



MEDLEMSBREV 1 2026 JANUARI



HEJ BÄSTA HIA:IT

Hoppas du haft fina helger och att det nya året börjat bra. Vi har nu konstituerat nya styrelsen och haft vårt första styrelsemöte för året. Vi har planerat in mycket trevligheter och nytt är AW-träffar på olika håll i Svenskfinland på datum. Ta gärna med någon kompis som kan behöva träffa andra hörsel-skadade då du går på HiA-AW. Man behöver inte vara medlem för att delta.

Och kom ihåg att vi i styrelsen blir väldigt glada om medlemmar föreslår aktiviteter eller vad vi ska jobba med! Hör av dig!

PÅ GÅNG I VÅR

Vi ordnar HiA-AW en torsdagkväll i månaden i vår. Samma dag på olika håll i Svenskfinland. Meddela gärna den ansvariga att du är på väg så vi har lite koll. Skriv in datumen i kalendern, programmet uppdateras efter hand så håll koll på sociala medier, mejlen samt i WhatsApp-gruppen HiAs informationskanal (qr-kod i slutet av brevet).



Torsdag 22.1

Jakobstad kl 16.30-20: Café Fiika, Storgatan 13. Varmt kamratstöd. Anmäl till Eivor, eivor.larpes@gmail.com

Åbo kl 17-: Spelkväll på Happy Badger, Kristinegatan 9 A (Hansahuset)

Vi spelar brädspel och umgås. **Vi bokar bord så anmäl senast 21.1 till Anne,** anne.b.sjokvist@gmail.com

Vasa kl 18: Ljudbad/klangskålar på Mindful Movements studio, Strandgatan 3A (den som blev inhiberad i december)

Johanna Höglund inleder med en andningsövning i tystnad, sedan gör vi lite töjningar från yogan och ett par positioner från restorativ yoga. Därefter går vi stegvis över till ljudbadet och klangskålaras ljud kommer efterhand. Mycket avslappnande och meditativt. Mjuka kläder. Efteråt finns tid att umgås en stund.

Kostnad: 10 euro per person (HiA subventionerar medlemmar med 10 euro).

Anmäl senast 19.1 till Camilla, camilla.haggdahl@live.com

AW ordnas också (mer info kommer):

*Kom gärna med förslag på vad du vill göra
eller var du vill träffas på HiA-AW!*

Torsdag 19.2

Jakobstad kl 16.30-20 Café Fiika, Storgatan 13. Varmt kamratstöd. Anmäl till Eivor, eivor.larpes@gmail.com

Ekenäs kl 17 Fyren, Norra Strandgatan 12. Varmt kamratstöd. Anmäl till Bodil, bodil.selenius@gmail.com

Torsdag 26.3

Torsdag 23.4

Vårmöte lördag 9 maj

Under planering:

Vänträff med unga hörselskadade norr i Umeå, slutet av mars

Ungdomshelg för unga 16-30 år i maj

Äventyrshelg för barn i juni, vecka 24.

Utflykt i Åbolands skärgård i maj-juni

SOCIAL HÖRSELKVÄLL 28.3 KL 16 I HELSINGFORS

Lördagen den 28 mars kl.16 ordnas en träff i Helsingfors för vuxna hörselskadade i studie- och arbetslivet. Hörselkvällens program består av workshop, middag och social samvaro. Fokus ligger på trevligt umgänge och kamratstöd, och kvällen avslutas med frivillig övernattnings på hotell i Helsingfors centrum. Evenemanget och övernattningsen är avgiftsfri och ordnas som ett samarbete mellan Svenska hörsselförbundet och Föreningen hörseltjänst.

Frågor riktas till Annica Wahrman: annica.wahrman@horsel.fi **Anmäl dig senast 19.2.2026.**

DIGITALA FÖRELÄSNINGAR

kolla www.horsel.fi för direktmlänkar till anmälningsformulär

OBS! Nytt datum Onsdagen den 28 januari kl 18-19.30: Anna-Maja Henriksson

Europaparlamentariker och HiA-medlemmen Anna-Maja Henriksson berättar om sina personliga erfarenheter av ensidig dövhet. Föreläsningen hålls via Zoom och skrivtolkas.

Henriksson drabbades av plötslig hörselnedsättning (sudden deafness) under studietiden och har sedan dess varit i det närmaste döv på ena örat. I sin föreläsning berättar hon hur hon har tacklat sin hörselnedsättning genom sin framgångsrika politiska karriär. Henriksson är sedan juli 2024 Europaparlamentariker och var tidigare utbildningsminister och justitieminister. Som partiledare för SFP har hon haft en central roll i finländsk politik i nästan två decennier.

Anmälan via denna länk: <https://forms.gle/4dsGvu4wH23SrS1dA>

Frågor kan skickas till anne.sjokvist@horsel.fi



Torsdagen den 12 februari kl 18-19.30:

Elin Westerlund: Att leva och arbeta på teckenspråk

På teckenspråkets dag föreläser Elin Westerlund om sina personliga erfarenheter att leva och arbeta som journalist på finlandssvenskt och svenskt teckenspråk.

Anmäl dig på: <https://forms.gle/JutfoKHHVCnL1Hhq7>

Eller till tina.karkinen@horsel.fi

Länk till en artikel i tidningen Journalisti/Journalisten gjorde om Elin 2024. Bilden är också från den :

<https://journalisti.fi/artikkelit/2024/04/journalisten-elin-westerlund-har-ald-rig-jobbat-pa-sitt-modersmal/>



Tisdagen den 10 mars kl 18-19.30: Gerd Hakalax: Det bästa för ditt huvud, hjärnhälsosamma tips

Gerd Hakalax är koordinator vid Egentliga Finlands Minnesförening.

Anmäl dig på: <https://forms.gle/pL8AJPz4hNz7uGKi7>

Eller till emmy.nystrom@horsel.fi

KURSER

CI-stödpersonkurs

Vill du bli en CI-stödperson? 27-29.3.2026 startar Svenska hörsselförbundet en kurs för dig som vill stötta andra med hjälp av din egen erfarenhet av kokleaimplantat (CI). Som CI-stödperson är du ett tryggt stöd för personer som: funderar på att få CI, eller står i kö för operation, har frågor om livet med CI, behöver tips och råd.

Under kursen fokuserar vi på grundläggande kunskap om CI, erfarenhetsutbyte, praktiska verktyg för att kunna stötta andra, hjälpmedel, tips och råd. Du får lära dig om CI-processen, hjälpmedel och hur du kan vara ett stöd i vardagen. Föreläsare med egna CI-erfarenheter medverkar, och vi går igenom olika CI-företag och deras modeller.

Anmälningar till den nya utbildningen tas emot av emmy.nystrom@horsel.fi fram till 8.3.2026.

Parkurs: Hälsa och hörsel (i samarbete med Folkhälsan)

Tidpunkt: 21-23.4.2026

Plats: Folkhälsans hus, Norrvalla

Målgrupp: Vuxna hörselskadade tillsammans med partner, syskon eller vän.

Program: Föreläsningar om hörsel, hörhjälpmedel och kommunikation. Hörselrådgivning, fysiska aktiviteter och välmående.

Pris: 60€/person

Sista ansökningsdag: 17.3.2026. Kontakta annica.wahrman@horsel.fi för mera information. Ansökningar via www.horsel.fi/ kurser eller blanketterna i Vi hörs.

Lär dig leva med tinnitus - lindring och avslappningsövningar

Tidpunkt: 22-24.5.2026

Plats: Villa Reuter, Pargas

Målgrupp: Personer med hörselskada och/eller tinnitus .

Program: Hörselrelaterade föreläsningar om tinnitus, ljudkänslighet och sömn. Avslappningsövningar, lindring och psykosocialt stöd.

Pris: 60€/person

Sista ansökningsdag: 8.4.2026. Kontakta annica.wahrman@horsel.fi för mera information. Ansökningar via www.horsel.fi/ kurser eller blanketterna i Vi hörs.

HÖRSELTILLGÄNGLIG RESA TILL KROATIEN!

OBS! Endast några platser kvar! Kontakta anne.sjokvist@horsel.fi

GLÖM INTE att meddela oss om du flyttar eller byter telefonnummer eller e-postadress så vi kan hålla vårt medlemsregister uppdaterat.

STYRELSEN 2026

Anne Sjökvist, ordförande (Åbo), anne.b.sjokvist@gmail.com

Eivor Larpes, viceordförande (Vasa), eivor.larpes@gmail.com

Camilla Häggdahl, sekreterare (Molpe), camilla.haggdahl@live.com

Cecilia Ingves (Umeå), cecilia.ingves@icloud.com

Benjamin Lönnqvist (Borgå) *ny* benni.lonnqvist@gmail.com

Carina Vuorisalo (Laihela) *ny* jarvinencarina@gmail.com

Mona Ahlsved (Terjärv) *ny* mona.ahlsved@gmail.com

Camilla Holmström (suppleant) (Åbo), camilla1.holmstrom@gmail.com

Anna Caldén (suppleant) (Vasa) annacalden@gmail.com

Roger Östman är arvoderad kassör utom styrelsen under 2026 och sköter föreningens ekonomi.

PÅ HIAS INFORMATIONSKANAL PÅ WHATSAPP får du allra snabbast del av information och diskutera med andra. Gå med genom att skanna QR koden här invid eller den här länken:
<https://chat.whatsapp.com/GRdY9sTAwXM9vD5qeXMWiK>



GOD FORTSÄTTNING PÅ 2026. HOPPAS VI SES SNART!

Styrelsen för HiA