråden "kvinnokraft" och berättade om Agnes Sjöberg (1888 – 1964). Hon föddes i Kauhajoki på en stor gård med jordbruk. Agnes och hennes syskon deltog i alla sysslor och gick också i gårdens skola för boskapsskötsel. Agnes fick gå klasserna 1 – 5 i Vasa svenska fruntimmersskola men fadern sade nej till gymnasiestudier. Först två år senare anställdes en informator, som förberedde Agnes för studentskrivningarna, som hon avlade i Kuopio svenska samskola. Agnes hade ett enda mål för sina fortsatta studier, hon skulle bli veterinär. Yrket utövades vid den här tiden endast av

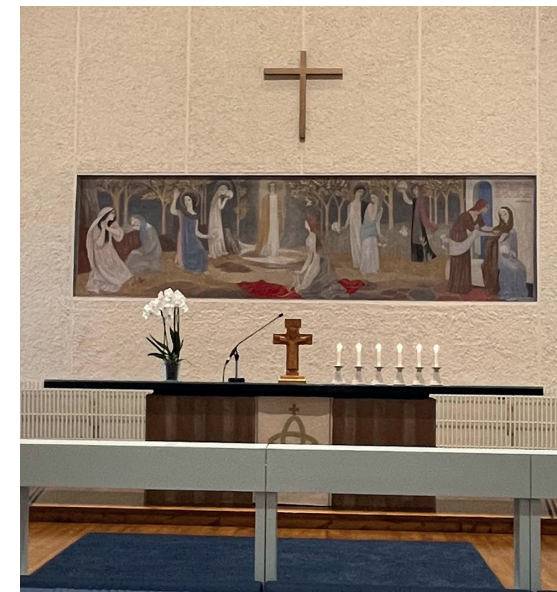
män och Agnes fick uppleva motstånd vid universitet runt om i Europa. Både lärare och manliga studenter försökte hindra hennes studier. Men 1913 sökte och beviljades Agnes som den första kvinnan i Europa tillstånd att avlägga kandidatexamen i veterinärmedicin. Trots första världskriget lyckades hon avlägga licentiatexamen och promoverades till doktor i veterinärmedicin 1918, veterligen som den första kvinnan i världen. Kraftkvinnan Agnes mötte fortsatt motstånd under hela sin aktiva tid men hon fick också uppleva att veterinäryrket blev allt mer kvinnodominerat.

Så kom vi fram till Karvia och kraftkvinnan Anne Mattilas Taidekahvila. Vi förväntade oss lunch men fick så mycket mera. Anne Mattila är konstnär och sångerska och har byggt upp och leder en stor anläggning om sammanlagt 15 byggnader, där hon ställer ut och säljer sina tavlor. I den närliggande skogen går en tillrättalagd 700 m lång konststig med bl.a. ett litet kapell. Anne konstaterar att man bör reservera gott om tid för besöket. Och ja, i Annes by kan man stanna en hel dag.

Den goda och rikliga lunchen serverades som buffet i huvudbyggnaden, där Annes målningar täcker en stor del av väggarna. Som avslutning bjöd Anne på sång, Lasse Mårtenssons tema från filmen om Stormskärs Maja. Hennes personliga och finstämda tolkning lockade fram mängen liten tår.



Radioapparater i museet i Jyllinkoski.



Altartavlan i Teuva kyrka.

Både själ och kropp fick riklig näring i Anne Mattilas sällskap. Nu ställde vi färden mot Teuva (Östermark) där vi skulle möta en gammal bekant, nämligen Tove Jansson. Vi förknippar henne ofta med Muminsagorna men själv såg hon sig som bildkonstnär. I början av 1950-talet ville Tove bygga en atelje och sökte arbetstillfällen.

Kyrkan i Östermark hade brunnit och en ny kyrka byggdes 1953 under ledning av arkitekt Elsi Borg, som ville ha en kvinnlig konstnär för altartavlan. Tove Jansson inbjöds och tackade ja. Man kom överens om att också altartavlan skulle ha ett kvinnligt tema och Tove valde liknelsen om de tio jungfrurna, de fem visa och de fem fåvitska. Tavlan, 5 m lång och 1 m hög, målades direkt på kalkväggen i ljusa pastellfärger. Altartavlan i Östermarks kyrka är Tove Janssons enda sakrala verk. Det bekräftar väl hennes konstnärskap och hennes plats bland kraftkvinnorna i en tid då kvinnligt skapande oftast förbisågs.

Vi var ett 50-tal resenärer som fyllda av dagens upplevelser återvände hem. För de flesta var utfärdsmålen obekanta och bjöd på många aha-upplevelser. Ett stort tack går till Lindell Travel Team och Bjarne Sjöblom som planerade dagens program. ■

Svenska hörsselförbundets medlemsföreningar



Helsingforsregionens hörsselförening rf

Lokal: Tölögatan 10 B 9, 00100 Helsingfors
www.helsingfors.horsel.fi
e-post: helsingfors.horsel@gmail.com
Ordf. Harriet von Koskull
tfn 050 522 7841
e-post: halle.koskull@gmail.com

HiA – Hörselskadade i arbetslivet rf

www.hia.horsel.fi
Ordf. Anne Sjökvist
Klostergatan 12 D 70, 20700 Åbo
tfn 050 301 7202
e-post: hiakontakt@gmail.com

Hörsselföreningen i Karlebynejden rf

www.karlebynejden.horsel.fi
Ordf. Glenn Hassel
Flatabackevägen 14, 67500 Karleby
tfn 040 189 6448
e-post: glen.hassel@gmail.com

Hörsselföreningen i Vasanejden rf

www.vasasvenska.horsel.fi
Ordf. Ulla-Maj Storsjö
Jarlstigen 6 A 19, 65610 Korsholm
tfn. 050 352 77 45
e-post: ullamaj.storsjo@gmail.com

Sydösterbottens hörsselförening rf

www.sydosterbotten.horsel.fi
Ordf. Anita Ismark
Kyrkobytvägen 167, 66200 Korsnäs
tfn 050 518 1949
e-post: anita.ismark@outlook.com

Hörsselföreningen i Västnyland rf

www.vastnyland.horsel.fi
Ordf. Ulf Heimberg
Skogsbyvägen 100, 10680 Skogby
tfn 040 843 9949
e-post: vastnyland@horsel.fi

Verksamhetsledare: Lina Forsberg
tfn 045 1811 880
e-post: linaforsberg.hf@gmail.com

Hörsselföreningen i Östnyland rf

www.ostnyland.horsel.fi
Ordf. Anneli Holmberg
Biskopsgatan 8-10 B 11, 06100 Borgå
tfn 050 379 99 72
e-post: ostnyland@horsel.fi

Jakobstadsnejdens hörsselförening

www.jakobstadsnejden.horsel.fi
Ordf. Pehr Löf
Skr. Jan-Olof Wiik
Pörkenäsgatan 11, 68620 Jakobstad
tfn 040 7708951
e-post: jo.wiik@multi.fi

Svenska hörselskadade i Åboland rf

www.aboland.horsel.fi
Ordf. Birgitta Kronberg
Tennbyvägen 28 bost 26, 21600 Pargas
tfn 040 718 9920
e-post: birgitta.kronberg46@gmail.com

Understödjande medlemmar:

Widex Akustik Oy, www.widex.fi

Förbundsstyrelsen år 2023 - 2025

Förbundsordförande
Mikaela Nylander, Borgå

Vice ordförande
Anita Ismark, Korsnäs

Styrelsemedlemmar
Stina Fröberg, St Karins
Jan-Olof Wiik, Jakobstad
Bodil Selenius, Tenala

Suppleanter
Nils-Erik Kloov, Korsholm
Siw Westerback, Dragsfjärd

ANNONS

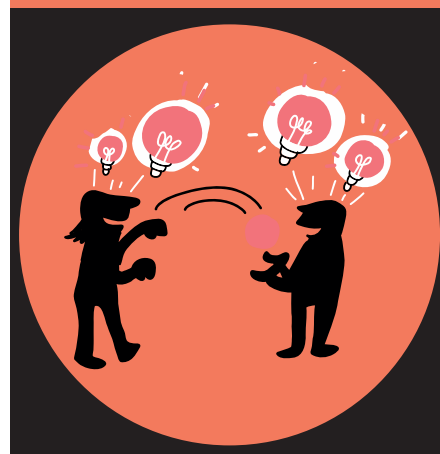
Försäljning, service och reservdelar! Myynti, huolto ja varaosat!

MASKINSERVICE • KONEHUOLTO
MARANDER

Cirkelvägen 15, 65100 Vasa • tel. 318 2950, 0500-364 688 • www.marander.fi • email: marander@maskin.netikka.fi



FÖRENINGRESURSEN



**Information,
inspiration och
utbildning för
föreningsaktiva!**

foreningsresursen.fi

KURSER HÖSTEN 2025

21-23.10.2025 - Norrvalla, Vörå Lär dig leva med Ménière: Lindring och avslappning

En kurs för dig som lever med Ménières sjukdom. Programmet innehåller hörselrelaterade föreläsningar, avslappningsövningar och samtal. Du får verktyg för att hantera vardagen, minska stress och hitta lindring. Kursen erbjuder också psykosocialt stöd och gemenskap med andra i liknande situation. Pris: 60€/person.



Sista ansökningsdatum: 30.9.2025

21-23.11.2025 - Runsala Spa Avslappning för kropp och hörsel

En kurs för dig med hörselnedsättning som upplever hjärntrötthet. Vi varvar avslappningsövningar med kamratstöd och samtal om hur hörseln påverkar kroppen och vardagen. Kursen erbjuder verktyg för återhämtning, minskad stress och ökad livskvalitet. Pris: 60€/person.



Sista ansökningsdatum: 13.10.2025

Ansökan

Fyll i blanketten på sidan 35-36 eller den elektroniska anmälningssblanketten på vår webbsida: www.horsel.fi/kurser

Vid avbokning senast två veckor före kursstart återbetalas kursavgiften. Vid senare avbokning krävs läkarintyg. Meddela kursledaren senast 10 dagar före kursstart om du sover hemma, uteblir från programpunkt eller måltid som medför kostnad. Parkursdeltagare fyller i två blanketter. Kursavgiften är 60€/per person om inte annat anges på kurssidan. Antalet deltagare på kurserna är 10-16 personer.

Du behöver inte vara medlem i en hörselförening för att ansöka!

Val av kursdeltagare

Deltagare till våra kurser väljs på basis av ansökan. Personer som inte tidigare deltagit i en kurs har företräde. Från och med 2025 kan du delta högst varannat år i förbundets STEA-finansierade kursverksamhet. Med ändringen möjliggör vi att alla får plats på kurserna och ser till att det alltid finns ny information och kunskap om hörsel för dem som deltar aktivt i kurserna. Kriterier för deltagande är även sociala faktorer och hälsfaktorer.

Kontakt

Vid frågor kontakta Annica Wahrman på e-post: annica.wahrman@horsel.fi eller tfn. 044 533 3947 (helst via sms). Meddela även Annica om du är i behov av ledsagare.

ANSÖKNINGSBLANKETT TILL KURS



Namn på kurs jag ansöker till: _____		
Tidpunkt för kurs: _____		
Namn	Kvinna ☐ Man ☐	Födelseår
Adress		
Postnummer	Ort	
E-post		
Telefon		
Anhörig som kan kontaktas vid behov		Person jag tar med på parkursen
Namn		Namn, födelseår
Telefon		Telefon
Har du tidigare deltagit på våra kurser? ☐ Nej ☐ Ja, vilket år?		
Egen bedömning av hörselskada ☐ lindrig ☐ medelsvår ☐ grav ☐ ingen hörselskada		
Användning av hörapparat Jag använder mina hörapparater dagligen: ☐ under 2h ☐ 2-4h ☐ 4-6h ☐ hela dagen ☐ jag har inte lärt mig använda mina hörapparater regelbundet		
Har du t-läge? ☐ ja ☐ nej ☐ vet ej ☐ jag har inte hörapparat		
Berätta hur hörselskadan påverkar ditt dagliga liv		
Annat relevant som kursledaren bör veta		
VÄND		

Varför vill du komma på Svenska hörselförbundets kurs?	
Vad vill du ha ut av kursen? (välj alla lämpliga alternativ)	
☐ hjälp med hörapparaten	☐ kamratstöd ☐ info om hörsel
☐ info om hörhjälpmedel	☐ motivation för hörapparatsanvändning
☐ stödja min partner	☐ avslappning och vila
☐ annat, beskriv _____	
Hur rör du dig?	
☐ obehindrat ☐ jag kan inte gå i trappor ☐ jag använder rollator/stav/rullstol	
Var fick du information om kursen?	
☐ E-post ☐ lokal hörselförening ☐ Vi hörs ☐ hörselstation	
☐ horsel.fi ☐ dagstidning ☐ Facebook ☐ annat, var?	
Fylls i om du ansöker till tinnituskurs	
Vilket år började din tinnitus?	
Vilket år har din tinnitus undersökts?	
Vilken instans undersökte din tinnitus?	
Specialdieter, allergier	
Datum och underskrift	

Genom att underteckna denna ansökningsblankett godkänner du att dina personuppgifter lagras i enlighet med Svenska hörselförbundets dataskyddsbekrivning. Mer info på www.horsel.fi

Sista ansökningsdag till kursen du ansöker till hittar du vid kursbeskrivningen i Vi hörs eller på www.horsel.fi.

Blanketten postas till:

Svenska hörselförbundet
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors

FRÅGOR & SVAR

**Finns det något du undrar över kring hörsel? Skicka din fråga till oss på Svenska hörselförbundet!
E-post: kansli@horsel.fi**

?

Jag är 84 år och har svår tinnitus sedan cirka 30 år tillbaka. Jag använder hörapparat men inte konstant. De senaste tre veckorna har jag provat en ny hörapparat och ljud från fläktar, traktorer som ständigt kör utanför mitt fönster, gör att mitt tinnitusljud ökar. Kan hörapparat påverka tinnitus? Kan yrseln öka vid användandet av hörapparat?

Det går att lindra tinnitussymptomen och förebygga att besvären blir värre med olika hjälpmedel och metoder. Du kan exempelvis lindra besvär från tinnitus genom Tinnitus retraining therapy (TRT), kognitiv beteendeterapi (KBT), olika avslappningsövningar eller hörapparater.

Vi rekommenderar att besöka en öronläkare eller en audionom. De kan hjälpa dig med en hörapparat som kan göra att du inte längre upplever lika stora besvär av tinnitus. Det finns också andra tekniska hjälpmedel som minskar besvären med tinnitus. Yrsel kan orsakas av olika rubbningar som påverkar hur hjärnan bearbetar ljud. Du kan känna yrsel och illamående om du har neurologisk tinnitus.

I innerörat finns en nära koppling mellan snäckan som förvandlar ljudvågor till nervsignaler för hjärnan och det vestibulära systemet som hjälper dig att hålla balansen. På grund av denna koppling kan hörselproblem ibland göra det svårt att hålla balansen, vilket kan leda till svindel.



?

Jag blev erbjuden fyra olika hörapparater när jag var till audionomen. Hur vet jag vilken som passar mig bäst?

Audionomen väljer ut den bästa hörapparaten för dina behov. För att audionomen skall kunna göra det, är det till fördel att man berättar om sin arbetssituation, hobbyer och livsstil till audionomen, så att audionomen kan ta dessa faktorer i beaktande vid valet. Är du aktiv i många styrelser? Simmar du ofta? Använder du mycket telefon på jobbet?

Vissa hörapparater har mer avancerade möjligheter till att koppla upp extra hjälpmedel än andra. Ta också gärna reda på hur olika hörapparater ser ut och fungerar innan du går till utprovning av hörapparater.

Digitala föreläsningar

Förbundet ordnar regelbundet digitala föreläsningar om olika hörselteman. Föreläsningarna hålls via plattformen Zoom och skrivtolkas. En Zoom-länk skickas ut till anmälda två dagar innan föreläsningen.

Anmäl dig till föreläsningarna på e-post: emmy.nystrom@horsel.fi eller via vår webbsida på: horsel.fi/handelsekalender

2.10 kl. 18-19.30 Trådlös hörselteknik och Auracast

Vad är Auracast – och hur kan trådlös teknik göra det lättare att höra i olika miljöer? På nationella hörseldagen 2.10 föreläser Ulf Kalla, civilingenjör och audionom, om den nya Bluetooth-tekniken som kan underlätta hörande i till exempel kollektivtrafik och föreläsningssalar.

27.10 kl. 18-19.00 TSS- Tecken som stöd

Annika Aalto från Dövas förbund berättar om tecken som stöd – vad det är, varför det är viktigt och hur det kan göra vardagen lättare. Du får också konkreta exempel på hur tecken som stöd kan användas i praktiken samt lär dig några tecken

25.11 kl. 18-19.30 Framtidens hörselteknik – prisbelönt forskning om benledning

Bo Håkansson, professor i signalbehandling och medicinsk teknik föreläser om det nya benledningsimplantatet Sentio System, som har krävt två decennier av intensiv forskning och utveckling. Bo Håkansson mottog i maj 2025 det stora hörselpriset från Hörselforskningsfonden för sin forskning.

3.12 kl. 18-19.30 Tekniska utvecklingar på hörselfältet

På internationella funktionsrättsdagen föreläser Peter Nordqvist, teknologie doktor och verksamhetschef vid Hörselbron, om den senaste tekniska utvecklingen inom hörselområdet. Nordqvist har medverkat i flera forskningsprojekt vid Kungliga Tekniska högskolan (KTH) kring hörapparater, hörhjälpmedel och lösningar för bättre hörförståelse.

Ladda ner hörselinformation direkt till din dator eller telefon

Är du trött på att vänta på posten eller leta i lådor? Kom ihåg att vårt tryckta material om hörsel även finns digitalt – och är enkelt att ladda ner till din dator, surfplatta eller telefon!

I Dokumentbanken på vår webbplats hittar du broschyrer och flyers med information om bland annat:

- hörhjälpmedel
- olika öronsjukdomar
- vardagen med hörselnedsättning

Du hittar Dokumentbanken på: horsel.fi/dokumentbank

Varning för bluffmeddelanden

På sistone har det förekommit falska e-postmeddelanden riktade till våra medlemsföreningar. Meddelandena kan se trovärdiga ut, innehålla en personlig hälsning och uppmana till brådskande uppgifter – till exempel att köpa presentkort. Kom ihåg att förbundet aldrig ber om personliga uppgifter som bankkoder, lösenord eller personnummer via mejl. Om du får ett meddelande som ber dig lämna ut känslig information – utgå från att det är falskt.

Hörselveckan 2025: Fokus på delaktighet

Svenska hörselförbundets årliga Hörselvecka ordnas 29.9–5.10 med temat hörselnedsättning och delaktighet. Temaveckan firas för att uppmärksamma den nationella hörseldagen 2.10.

Genom kampanjen "Att höra till" lyfter vi hur rätt stöd, förståelse och teknik kan stärka delaktigheten – oavsett hörselförmåga. Under veckan delar vi berättelser, fakta och tips och uppmanar alla att sprida budskapet! På hörseldagen 2.10 ordnas en digital

föreläsning kl. 18–19.30 via Zoom. Ulf Kalla, civilingenjör och audionom, berättar om Auracast – en ny Bluetooth-teknik som gör det möjligt att ta emot ljud direkt i hörapparater och hörhjälpmedel.

Delta i vår kampanj!

Har du upplevt delaktighet tack vare rätt stöd, teknik eller bemötande? Eller stött på utmaningar? Vi delar gärna dina erfarenheter i kommunikationskampanjen #AttHöraTill på sociala medier. Skicka bidrag till: tina.karkinen@horsel.fi



SAMS bjuder in till seminarium om funktionsnedsättning och psykisk hälsa

SAMS juridiska ombuds årliga funktionsrättsseminarium ordnas 29.10.2025 kl. 9–15 i Dramasalen, Vasa huvudbibliotek samt och online.

Temat för årets seminarium är funktionsnedsättning och psykisk ohälsa. Under seminariet bjuds det på morgonkaffe och lunch. Medverkar gör bland annat vuxenpsykiater Lena Nylander och föreläsare Mikael Andersson. Seminariet är kostnadsfritt, tillgängligt och öppet för alla.



Sista anmälningdag: 15 oktober

Mer information och anmälan: samsnet.fi/seminarium

Personal

Verksamhetsledare

Nora Strömman
nora.stromman@horsel.fi
044 533 3964

Evenemangskoordinator

Annica Wahrman
annica.wahrman@horsel.fi
044 533 3947

Sakkunnig inom påverkansarbete

Maija Nilsson
maija.nilsson@horsel.fi
044 533 3649

Ekonomiansvarig

Karola Asplund
karola.asplund@horsel.fi
044 243 3463

Informatör

Tina Kärkinen
tina.karkinen@horsel.fi
050 462 0056

Koordinator

Anne Sjökvist
anne.sjokvist@horsel.fi
050 301 7202

Koordinator

Emmy Nyström
emmy.nystrom@horsel.fi
050 314 0015

Kansli

Nordenskiöldsgatan 18A
00250 Helsingfors
Tfn 050 476 2475
E-post: kansli@horsel.fi
Webbplats: www.horsel.fi

f @Sv_horselforbundet

@Sv_horselforbundet

Händelsekalender 2025

29.9-5.10	Hörselveckan 2025
2.10	Nationella hörseldagen. Digital föreläsning: Trådlös hörselteknik och Auracast Zoom, kl. kl.18-19:30
4-5.10	Hörselrådgivarutbildning, block 4/4
21-23.10	Kurs: Lär dig leva med Ménières sjukdom Folkhälsans hus i Norrvalla, Vörå
27.10	Digital föreläsning: Tecken som stöd Zoom, kl. kl.18-19:30
29.10	SAMS Funktionsrättsseminarium: Funktionsnedsättning och psykisk ohälsa Vasa och Online, kl. 9-15
15-16.11	Förbundskongress Scandic Rosendahl, Tammerfors
21-23.11	Kurs: Avslappning för kropp och hörsel Runsala Spa
25.11	Digital föreläsning: Framtidens hörselteknik - prisbelönt forskning om benledning. Zoom, kl.19-19:30
3.12	Digital föreläsning: Tekniska utvecklingar på hörselfältet. Zoom, kl. kl.18-19:30