



HØRELUREN

2022 - nr 2 (april - juni)

HLF Oslo

På grunn av uforutsette hindringer under produksjonen av dette nummeret, har vi blitt nødt til å ta noen snarveieier.

Blant annet vil de som mottar bladet elektronisk, også få det på papir.

Vi beklager dette sterkt!

HLF Oslos kontor / administrasjon:

Telefon 974 07 430 mandag og torsdag kl 10-13. E-post: post@hlfoslo.no

NB: På mandager er vi kun tilgjengelig på telefon.

Trenger du en prat om din hørsel og hjelp med høreapparatene?

**Da kan du stikke innom Veiledningskontoret i Brynsveien 13
som har åpent hver onsdag kl 10.00– 13.00**

**En likeperson/hørselshjelper vil med sin skolerte brukerkunnskap
kunne hjelpe deg med høreapparatene dine
samt gi informasjon om de fleste hørselsrelaterte forhold.**

**Her følger noen eksempler på hva en likeperson/hørselshjelper
kan hjelpe deg med:**

- ✓ Hvordan få øreproppen/høreapparatet på riktig plass i øret
- ✓ Hvordan rengjøre øreproppen/høreapparatet
- ✓ Hjelp til å bytte filter, domer og slanger (ikke slanger på Rite-høreapparater)
Husk å ta med deres egne filtere, domer og gjerne med høreapparat-
bruksanvisning
- ✓ Tips om hvordan gradvis venne seg til god utnyttelse av høreapparatet
- ✓ Hva finnes av tekniske hjelpemidler i tillegg til høreapparater
- ✓ Hva er høretaktikk og hvordan påvirker hørselstapet hverdagen
- ✓ Hvordan forholde seg til støyende, sosiale sammenkomster
- ✓ Hvordan spille på lag med normalthørende nærpersoner/familie/ektefelle
- ✓ Hva er grunnleggende rettigheter og hvilke offentlige instanser skal hjelpe

**Likepersonen/hørselshjelperen har taushetsplikt og
kan eventuelt komme på hjemmebesøk, dersom du er bevegelseshemmet**

Hjelpen er gratis!

Formiddagstreffen – Våren 2022

Velkommen til møte og utflukter våren 2022. Selv om samfunnet har åpnet opp igjen, vil vi fortsette med å be om påmelding med navn og telefonnr til både møter og utflukter. Det er praktisk for oss å ha i tilfelle et arrangement blir avlyst. Da kan vi enkelt få gitt melding om eventuelle endringer/avlysninger.. Vi får håpe at det ikke blir nødvendig med slike meldinger.

I vinter kunne vi by på to formiddagsmøter i Brynsveien 13 og en utflukt i Oslo. Denne våren byr vi på ett møte i Brynsveien 13 (21. april), en utflukt i Oslo (19. mai) og en busstur ut i det blå (9. juni.) Se omtale nedenfor.

Velkommen til hyggelig samvær!

Hilsen Liv, Jorunn, Inger Johanne, Gøril, Finn og Ingrid

Torsdag 21. april 2022 kl 1200

Tidligere sjefredaktør Helge Simonnes i Vårt Land holder foredrag over temaet:

«Arven etter Donald Trump – når konspirasjonsteorier og religiøs retorikk truer demokratiet».

Simonnes har skrevet flere bøker som berører forholdet mellom religion og politikk. Det er en økende tendens i verden at politikere som ønsker å fremme en nasjonalistisk agenda, griper til religiøs retorikk. Mange troende faller for fristelsen til å støtte opp om slike politikere. Det skjer både i USA og i europeiske land som Russland, Ungarn og Polen.

Etter foredraget blir det enkel servering med baguetter, kaffe og kake. Inngangspenger er fortsatt kr. 50,-.

Påmelding med navn og adresse til Gøril Lindtun på sms til 452 39 837 eller på epost til goril.lindtun@hotmail.no

innen 18. april 2022



Torsdag 19. mai 2022 kl 1100

er det tid for blåveis og flåtebesøk på Bygdøy:



Bli med oss på Kon-Tiki-museet på Bygdøy og ta del i Thor Heyerdahls livsverk i tekst og bilder.

KON-TIKI: VÅR TIDS STØRSTE BRAGD PÅ HAVET



Turistsesongen er begynt. For å unngå kø har vi satt møtetidspunktet til kl 1100.

Inngangsbillett: kr 100.- for seniorer

Vi "guider" oss selv og regner med at vi får sett det meste i løpet av en time. Inkludert i billetten er Kon-Tiki filmen. Den vises hver dag kl 1200 om du vil se den. Varighet ca 1 time.

Off. kommunikasjon: Buss nr. 30, avstigning: BYGDØYNES. Museet ligger like ved.

Ferge fra Rådhuskaiaen hvert 20.min, avstigning: BYGDØYNES. Ca. 10 min. gange til museet.

I tilfelle koronarestriksjoner: Sjekk om fergen går.

Ruter-billett på bussen, men Ruter gjelder ikke på fergen.

Kafe i nærheten: Kafe Fjord på Norsk Maritimt Museum

Påmelding med navn og tlf innen 15.mai 2022 til Jorunn

Alida Fredriksen på sms 970 223 01 eller e-post jorunnalida@yahoo.no

ETTER FLÅTEBESØKET.



Kongeskogen på Bygdøy lignet en slagmark etter flåtebesøket, skriver dagspressen. Bør det ikke reises en bauta over de falne? (Hvepsen.)

Torsdag 9 juni 2022 kl. 0900

Har du lyst på et eventyr med Askeladden?

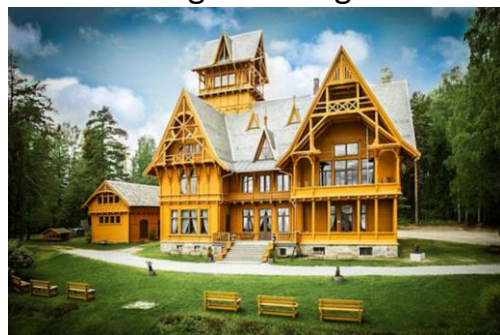
Formiddagstreffet vil denne gangen ta deg og din ektefelle/ledsager med på en eventyr-tur! Den 9. juni drar vi til Blaafarveværket og til Villa Fridheim, med avslutningsmiddag på Krøderen Kro.

Blaafarveværket er noe mange har vært på tidligere, men det er et sted vi



gjærne drar tilbake til i ny og ne. Og eventyr – vet du hvilket industrieventyr dette var i sin tid, altså i 1860 – 1870-årene? Ferie for arbeiderne og lønn under sykdom; helt ukjent ellers i Norge til langt inn

på 1900-tallet! Og mye, mye mer! Vi får en historisk omvisning (men vi drar ikke til gruvene, det blir for omfattende), og du får lunsj (to halve rundstykker + kaffe) på kafeen. Og om de fortsatt har Sigdalslefser, er disse sterkt å anbefale som kaffeleser! Du kan ta en tur i museumsbutikkene, du kan beundre fossen, du kan gå på maleriutstillingen «Mellom to verdener» (ikke inkludert i prisen), og mellom «slagene» kan du hvile på en benk og bare nyte omgivelsene.



Etter besøket på Blaafarveværket drar vi gjennom skogen til eventyrslottet Villa Fridheim ved bredden av Krøderen. Her kan du vandre rundt i en eventyrverden av de helt store!

Deretter drar vi til Krøderen Kro. Underveis passerer vi eika «Den gamle

Mester», en nær 1000 år gammel eik som Jørgen Moe skrev om i sitt dikt «Den gamle Mester» - derav navnet!



På kroa avslutter vi en fin dag med hjorte-gryte som er inkludert i prisen; drikke etter eget ønske og lommebok. Stedet er berømt for sin gode mat; det står som regel mange trailere utenfor – for veifarende alltid et godt tegn!

Og det hele får du for kr. 525,--/person for medlemmer og kr 925,- for ikke-medlemmer. Prisen er altså ekskl. evt. Sigdalslefse (eller «noko anna») og drikke til middag.

Og Askeladden? Det er busselskapet vi skal reise med, det!

Merk deg dag og dato, klokkeslett og påstignings- og ankomststed:

- Torsdag 9. juni 2022
- Kl 0900 fra Thon Hotel Opera (på sjøsiden av Oslo S)
- Ankomst tilbake til avreisestedet blir ca kl. 1800

Påmelding senest innen torsdag 27. mai til Inger Johanne,

e-post ijohasol@online.no/sms: 975 81 915.

Når du melder deg på, oppgi navn på deg selv og den/de du vil ha med, og mob-tlf.nr på alle!

Betaling til konto 7066 05 10360

kr. 525,- for medlem og kr. 925,- for ikke-medlem

Merk innbetalingen med «Eventyrtur 9.6. + navnet på dem påmeldingen gjelder»

Velkommen til en flott dag - go'været er allerede bestilt!

Hilsen

Formiddagstreffen

HLF Oslo Syd-Vest

HLF Oslo Syd-Vest vil gjennom våren invitere til fem ulike turer i lokalmiljø og turområder i Oslo.

Gjennom vårt prosjekt «Renere lokalmiljø - kombinert med fysisk aktivitet i naturen» har vi fått støtte fra Stiftelsen Dam til å gjennomføre disse aktivitetene. Aktivitetene vil foregå både på hverdag og i helg. Alle er velkommen til å delta og det er gratis!

HLF Oslo Syd-Vest inviterer til turer i Oslo -

«Renere lokalmiljø - kombinert med fysisk aktivitet i naturen»

Alle er velkommen, gratis deltakelse!

Søndag 3. april - Tur rundt Sognsvann.

Oppmøte kl 12:00 på parkeringsplassen på Sognsvann.

Tirsdag 19. april - Tur til Frognerseteren og vi går innover til Tryvannshytta.

Oppmøte kl 17:30 på Frognerseteren T-banestasjon.

Torsdag 5. mai - Tur fra Frysja og vi går ned langs Akerselva til Nydalen.

Oppmøte kl 17:30 ved Brekkedammen, Frysja.

Tirsdag 10. mai - Tur rundt Bygdøy.

Oppmøte kl 17:30 på parkeringsplassen ved badeplassen Huk på Bygdøy.

Vi stiller med hansker, antibac, søppelsekker, plukkestav etc.

Det blir enkel servering underveis med drikke og en matbit til hver enkelt.

Grunnet utstyr, mat og drikke er det fint om du kan melde deg på i forkant.

Påmelding på mail til: katrine.sobstad.einan@hlf.no eller tlf 932 69 685.

Du er også velkommen til å møte opp uten påmelding hvis det plutselig passer, men vi ber da om forståelse for at det kanskje ikke er pakket nok utstyr/mat/drikke. For spørsmål om turene er det bare å ta kontakt.

Vi håper- og ser frem til å se deg!

Mvh HLF Oslo Syd-Vest

Høreapparat funnet

Høreapparat funnet 5.mars på plen ved parkeringsplass utenfor Drammensveien 60, Frogner bydelshus og vaksinesenter. Kan hentes på vårt kontor.



Moderne høreapparater er «smarte»!

Nytt temamøte i HLF Oslo
mandag 23. mai kl. 18 i Sagene Samfunnshus.

De som lager høreapparater fortsetter å forbedre tale, kognitiv ytelse og hukommelse. 10 år gamle høreapparater er som «steinalder» å regne. Dagens apparater justerer volumet på lyden automatisk. Lydkvaliteten er mye bedre, og uønsket bakgrunnsstøy filtreres bort eller reduseres. Apparatene er utstyrt med bluetooth-teknologi, og kommuniserer enkelt med nettbrett, TV og ikke minst, mobiltelefon.

Hals-slynge eller annen type mottaker er blitt en saga blott. Høreapparatene er blitt «smarte»! De «skjønner» hva du trenger i ulike situasjoner, og justerer seg slik at lytteopplevelsen blir optimal. Hvis du har spesielle behov i en lyttesituasjon, er det mulig å få skreddersydd din egen preferanse.

Nye høreapparater er mindre og mer kompakte enn forgjengerne, selv om funksjonalitet og kraft øker. Likevel tåler de mer av støt og smuss og fukt. De som nøler med å bruke høreapparater fordi de er skjemmende og lett synlige har etter hvert fått et dårlig argument!

Vil du vite mer om dette spennende temaet, må du komme på HLFs temamøte mandag 23. mai klokka 18 i Sagene Samfunnshus.

Der vil eksperter fortelle om den rivende utviklingen innen hørselsteknologien. De prøver også å se inn i krystallkula: Hvor er vi om 10 år? Kanskje dagens teknologi er avleggs!

Vi vil gjerne at du melder deg på til møtet. Send en e-post til irene.syse@hlfoslo.no. Oppgi fullt navn og telefonnummer. Du får skriftlig melding hvis du får plass.

KURS

Hei lesere av Høreluren og medlemmer av HLF!

Fortiden har vi kurs i Fransk litteratur og har hatt det gjennom flere år. Tidligere har vi hatt flere kurs i tysk, fransk, italiensk, portugisisk og spansk, også spansk for reisebruk. Tilbudt kurs i engelsk fikk ingen respons.

HLF Oslo ved studieutvalget ønsker her å formidle forespørsel til dere som leser Høreluren:

Er det interesse for språkkurs?

Hvilke språk?

Ønsket nivå?

Formiddag, ettermiddag eller kveld?

Og finnes det noen i HLF med språkkompetanse, som kan tenke seg **kursleder** engasjement høsten 2022?

Henvendelser: Ada Spæren, studieleder,

ada.sparen@gmail.com

Bridge



Bridgegruppa i aksjon. EKO-verdiene i praksis. (Engasjement - Kunnskap -

omsorg). Kom og spill med oss. Du ser vel hvor hyggelig vi har det.

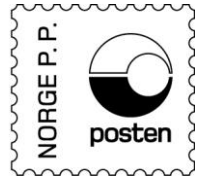
Ta kontakt med Lars Tore Bjørkevoll, telefon 481 59 250. Vi spiller hver onsdag mellom kl 11 og 14.

Sjakk



Oslo Hørselshemmedes Sjakkklubb har plass til flere deltakere og holder på hver onsdag kl 13.00-17.00 i "Hørselens Hus" i Brynsveien 13 (1. etasje).

Påmelding og nærmere opplysninger ved kursleder Dan Erik Løvås:
e-post: danerik@oslohlif.no
mobil: 938 06 019



Returadresse: HLF Oslo
Brynsveien 13
0667 Oslo

oticon
PEOPLE FIRST