



MEDLEMSBREV 2 2026 FEBRUARI

HEJ BÄSTA HiA:IT

Gillar du vintersporter och kyla som nyper i kinderna är det här drömvintern för dig. Vi andra fortsätter vänta på våren. :)

Men vädret hindrar oss inte från att ordna mysiga HiA-träffar. Ta gärna med någon kompis som kan behöva träffa andra hörselskadade då du går på träff med HiA. 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 (LÄGG IN I KALENDERN DIREKT :))

FEBRUARI

HiA-träff torsdag 19 februari

Jakobstad kl 16.30-20 Café Fiika, Storgatan 13. Hörselrådgivning och varmt kamratstöd med Mona o Eivor. Anmäl till eivor.lar-pes@gmail.com

Laihela kl 18-20: Hemma hos Carina Vuorisalo i Laihela, Lappalaisentie 12 A 4. Anmäl till jarvinencarina@gmail.com

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

MARS

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.**

APRIL

Resa till Umeå 18-19 april

Vänbesök till hörsselföreningen i Umeå och Unga Hörselskadade norr. Vi tar Wasaline kl 9 från Vasa hamn lördagen den 18 april och är framme i Umeå centrum vid 13-tiden. Övernattning på hotell och sedan åker vi hem med eftermiddagsbåten på söndag och är tillbaka i Vasa kl 18.

Mer detaljer kommer men intresseanmäl dig redan nu till hiakontakt@gmail.com. 13 dubbelrum är bokade. HiA subventionerar en del av resekostnaderna beroende på hur mycket bidrag vi får, men resan kostar max 80 euro (40 för studerande).

MAJ

Värmöte lördag 9 maj. Mer info kommer snart.

Ungdomshelg i Hunurijärvi 15-17 maj

För dig som är mellan 16 och 28 år.

Deltagaravgift: 25 euro.

Resesättning enligt billigaste färdmedel.

Anmäl dig till ivor.larpes@gmail.com redan idag!

HiA-träff torsdag 28 maj

Norra Österbotten: Vandring med fika

Vasa/Korsholm: Vandring med fika i Björköby

Åbo: Vandring i Runsala med fika

Nyland: Vandring med fika



JUNI

Skärgårdsutflykt Åbolands skärgård lördag 6 juni

Mer info i nästa medlemsbrev men skriv in datum i kalendern.

HiAs sommaräventyr 9-11 juni

För dig som är 11-15 år. En helg full av äventyr och skoj.

Deltagaravgift: 25 euro.

Anmäl dig eller ditt barn till ivor.larpes@gmail.com redan idag!

DIGITALA FÖRELÄSNINGAR

kolla www.horsel.fi för direktlänkar till anmälningsformulär

Torsdagen den 12 februari kl 18-19.30:

Elin Westerlund: Att leva och arbeta på teckenspråk

Elin Westerlund föreläser på teckenspråkens dag den 12.2 om att leva och arbeta på teckenspråk. Elin föreläser på finlandssvenskt teckenspråk och den tolkas till talad svenska och skrivtolkas. Anmäl dig via vår förbundets händelsekalender horsel.fi/handelsekalender eller till emmy.nystrom@horsel.fi



Tisdagen den 10 mars kl 18-19.30:

Gerd Hakalax: Det bästa för ditt huvud, hjärnhälsosamma tips

Gerd Hakalax om hur man kan ta hand om sin hjärnhälsa och sitt minne.

Föreläsningen Det bästa för ditt huvud – tips för en hjärnhälsosam livsstil hålls via Zoom kl. 18-19.30 och skrivtolkas. Gerd Hakalax är koordinator vid Egentliga Finlands minnesförening.

Anmäl dig via horsel.fi/handelsekalender eller per e-post till emmy.nystrom@horsel.fi

Torsdagen 16.4 klockan 18-19.30

Daniel Saarinen: Krisberedskap och hörsel

16.4 kl. 18-19.30 håller Daniel Saarinen en beredskapsföreläsning på Zoom och går igenom hur hushåll kan gardera sig mot naturfenomen och oväntade situationer. Anmäl dig via horsel.fi/handelsekalender eller per epost 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 hör.

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 hör.

HÖRSELTILLGÄNGLIG RESA TILL KROATIEN!

OBS! Endast två 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.

KONTAKT TILL STYRELSEN

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

HiA FINNS PÅ FACEBOOK OCH INSTAGRAM. PÅ HIAs INFORMATIONSKANAL PÅ WHATSAPP får du allra snabbast del av information och diskutera med andra. Gå med via den här länken:

<https://chat.whatsapp.com/GRdY9sTAwXM9vDF5YMWiK>



TA HAND OM DIG! HOPPAS VI SES SNART!

Styrelsen för HiA