



Sendes ufrankeret  
Mottageren  
betaler portoen



Høreforeningen  
+++ 5191 +++  
2650 Hvidovre

Kløverprisvej 10 B



## LOKALAFDELINGER

Høreforeningen har mange andre aktiviteter end netværksgrupperne. Høreforeningens lokalafdelinger holder både faglige og sociale arrangementer. Til arrangementerne kan man møde ligestillede og få nogle gode råd med på vejen. Der er en lokalafdeling af Høreforeningen i alle landets kommuner. Som medlem af Høreforeningen har man adgang til lokalafdelingernes arrangementer over hele landet.

Lokalafdelingerne yder støtte og vejledning om hjælpemuligheder i lokalområdet. Lokalafdelingen er medlemmernes talerør over for kommunen.

Find formanden for din lokalafdeling på [www.hoeforeningen.dk](http://www.hoeforeningen.dk).

Se Høreforeningens arrangementer i kalenderen på [www.hoeforeningen.dk](http://www.hoeforeningen.dk). og i medlemsbladet "hørelsen".

Et medlemskab af Høreforeningen giver disse fordele:

- Medlemsbladet "hørelsen"
- Kurstilbud
- Høremæssig vejledning
- Netværksgrupper
- Samvær med ligestillede
- Foredrag og andre arrangementer
- Indflydelse i demokratisk organisation
- Kontaktpersoner

Meld dig ind på hjemmesiden [www.hoeforeningen.dk](http://www.hoeforeningen.dk) eller ved at indsende denne blanket:



## FAKTA OM NETVÆRKSGRUPPER

Netværksgrupperne er et tilbud til alle medlemmer af Høreforeningen.

I netværksgrupperne mødes ligestillede og udveksler erfaringer om lyd- og høreproblemer.

Der er netværksgrupper over hele landet.

Der bliver hele tiden oprettet flere grupper.

De fleste netværksgrupper mødes hver 2. måned.

Der er også en netværksgruppe for dig!

Høreforeningen  
Kløverprisvej 10 B,  
2650 Hvidovre

Tlf. 36 75 42 00, telefontid hver dag 10-14  
[mail@hoeforeningen.dk](mailto:mail@hoeforeningen.dk)

Protector: Hans Kongelige Højhed Kronprinsen

 høreforeningen

# NET VÆRKS GRUPPER

et tilbud til  
Høreforeningens  
medlemmer

# HØREFORENINGENS NETVÆRKSGRUPPER

En mulighed for alle med lyd- og høreproblemer



I Høreforeningens netværksgrupper kan du møde ligestillede og udveksle erfaringer om lyd- og høreproblemer, f.eks. hørenedsættelse, tinnitus, lydfølsomhed og menière.

## HVAD ER EN NETVÆRKSGRUPPE?

Grupperne består af tre til ni personer, der er matchet i forhold til deres livssituation og behov. De bor i samme område/by og mødes privat hos hinanden ca. hver anden måned. Deltagerne mødes og udveksler erfaringer om det at have lyd- og høreproblemer, f.eks. brug af høreapparater og hjælpemidler. Der er netværksgrupper over hele landet, og der bliver løbende oprettet flere.

» .... jeg får rigtig meget ud af at møde nogen, som VED og FORSTÅR, hvad jeg taler om og oplever. Det er guld værd.«

- Deltager i netværksgruppe

Generelt taler man i grupperne om høreproblemer, både i erhvervslivet og privat, udveksler erfaringer og bruger gruppen til sparring om f.eks. hjælpemidler, individuelle hørehensyn, høreomsorgen, det sociale system, eller hørestrategier. Desuden er socialt samvær en vigtig del af møderne i alle grupperne, og i langt de fleste grupper har man talt om de hørehensyn, medlemmerne hver især har behov for. Og så er der mange, der mailer sammen mellem møderne.

» Det har været givtigt for mig at kunne snakke problemer i forhold til uddannelsen. Det er klart, at de samtaler har bidraget til en større accept af vores handicap.«

- Deltager i netværksgruppe

Grupperne bruger ikke dagsordener, men nogle aftaler ind imellem et emne, de diskuterer ved næste møde. Nogle læser artikler eller bøger og debatterer dem, inviterer pårørende med til et møde, deltager i Høreforeningens arrangementer, går i biografen mv.

» Jeg finder mennesker, der puffer til mig, diskuterer løsningsmodeller med mig eller griner sammen med mig.«

- Deltager i netværksgruppe

» Jeg får mange små fif, som gør dagligdagen nemmere, og jeg får oplevelsen af, at hvis hun kan, så kan jeg også.«

- Deltager i netværksgruppe

## SÅDAN OPRETTER GRUPPERNE

Grupperne sammensættes på baggrund af et personligt match, f.eks. alder, uddannelsesniveau, interesser, humor, aktivitetsniveau. Når der er matchet mindst tre medlemmer, får de en mail med en kort beskrivelse af de øvrige. Hver især svarer så tilbage, om de har lyst til at mødes med de andre. Hvis ikke,

bliver de matchet med en anden gruppe. En af netværksmedarbejderne hjælper grupperne i gang og deltager i gruppens første møde, men derefter kører grupperne selv videre.

» Det er skønt, I virkelig gør en indsats for at få folk til at matche, for det er afgørende for, at grupperne fungerer »

- Deltager i netværksgruppe

## KOM MED I EN NETVÆRKSGRUPPE I HØREFORENINGEN

Hvis du er interesseret i at komme med i en gruppe i Jylland eller på Fyn, skal du sende en mail til [netvaerk.vest@hoereforeningen.dk](mailto:netvaerk.vest@hoereforeningen.dk)

Vil du med i en gruppe på Sjælland og øerne samt Bornholm, skal du skrive til [netvaerk.oest@hoereforeningen.dk](mailto:netvaerk.oest@hoereforeningen.dk)

I mailen skal der stå lidt om dig selv: Alder, familie, uddannelse/erhverv, fritidsinteresser, og lyd- og høreproblemer. På den baggrund bliver du matchet med en gruppe.

Læs mere om netværksgrupperne på Høreforeningens hjemmeside: [www.hoereforeningen.dk/netvaerksgrupper](http://www.hoereforeningen.dk/netvaerksgrupper)

Ja, jeg vil gerne være medlem af Høreforeningen.

- Personmedlemskab 260,00 kr. årligt (2009)  
 Familiemedlemskab 390,00 kr. årligt (2009)

Navn: .....

Adresse: .....

Postnummer: ..... By: .....

E-mail: ..... Tlf: .....