

## Leder har ordet

Kjære medlemmer! Velkommen til en ny aktiv høst i HLF Bergen!



### Skrivetolking

En av de viktigste sakene som HLF BERGEN vil sette fokus på fremover er **skrivetolking**. Skrivetolking er alfa og omega for oss hørselshemmede. Uten skrivetolking er vi diskriminert i samfunnet. Med skrivetolking kan vi kommunisere med de hørende og oss imellom. Vi i styret har opplevd et styremøte uten skrivetolker og det ble dramatisk da nesten alle i styret er helt avhengige av skrivetolking. Vi i HLF BERGEN krever at **alle** kurs og møter med hørselshemmede må være skrivetolket. Vi protesterer på at Helse Bergen skriver i et brev at "Enkelte av disse (møtene) er mindre egnet for skrivetolk, noe jeg i en samtale med en av deltakerne med hørselshemming nevnte." Hvilken kompetanse har ansatte til å skrive slikt?

Styret tok opp dette med skrivetolker på et styremøte, og de kunne ikke forstå påstanden. Den er et eksempel på brudd på diskriminerings- og tilgjengelighetsloven. Skrivetolkene er vår kontakt med omverdenen og det må **straks** settes i gang utdanning av skrivetolker. Vi **utfordrer** Høgskolen i Bergen til å bli en foregangsutdanningsinstitusjon ved å sette skrivetolktutdanningen på dagsorden. Vi sender takk og ros til skrivetolkene som har gjort hverdagen lettere for oss.

Lørdag 30.10.10 vil vi leie en buss og ta en høsttur hvor vi besøker HLF Osterøy for hyggelig samvær. Vi håper mange har lyst til å være med her. Følg med på informasjon om denne turen på tekst-TV og på hjemmesiden vår:  
<http://www.hlfbergen.no/>

### VEL MØTT PÅ VÅRE MØTER I HØST!

Hilsen fra leder Matthias Viktorsson

## ÅPENT KONTOR I NYGATEN 3

Som en prøveordning **FREM TIL ÅRSMØTE 2011** vil vi ha åpent kontor hvor medlemmer og andre kan komme innom for kontakt. Det vil være batterisalg, samtaler og likemannstjenester. Følgende dager vil kontoret være betjent fra klokken **15.00 til 18.00**:

UKEDAG	DATO
MANDAG	20.09.10
MANDAG	18.10.10
MANDAG	22.11.10
MANDAG	20.12.10
MANDAG	24.01.11

**TELEFON 55 36 81 70**

**Mail: [post@hlfbergen.no](mailto:post@hlfbergen.no)**

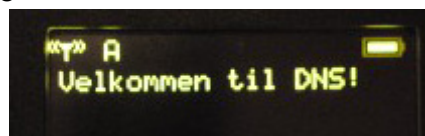
**Mobil utenom kontortid Matthias 90848438**

**Kontoransvarlig:  
Matthias Viktorsson, leder HLF Bergen**

## Hørselshemmede på DNS

Vi kan nå være stolt over at Den Nationale Scene ønsker at alle hørselshemmede skal få mulighet til å ta del i Bergens kulturelle opplevelse uavhengig av hvilken form for hørselstap man har.

DNS, HLF Hordaland, HLF Bergen, Bergen Døvesenter og Bergen Rådgivingskontoret for hørselshemmede har kommet fram til en brukbar løsning for teksting på den Nationale Scene. Systemet heter SendText og er basert på at en sitter med denne trådløse enheten som viser 4 linjer med 20 tegn



Tekstenheten er lett å bruke. Kun slå den på og teksten blir styrt av en tekststavigler som sitter i salen. Til høsten vil det bli tekstet 3 forestillinger. Dato for disse er ikke avklart enda, så en ber om at en følger med på tekst tv, hjemmesiden til DNS eller på HLF Bergen sin hjemmeside.

Tekstete forestillinger: Min familie, (september)  
Blodig Alvor (oktober) og Mascarade. Det må opplyses i billettbestillingen at man ønsker SendText.

Håper alle støtter opp under dette fantasiske tilbudet og tar seg en tur på teateret slik at prosjektet ikke dør vekk. Vi har ikke råd til å miste dette. Håper vi sees på DNS til høsten.

**Hilde Jannecke Hellestvedt**

# HLFU BERGEN

## - Ørepropper, rafting og kosekvelder

**Ung og hørselshemmet – hva tenker de om hørselssaken? For å få svar på dette intervjuet HLF-NYTT leder og nestleder for HLFU i Bergen, Helene Olsen og Gerd Min Danielsen.**



**Kan dere fortelle litt om dere hvor dere kommer i fra, alder og hvorfor dere er i Bergen?**

Helene Olsen: Jeg kommer fra Brønnøysund, er 24 år og flyttet til Bergen for å studere juss. Er ferdig med 3. året og har tenkt å bli jurist. Trives veldig godt her i Bergen og har planer om å bli her.

Gerd Min Danielsen: Jeg kommer fra Steinkjer, er 26 år og flyttet hit 2008. Siste halve året har jeg tatt matte og fysikk på høgskolen. Litt usikker hva jeg blir til slutt. Liker Bergen meget bra, men hvor jeg bosetter meg får tiden vise.

**Og et lite privat spørsmål om deres egen hørselshemming og hvilken opplevelse dere har av det offentlige hjelpeapparatet?**

Helene: Min hørselshemming er medfødt, ble oppdaget da jeg var 2-3 år gammel. Jeg fikk mitt første høreapparat da jeg var 3 ½ år gammel. Det var ikke mye tilrettelegging og jeg merket det særlig på barne- og ungdomsskolen. Senere gikk jeg på Briskeby videregående skole og da ble det mye bedre tilrettelegging og jeg ble opplært til å leve med min hørselshemming. Der var det også god rådgiving om hva man kunne studere videre.

Gerd: Hørselshemmingen min ble oppdaget da jeg var 2 år gammel og jeg fikk med en gang mitt første høreapparat. Det ble også tilrettelagt for meg med en gang og på barneskolen gikk det veldig bra. Det var en grendeskole med 6 elever i klassen og en lærer som forstod og støttet meg veldig mye. Jeg må heller ikke glemme at jeg hadde ressurssterke foreldre som stod på min rett hele tiden. Jeg forstår i dag at jeg har vært særlig heldig i forhold til de opplevelser mange barn og ungdommer med hørselshemming har hatt.

**Er tilbudet til hørselshemmede barn og ungdom i dag bra nok?**

Nei. Det er mye som kan bli bedre, oppfølging er vanskelig med store klasser, mye bråk og utskifting i lærerstaben. Tilrettelegging er på plass mange steder, men altfor mange er uten særlig bra tilrettelegging og oppfølging. Dette utgjør tapt skolegang og skader muligheter for hørselshemmede å ta utdanning og få arbeid.

**Hvilke verv har dere i HLF?**

Helene: Jeg er leder i HLFU Bergen og sekretær i HLF Hordaland.

Gerd: Jeg er nestleder i HLFU Bergen og studieleder i HLF Hordaland.

**Hvor mange medlemmer har HLFU Bergen?**

Vi har rundt 40 medlemmer men prøver å få flere. De fleste som sitter i styret er innflyttere i Bergen. Vi prøver å finne flere ungdommer for å skaffe sterkere nettverk her i Bergen og Hordaland. Alle mellom 15 og 35 år er hjertelig velkommen til oss. Nærmere informasjon finnes på Facebook-gruppe "HLFU Bergen", <http://hlf.no/HLFU/Lokallag1/Bergen/> eller ved å ta kontakt på mob.: 458 89 687.

**Er alle medlemmene aktive?**

Det er ca 15 på samlingene våre og vi har mye kontakt i gruppen på Facebook. Og der får medlemmene beskjed om hva som er på gang hos oss. Og så bruker vi hjemmesiden vår i HLF.

## Hvilke aktiviteter er det i HLFU Bergen?

Vi har hatt rafting, grilling, kino, filmkveld, kosekveld, julebord, og har planer om båttur, klatring og få til et selvforsvarskurs.

**Til årsmøte og styremøter har dere lånt lokaler til HLF BERGEN Loftet. Er det et bra sted for en gruppe som HLFU Bergen?**

Ja vi synes det er veldig bra og håper vi får lov til å bruke det videre. Vi kan tenke oss å bruke det mer til alle medlemmer, for eksempel til filmkveld og å lage oss mat.

**I BA og på hjemmesidene til HLF og HLF BERGEN har man lest at dere har gitt bort gratis 5000 ørepropper på Rammsteinkonserten i Bergen 15.juni. Meget god PR for hørselssaken og ikke minst et viktig forbyggende tiltak for dem som var der. Hvordan var mottakelsene dere fikk?**

Vi ble overrasket av de gode mottakelsene vi fikk og over 90% takket ja til øreproppene. Litt uventet for folk at vi skulle gi dem gratis ørepropper. Vi hadde stand og delte ut brosjyrer om hørselsskader. Vi skal også møte opp på konsertene med Stevie Wonder 18.juli, Muse 23.juli, Iron Maiden 11.august og Festival Lost Weekend 5.-7.august.



*HLFU Bergen har delt ut tusenvis av slike ørepropper på konserter i Bergen. Vi synes det er fantastisk at "de unge" gjør en slik strålende innsats for hørselssaken, og vet at mange der ute nå er blitt forskånet fra øresus og hørselstap på konsertene.*

## Hva ville dere gjort hvis dere var ordfører i Bergen for en dag?

Tilrettelegging for hørselshemmede ville være den store saken, teleslynger alle steder og skriveolking på dagsorden. Vi kunne også forsatt videre med Bybanen og da særlig tilrettelegging for hørselshemmede. Presset på for å utdanne skriveolker på høgskolen og at Helse Bergen korter ned ventetiden på Høresentralen.

**- HLF BERGEN er glad for å kunne fortsette å tilby passende møtelokaler for så livlige og kampglade representanter for oss hørselshemmede som HLFU Bergen er.**

Matthías Viktorsson

## Støtt HLF Bergen!

### Ta Grasrotandebrevet med til din Norsk Tipping kommisjonær!

#### Du har vel et tippekort fra Norsk Tipping?

Ja, da har vel du lagt oss til som grasrotandelsmottaker! For vi er i gang! Om du ikke har lagt til noen grasrotandel, kan du nå velge HLF Bergen. Det betyr at hver gang du tipper, vil en del av betalingen for tippingen tilfalle HLF Bergen. Det vil ikke påvirke eventuelle gevinster du måtte få - de beholder du 100 % av !



GRASROTANDELEN<sup>AS</sup>

HLF BERGEN

Organisasjonsnummer: 991966390



32774991966390

**Vil du gi din støtte til HLF BERGEN?**

Klipp ut dette Grasrotandelsbrevet med strekkoden, og lever det inn til din tippekommisjonær sammen med ditt tippekort. Da støtter du HLF Bergen. Da får laget 5 % av din innsats (gjelder ikke Extra og Flax), mens din innsats eller premie ikke berøres! Lykke til med innsatsen og takk for at du støtter oss!

Ønsker du å verve flere så takker vi deg for det!

Du finner verveark på vår nettside:

[www.hlfbergen.no](http://www.hlfbergen.no)

Du kan også tilknytte ved å gå inn på vår hjemmeside og følge linken til [www.norsk-tipping.no](http://www.norsk-tipping.no).

**TAKK FOR DIN STØTTE!**

## En vellykket tur til Sotra ble gjennomført lørdag 29.05.2010

HLF Bergen arrangerte vårtur den 29. mai. Vi fikk en dårlig start da NAV sine skrivetolker ikke kunne komme! Været var imidlertid på vår side, med strålende sol.

Men Tide Reiser stilte med en flotteste buss med teleslynge og flere skjermer i taket, som vi koplet en privat pc til, slik at vi kunne gi informasjon skriftlig underveis.

Arvid Hauge hadde trykket opp mye flott informasjon om der vi skulle, samt noen morsomme sanger!  
Ja sjåføren lo med av dem, bussjåføren var dyktig!

Informasjon ble gitt ut på teleslyngen og på skjermene. Første stopp var Fjell festning



### *På vei opp til Fjell festning.*

og vi var spent om han klarte å komme gjennom tankssperringen og smale partier der på vei opp. Det klarte han uten å komme borti!

Vel oppe ved Kanontårnet fikk vi flott informasjon av 2 guider og omvisning med guiden inne i det store Kanontårnet og nede i festningen.

Så bar det til Glesvær Kafé for å få lunsj. En god lunsj med mye prat mellom de som var med. Tilslutt fikk vi et historisk tilbakeblikk av kaféeier Harald Sunde om livet og historien bak kafeen.



### *God mat på Glesvær kafé!*

Mette og fornøyde fortsatte vi videre til Telavåg og Nordsjøfartsmuseet, der vi skulle få se en film om Telavågtragedien.

Filmen var bra og med god lyd, men leder sprang til informasjonsskranken for det var engelsk undertekst og med Bergens kvinnestemme på ett godt teleslyngeanlegg. Vi ville ha norsk tekst! Og det var bare oss i kinosalen så det var litt leit at det ikke kunne bli som ønsket.

Etter å ha sett oss rundt på museet der vi kunne lære om Shetlandlarsen og se hva som skjedde på Telavåg, var det å sette seg på bussen igjen, og sjåføren loset oss godt tilbake til Jernbanestasjonen som endestopp.

Vi vil herved først takke Tide Reiser ved Jostein Stokke for ett flott opplegg og en flott buss. Også guidene ved Fjell Festning og Harald Sunde m/ familie ved Glesvær Kafé.

**Otto Øksnes**



*Glade og fornøyde turdeltakere ved Nordsjøfartsmuseet.*

# Vårtur til utlandet?

Kan du tenke deg å reise en tur til utlandet sammen med andre hørselshemmede? Flere av våre medlemmer har ytret ønske om at vi får til en tur til utlandet. Styret vil derfor våren 2011 prøve å få til en slik tur. Vi vil ta dette temaet opp på vårt åpne møte 14.09.10. Vi vil da finne ut hvor vi vil dra, enten det blir til syden eller en av våre europeiske storbyer. Målet er å få til en reise i første halvdel av 2011.



Innhold i turen er tenkt å være:

- Felles avreise Bergen
- Felles reise til/fra hotell
- Felles middag
- Muligens felles utflukt/sightseeing
- Felles avreise til Bergen
- Varighet ca 1 uke

Detaljert innhold vil bestemmes av reisemålets muligheter.

Noen i styret vil alltid være tilgjengelig på hotellet for de som måtte trenge hjelp og annet.

Ellers legges det vekt på at den enkelte selv kan kose seg der vi reiser og benytte seg av de severdigheter og andre muligheter for rekreasjon som måtte finnes.

Vi håper mange kan tenke seg å være med på en slik tur. Kostnad vil være avhengig av antall deltakere og reisebyråenes priser, men vil inkludere reise, hotell med halvpensjon og tur/retur flyplass og hotell. Den enkelte betaler selv for severdigheter, mat og drikke på turen.

Maks antall deltakere vil være 40 personer.  
Er du interessert, og vil ha mer informasjon, send brev til:

**HLF Bergen, Nygaten 3, Postboks 651, 5807 Bergen**  
eller mail: [post@hlfbergen.no](mailto:post@hlfbergen.no)

**Frist for å melde interesse for å være med er 31.10.2010**

De som tar kontakt og tegner seg på listen for å være med vil få eget skriv om når, bindende påmelding og pris når vi har mange nok påmeldte og reisen er bestilt.



Vi ser frem til å reise sammen med dere, og gleder oss til hyggelig samvær og flotte opplevelser!

**Styret**



## *Hørselshemming + arbeidsliv = fullt mulig!*

Som tillitsvalgt har jeg mottatt et nytt blad som hittil har vært meg ukjent. I "Magasinet Selvsagt" nr. 3 - 2010 er der en meget interessant artikkel hvor tema er arbeidsliv: "Mer enn 70 000 funksjonshemmede vil jobbe, men arbeidsgiverne vil ikke ha oss" ... Burde være en tankevekker både for myndigheter og arbeidsgivere landet rundt!

Dette handler om mange forskjellige typer funksjonshemming, og det ser ut for at medlemmer i de fleste organisasjoner under FFO's paraply føler seg oversett og i noen tilfeller "tråkket" på av myndighetene.

Frustrasjonen blant organisasjonene er reell og det er absolutt viktig at tema *arbeidsliv* settes fokus på. Magasinet Selvsagt blir sendt ut til en rekke politikere og beslutningstakere og andre offentlige instanser, hvilket er meget positivt. Men til tross for all spredning av informasjon om virkeligheten der ute, ser det ut for at funksjonshemmede må stå på og "henge i stroppen" kontinuerlig for å bli både sett og hørt!

Det er viktig at vår organisasjon, Hørselshemmedes Landsforbund, fortsetter arbeidet de gjør. Det er store oppgaver som ligger forut i tid og hørselshemming og arbeidslivet er vel en sak som bør være aktuell for forbundet å støtte opp under.

Men alt er ikke bare negativt, det er også flere mennesker med en eller annen form for funksjonshemming som deltar i arbeidslivet på lik linje med andre som ikke er rammet. Derfor er det viktig også å fokusere på det positive, at en selv undersøker hvilke muligheter en har, forteller om sine kvalifikasjoner og søker råd og hjelp for kanskje å lykkes med sitt mål. Det er nemlig fullt mulig å være yrkesaktiv med hørselshemming, noe jeg selv har fått positive erfaringer med. Jeg har vel egentlig i hele mitt liv hatt nedsatt hørsel på det ene øret, men det var i 20 årene jeg begynte å bli gradvis mer redusert hørsel, til nå å være nærmest døv på det ene øret og litt redusert på det andre, samt sterk tinnitus.

Min første arbeidsgiver for mer enn 36 år siden var allerede den gang svært imøtekommende med å legge til rette mht et hjelpemiddel som en enkel knapp på telefonen til å skru opp styrken med! Forståelsesfulle medarbeidere som stod deg bi når en ikke alltid fikk med hva som ble sagt. Tørre å fortelle omgivelsene at en har et hørselsproblem. Det er en god start.

Etter år som hjemmearbeidende med små barn, valgte jeg å arbeide med organisasjonsarbeid, som jeg drev med i 16 år. Jeg minnes disse år som meget positiv og kan knapt huske at mine hørselsproblemer var til hinder for mitt arbeid.

Etter et opphold i arbeidslivet på noen år er jeg igjen yrkesaktiv 3 dager i uken, en jobb jeg har hatt i nær 7 år. Arbeidsplassen er innenfor helse og jeg treffer nye mennesker nesten hver gang jeg er på jobb.

Med enkle midler som styrkeknapp på telefonen, høreapparat og en god porsjon forståelse fra kollegaer er det godt å oppleve at en gjør nytte for seg, at noen har bruk for deg! Det er ingen skam å spørre om igjen dersom en ikke oppfatter hva som blir sagt. Forklar heller situasjonen om nødvendig slik at missforståelser unngås, det går som regel bra.

Det har selvfølgelig mye å si hvilken bedrift en arbeider for og personene rundt en. Jeg har vært heldig med det, og da er det selvsagt lettere å si at mye er mulig.

Tidene har forandret seg og det kreves mer av oss alle.

En potensiell arbeidsgiver forventer at du er frisk, rask, hører, ser, er effektiv og sosial, for å nevne noe.

Det er derfor viktig at arbeidsgivere bremser opp, snur litt på sine vanlige rutiner i sin bedrift og blir minnet på at det faktisk finnes mange med for eksempel hørselshemming som kunne tenke seg et meningsfylt arbeid og faktisk gjøre nytte for seg. Selv om en person har nedsatt arbeidsevne ønsker en selvfølgelig å yte det en kan i en jobb på lik linje med andre.

Der er også utrolig viktig at man selv er positivt innstilt på egeninnsats. Mange av oss har vel erfart at det nytter ikke skyve ens egne problemer over på andre og vente at alt blir tilrettelagt for en.

Det betyr ikke at en skal la være "å stå på krava"! Men en aktiv egeninnsats sammen med råd og veiledning fra det offentlige, NAV, bør det kunne være mulig å legge



*Elin-Kristin Bache*

til rette for at flere personer, alle med sin form for hørselshemming, skal kunne få delta i arbeidslivet dersom de ønsker det. Man kan ikke plassere alle i samme bås, for der er selvsagt mennesker som ikke kan jobbe fullt, kanskje bare 50 % eller mindre, vi er alle forskjellige med ulike behov, men alle som vil bør få en sjanse.

Der finnes ordninger som kan fungere for noen, som: "Tidsubestemt lønnstilskudd" (TULT). Det er en ordning som kan inngås med en arbeidsgiver og NAV ved varig eller nedsatt arbeidsevne hos arbeidstaker. Arbeidstaker skal ha mulighet til å være aktiv til tross for funksjonshemming. Arbeidsgiveren får et tilskudd fra NAV som er ment å være kompensasjon for den reduserte arbeidsevnen til arbeidstaker.

For noen kan denne ordningen være åpningen til å delta i arbeidslivet, komme i gang, og kanskje være plattformen videre til fast ansettelse. Men dessverre er det ikke alle som opplever ordningen like positivt. Det er klart to sider av TULT. Som nevnt kan det fungere for noen, mens andre føler seg satt i bås hvor NAV betaler for jobben du gjør og ikke arbeidsgiver. Noen kan lett føle det stigmatiserende og at en ikke er ansatt "på ordentlig", for en er ikke ansatt på samme vilkår som andre. Så det er, etter min mening, både positive og negative sider ved denne ordningen.

Til slutt håper jeg at myndighetene fortsetter og ta på alvor arbeidet med å tilrettelegge for at hørselshemmede får en rettferdig sjanse til å delta i arbeidslivet, tenker gjennom konsekvensene av nye tiltak som settes ut, hvordan det *egentlig fungerer* i virkeligheten, ikke bare en rettighet på papiret! Vi trenger ikke mer omstendelig ineffektiv arbeidsordning, byråkrati. Handling må til!

*Elin-Kristin Bache*

## TAKK FOR INNSATSEN!

HLF Bergen takker 2 av veteranene våre som har vært med i MANGE år! De har vært med siden 1997, da de begynte som hørselshjelpere! De har nå begge "pensjonert" seg fra aktivt styrearbeid, og vi takker for den STORE innsatsen de har lagt ned for HLF Bergen!

Det er vår gode, hyggelige og arbeidsomme leder Unni Stenberg, og like iherdige, kjekke og innsatsvillige kasserer Tordis Heimvik!



*Unni og Tordis med hver sin blomst på årsmøtet 2010. Ny leder Matthías Viktorsson holdt takketale.*

## HLF Bergen sitt styre for 2010



Fra venstre styremedlem Jannicke Isdahl, Sekretær Arvid Hauge, Kasserer Kirsten Tunheim, varastyremedlem Elin-Kristin Bache, styremedlem Reidar Breistein, varastyremedlem Torill E. Wistner, styrmedlem Otto Øksnes, styremedlem Liv Iversen, leder Matthías Viktorsson og nestleder Hilde-Jannecke Hellestvedt.

### RÅDGIVNINGSKONTORET

*Det offentlige kontoret for Hørselshemmede og døve/døvblitte er åpent på Engensenteret (v/Sentralbadet) alle hverdager mellom 10.00 og 14.00. Her vil du få hjelp og veiledning i forbindelse med eventuelle søknader på hjelpemidler og en hjelp videre i det offentlige system.*

*Kontoret har TO ansatte!*

Mobiltelefon G3 (samtaler og sms til Mary-Ann): 480 73 824, E-post: [Mary-ann.gronas@bergen.kommune.no](mailto:Mary-ann.gronas@bergen.kommune.no)  
Mobiltelefon G3 (sms til Norunn): 480 73 825,  
E-post: [norunn.kalvenes@bergen.kommune.no](mailto:norunn.kalvenes@bergen.kommune.no)

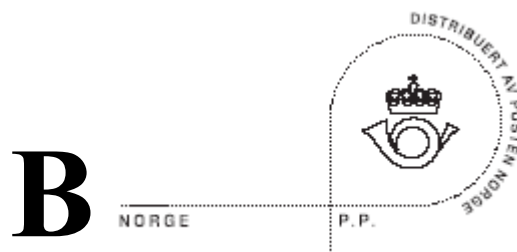


*Til venstre Norunn, til høyre Mary-Ann*

**Nå har Rådgivningskontor for hørselshemmede og døvblinde fått egen hjemmeside;**

[www.bergen.kommune.no/horselshemmede](http://www.bergen.kommune.no/horselshemmede)

Returadresse:  
HLF Bergen  
Nygaten 3  
Postboks 651  
5807 Bergen



### HLF Bergen :

Adresse: Nygaten 3, Postboks 651, 5807 Bergen

Tlf. 55 36 81 70 (med telefonsvarer).

Mail: [post@hlfbergen.no](mailto:post@hlfbergen.no)

Hjemmeside: [www.hlfbergen.no](http://www.hlfbergen.no)

Leder	Matthías Viktorsson
Nestleder	Hilde Jannecke Hellestvedt
Kasserer	Kirsten Tunheim
Sekretær	Arvid Hauge
Styremedlem	Liv Iversen
Styremedlem	Otto Øksnes
Styremedlem	Reidar Breistein
Styremedlem	Jannicke Isdahl
Varamedlem	Elin-Kristin Bache
Varamedlem	Torill E. Wistner



Inngang til kontoret og møtelokalene

### Annonce

## Fotbehandling

Døv autorisert foterapeut tilbyr time etter avtale.

Ta kontakt via:

Sms: 959 01 980

E-post: [aihera22@online.no](mailto:aihera22@online.no)

Sted: Nebbestølen 39 i Fyllingsdalen  
(sokkeletasje, rød dør)

Aina Ramvik



Sprukken hud



Hard hud



Liktorner



Inngrodde  
negler

## AKTIVITETSPLAN

**NB! I NYGATEN 3, PÅ LOFTET, kl. 18.00**

Alle våre møter holdes på loftet i Nygaten 3 på tirsdager. Dette er i samme hus som kontoret (se bildet øverst på denne siden).

### VÅRE ÅPNE MØTER VÅREN 2010:

- 14.09.10: Åpent møte  
12.10.10: Åpent møte  
30.10.10: Vi besøker Osterøy lag  
(NB! Lørdag)  
30.11.10: Julemøte  
NB! På Dankert Krohn senteret  
11.01.11: Åpent møte  
15.02.11: ÅRSMØTE

Vi ønsker alle medlemmer og andre interesserte hjertelig velkommen.

Se også annonser i BT og på NRK Tekst-TV.

## Takk!

HLF Bergen takker våre medlemmer for mottatte gaver. Vi er svært takknemlig for den støtte vi får fra dere.

Styret i HLF Bergen

Følg med på NRK Tekst TV, side 774-776 for mer informasjon og eventuelle forandringer.