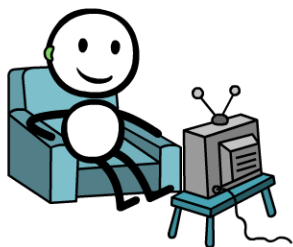


# GODA RÅD

## TILL DIG SOM HAR BÖRJAT ANVÄNDA HÖRAPPARATER



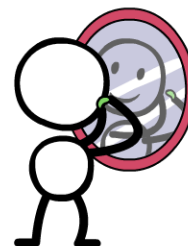
BÖRJA TRÄNA MED APPARATERNA I LUGN MILJÖ I FÖRSTA HAND (T.EX. VID TV:N ELLER RADION). ANVÄND DEM OCKSÅ I MILJÖER SOM DU OFTA VISTAS I.



KOMPLETTERA MED SAMTALSSTRATEGIER NÄR DU TALAR MED ANDRA.



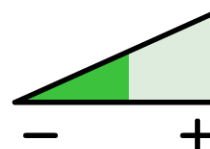
LÄS HÖGT FÖR DIG SJÄLV UR EN BOK SÅ VÄNJR DU DIG SNABBARE VID DIN EGEN RÖST.



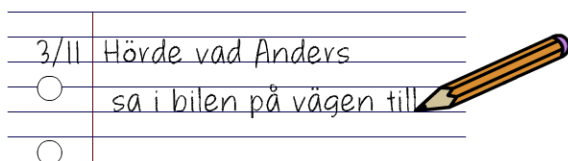
ÖVA FRAMFÖR SPEGELN MED ATT FÅ I HÖRAPPARATERNA KORREKT. DET ÄR VIKTIGT ATT DE HAMNAR RÄTT OCH KOMMER TILLRÄCKLIGT LÅNGT IN.



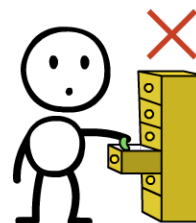
SVÅRT ATT HÖRA MED HÖRAPPARATER I TELEFON? PROVA ATT HÅLLA TELEFON LITE LÄNGRE UPP MOT HÖRAPPARATERNAS MIKROFONER.



ÄNDRA INTE SÅ MYCKET MED VOLYMEN. DET ÄR INTE MENINGEN ATT DU SKA HÖRA LJUDET STARKARE ÄN NÅGON MED NORMAL HÖRSEL.



SKRIV GÄRNA NED VAD DU UPPLIVER I EN "LJUDDAGBOK" SÅ KAN DU FÖLJA DIN TILLVÄNJNING AV LJUDET.



KÄNNS DET MOTIGT? TA EN PAUS. MEN UNDVIK ATT LÅTA HÖRAPPARATERNA BLI LIGGANDES I BYRÅLÅDAN!