

Postpensjonistene i Østfold

PROTOKOLL/REFERAT FRA ÅRSMØTE DEN 06.MARS 2014 kl 15.00.

Det 24. årsmøte i Østfoldavdelingen av PPF ble avholdt på Fritznerbakken Aktivitetssenter i Sarpsborg.

Leder Yngvar Bekkerud kunne ønske 50 medlemmer vel møtt til årsmøtet 2014. Han opplyste at møtet ville bli tre-delt med følgende dagsorden:

1. Kåseri ved eldreoverlege Monica Olsson i team forebyggende i Sarpsborg kommune
2. Årsmøte med dagsorden i følge vedtektene
3. Medlemsmøte med vekt på diskusjon omkring turer i 2014.

1. KÅSERI

Eldreoverlege Monica Olsson holdt et meget interessant og tankevekkende foredrag omkring demens. Hun åpnet med å fortelle at hun også hadde en kort fortid som postbud i Sverige, men hadde nå jobbet i Sarpsborg kommune siden slutten av 1980-tallet.

Demens er en sykdom som rammer hjernen og som det i dag dessverre ikke finnes botemiddel for. Det finnes medisiner som kan avlaste og forsinke sykdommen litt, men sykdommen går egentlig sin triste gang. Og i siste ende er det en dødelig sykdom. Det er også en sykdom som i all hovedsak rammer eldre.

Demens eller senilitet er egentlig en form for aldring og som tidligere har hatt lett for å bli oversett og ikke tatt alvorlig. Demens er ikke normalt og i dag har ca. 15 % av landets 70-åringer demens og nesten 20 % av 80-åringene. Sykdommen kan starte allerede i 40-årene og det er en viss fare for arvelighet.

Demens rammer ikke bare de syke, men den rammer også de pårørende som skal hjelpe de demenssyke. Det er derfor viktig at de pårørende også kan få avlastning i sitt omsorgsarbeid.

Det finnes flere typer demens og Alzheimer er den vanligste med ca. 60% av de demente. Det er en hjerne-organisk sykdom hvor nerveceller i hjernen ikke har noen kommunikasjon og som følge av dette dør. Det er imidlertid en liten mulighet for å trene opp deler av hjernen igjen. Vi kjenner ikke den egentlige årsaken til denne sykdommen og kan bare håpe på at forskerne skal løse gåten.

Ca. 20 % av de demente har det som kalles vaskulær demens, det vil si det i hovedsak er hukommelsen som rammes. Men glemsomhet er også en normal alderdomssvekkelse slik at det kan være vanskelig å skille mellom demens og alderdomssvekkelse.

En demenssykdom bare utvikler seg, de syke får ikke tilbake tidligere evner.

Hva kan så gjøres for å forhindre demens? Olsson sa at alt som er godt for hjertet som mosjon, ikke-røyking, sosial aktivitet og et sunt kosthold også forebygger demens. Alkohol kan skade hjernen og gi demens. En negativ livsstil kan framskynde demens. Hjernetrim som lesing, kryssord o.l er viktig for å holde hjernen i aktivitet.

Olsson presiserte at det var viktig ikke å legge press og krav på de syke; gi heller omsorg og nyt tiden sammen med de syke. Sørg for felles opplevelser her og nå. Ikke spør om ting i fortiden, men snakk om dagen i dag og dagligdagse ting som den syke kan kjenne seg igjen i. Det nytter ikke å belære de syke og få de til å gjøre ting de har glemt.

Yngvar Bekkerud takket overlege Monica Olsson for det informative og interessante foredraget og overrekte en liten gave som takk.

2. ÅRSMØTE

1. Åpning/konstituering:

Innkalling til årsmøtet var sendt ut 12.februar og det var ingen bemerkninger til dette og årsmøtet var dermed lovlig satt. Årsmøtet konstituerte seg med at Yngvar Bekkerud ble valgt til dirigent og Odd Gulbrandsen til sekretær. Leder ba deretter om at forsamlingen reiste seg og hedret de 6 medlemmer som var gått bort siste år med ett minutt stillhet.

Johs. Skjervengen tok ordet til forretningsordenen og spurte hvorfor det ikke ble brukt mikrofon. Leder kunne bare beklage at mikrofon og høyttaler ikke fantes i lokalet og beklaget også andre mangler ved lokalet.

2. Årsberetning for 2013:

Sekretæren leste årsberetningen som viste en nedgang i medlemstallet på 3 til 283 medlemmer ved årsskiftet. Beretningen viste at det var avholdt 10 styremøter, 4 medlemsmøter, en dagstur og en 5-dagers tur til Bornholm.

Det ble fra Kjærnes pekt på at foreningen burde være mer aktiv med å få inn kandidater i eldrerådene omkring i fylket. Det ble også pekt på at eldrerådene velges av kommunestyrene rundt omkring. Leder opplyste at det hadde vært vanskelig å få kandidater til å være med i eldrerådene, men at det nye styret ville ta opp dette.

Med denne kommentaren ble årsberetningen godkjent

3. Regnskap for 2013

Kasserer leste opp regnskapet som viste et overskudd på kr.14.236,75. Overskuddet ble vedtatt overført til jubileumsfond. Regnskapet er revidert og ble godkjent uten merknader.

4. Handlingsplan/Arbeidsplan

Sekretæren viste til den framlagte handlingsplanen og sa at den var satt opp med utgangspunkt i Norsk Postpensjonistforbunds plan og i hovedsak fulgte opplegget i fjorårets plan. Handlingsplanen ble godkjent uten merknader.

5. Budsjett

Ved en inkurie var styrets budsjettforslag ikke kommet med til årsmøtet. Kasserer opplyste at budsjettet i all hovedsak fulgte budsjettet for 2013. Han foreslo at fullstendig budsjett legges fram på neste medlemsmøte og dette ble godkjent.

6. Valg

Valgkomiteens forslag ble enstemmig bifallt og ga følgende resultat:

Leder	Yngvar Bekkerud	Gjenvalg	1 år
Nestleder	Sven J. Jørgensen	Gjenvalg	2 år
Sekretær	Odd Gulbrandsen	Ikke på valg	1 år igjen
Kasserer	Arne Hageengen	Gjenvalg	2 år
Styremedlem	Kari Krosby	Ikke på valg	1 år igjen

Varamedlem	Willy Haakafoss	Ikke på valg	1 år igjen
Varamedlem	Torhild Rygge	Ny	2 år
Revisor	Ester Syversen	Gjenvalg	2 år
Revisor	Mildred Brynhildsen	Ikke på valg	1 år igjen
Varamedlem	Arild Bjørnsen	Gjenvalg	2 år
Varamedlem	Marit Lystad	Ikke på valg	1 år igjen
Kaffekomite	Ester Syvertsen	Gjenvalg	1 år
	Marit Lystad	Gjenvalg	1 år
	Ann Lisbeth Simensen	Gjenvalg	1 år
	Unni Jansen	Gjenvalg	1 år
	Grethe Borgmo	Gjenvalg	1 år
Valgkomite	Åge I Evensen	Ikke på valg	1 år igjen
	Anne Marie Baardsgaard	Gjenvalg	2 år

Årsmøtet ble avsluttet ved at leder Yngvar Bekkerud takket for tilliten ved at årsmøtet hadde gjenvalgt han som leder.

3 .MEDLEMSMØTE

Etter et avbrekk med nydelig servering og et par allsanger samt loddsalg, fortsatte møtet med et medlemsmøte.

Sekretæren refererte tre innbydelser fra Postens Pensjonistforbund:

- Nordisk Postseniortreff 11-15.08.14 i Dalsland Sverige
- Nordisk Bridgeturning i Helsingborg 9-12.05.2014
- Nordisk Golfturning på Lundsbrunn Kurort i Sverige 19-23. mai 2014.

Han ba om at interesserte snarest meldte fra til han som vil sende påmelding til Postens Pensjonistforbund.

Sekretæren viste til spørreundersøkelsen om turer og at den viste flertall for å arrangere to turer. Øverst på ønskelisten for dagstur sto Eidsvollsbygningen og tur på Mjøsa med Skiblådner. Undersøkelser viste imidlertid at dette var vanskelig å gjennomføre fordi det ville bli for lang kjørestrekning samt at Eidsvollsbygningen var fullbooket til langt ut på høsten.

Flere alternativer ble diskutert bl.a. Dalsland, kanal, Koster og Lysekil med Havets hus. Flere ønsket Telemarkskanalen og det forslaget hadde også nest flest stemmer fra spørreundersøkelsen. Noen mente at vi måtte ta to dagers tur med overnatting i Dalen for å få fullt utbytte av Telemarkskanalen. Styret fikk derfor i oppdrag å innhente tilbud både på en – og todagers tur på Telemarkskanalen..

Når det gjaldt høsttur viste spørreundersøkelsen at de fleste ønsket en utenlandstur og Gotland fikk flest stemmer. Forsamlingen mente imidlertid at Gotland ville bli for likt fjorårets tur. Både Rhin-og Moseldalen var foreslått i undersøkelsen, men sekretæren viste til at en slik tur ville koste opp mot 10 000 kr. pr. person og at det ville bli mye busskjøring. Hageengen ønsket helst at vi skulle dra til ett sted og bo fast der og dette var forsamlingen enig. Etter litt diskusjon fikk styret i oppdrag å innhente tilbud på en tur til Riga i slutten av august.

Deretter var det tid for trekning av utlodningen. Kasserer takket for et flott loddsalg som ga en bruttoinntekt på 4000 kroner.

Tradisjonen tro hadde leder laget en artig quiz, denne gang med året 1814 som tema. Til tross for svaralternativer var spørsmålene vanskelig, men quizen ga tilsiktet hjernetrim.

Til slutt takket leder alle for oppmøtet og ønsket alle sammen vel hjem.

**Moss den 7.mars 2014
Odd Gulbrandsen, referent.**