



NYHETSBREV

2024

Kjære medlem!

Nå går vi en varmere tid i møte, med rom for å være mer ute og for mer sosiale begivenheter. I skrivende stund skinner sola godt her i solbyen Sarpsborg, med blå himmel så langt øyet kan se. I denne anledning vil vi i Pensjonistforbundet Østfold orientere litt om inneværende årsmøteperiode.

Årsmøtet 2024

Pensjonistforbundet Østfold avholdt sitt årsmøte den 21. mars på Vonheim Samfunnshus i Skiptvet. Der var det duket for en vakker kulturåpning og flotte innslag fra blant annet ordfører i Skiptvet kommune; Cecilie Agnalt, Pensjonistforbundet sentralstyremedlem, andre nestleder; Bjørn Egeli og seniorrådgiver; Håkon Ødegaard fra Norsk folkehjelp. Det var totalt 63 møtende, der 53 av disse var stemmeberettiget – takk for et flott møte nok en gang til dere som deltok!

Til dere som ikke deltok, kan dere klikke dere inn på aktuelle linker med info fra årsmøtet her:

- **Se gjerne på sakene fra årsmøtet via våre nettsider her:**

[ÅRSMØTE 2024](#)

- **ÅRSMØTEPAPIRER**
 - [ÅRSMØTEDOKUMENTER](#)
 - [ÅRSMØTEPROTOKOLL](#)

Det er også delt en del på Facebook og for å være oppdatert må dere gjerne følge oss der:

Dersom du vil ha link direkte til siden vår for å like den, finner du den her:

[\(2\) Pensjonistforbundet Østfold | Sarpsborg | Facebook](#)

Det var en flott gjeng! Vi fikk god orientering og underholdningen likeså! Takk til alle de som gjorde møtet så vellykket!

Postadresse:

Pensjonistforbundet Østfold
St. Mariesgate 47
1706 SARPSBORG

Besøksadresse:

St. Mariesgate 47
1706 SARPSBORG

Epost:

Ostfold@pensjonistforbundet.no
www.pensjonistforbundet.no

Telefon: 90841270
Mobil: 97340101
Kontoret: 69001444

Bankgiro: 1030 04 19580
Org.nr.: 982 932 653

På årsmøtet ble følgende valgt som styremedlemmer:

Styret:

| | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|------------|
| Leder Bjørn Eriksen | Tune og Rolvsøy Pensjonistforening | 2 år |
| 1. Nestleder Eva Svendstad | Eidsberg Pensjonistforening | 1 år igjen |
| 2. Nestleder Per Edvardsen | Pensjonistforbundet Fredrikstad | 2 år |

Styremedlemmer:

| | | |
|------------------|-------------------------------------|------------|
| Thore Olsen | Østfold H&K Pensjonistforening | 2 år |
| Astri Myhrvang | Direkte Medl. Østfold | 1 år igjen |
| Solbjørg Lervik | Østfold fylkeskom. Forening avd.027 | 1 år igjen |
| Kjell Ingvaldsen | Pensjonistforbundet Fredrikstad | 2 år |

Varamedlemmer:

| | | |
|--------------------|--|------|
| 1. Kari Ørnø | Spydeberg Pensjonistforening | 1 år |
| 2. Anita Erlandsen | Fagforbundet Fredrikstad Pensjonister og Uføre | 1 år |
| 3. Thorbjørn Olsen | Pensjonistforbundet Sarpsborg | 1 år |

Kjell Ingvaldsen døde 4. juni

Styremedlem Kjell Ingvaldsen ble akutt syk under styrets samling mandag 3. juni og døde kvelden tirsdag. Kjell var med å prege samlingen med kloke innlegg og ikke minst med historier og latter helt til han fikk et illebefinnende sent mandag kveld.

Våre tanker går til Kjells nærmeste familie. Vi lyser fred over Kjells minne.



Medlemstur 2024:

Pensjonistforbundet Østfold har i år for første gang invitert til medlemstur til Storefjell Resort hotell i tiden 10.-14. juni 2024.

Storefjell har flott beliggenhet, fine turstier, god mat, svømmebasseng og sauna og god underholdning på kveldene.

Det var over 80 medlemmer påmeldte og vi gleder oss til å høre hvordan samtlige har hatt det! Mer informasjon om turen finner du på linken under, eller ved å følge oss på Facebook.

Medlemstur 2024

Klikk [her](#) for mer info om medlemstur!



Kurs og opplæring

Vi informerte lokallagene tidlig i år, om mulighetene for kursing gjennom vårparten og det har i år vært svært populært. Vi har hatt fullsatte møterom og vel så det, og det har vært flere gode tilbakemeldinger og ønsker om oppfølgingskurs.

Oversikten ser slik ut:

- Styrekurs dag 1 og 2
 - Pensjonistforbundet Østfold inviterte til to runder med styrekurs, hvor det var stor pågang. Styrekurs dag 1 var med Rune Ramsli som kursholder, vel kjent i denne rollen under dette tema. Styrekurs dag 2 var hovedsakelig med fylkessekretær som kursholder, hvor tema gikk mer på det digitale og bruken av tillitsvalgte verktøy.
- Kassererkurs
 - Pensjonistforbundet Østfold inviterte inn til kassererkurs i mai, med Jørn Karlsen, økonomisjef i forbundet sentralt som kursholder. Her var det stor pågang med mange interesse og mye lærdom både for kasserere og ledere.
- Eldreråds kurs
 - Pensjonistforbundet Østfold har og vil fortsette å invitere til eldreråds kurs i regi av fylkestyret med Rune Ramsli som kursholder. Likevel er det kontinuerlig arbeide med eldreråd og oppfølging også via samarbeid med rådene også gjennom blant annet lederforum og annen viktig oppfølging og kontakt mellom forbundet og eldrerådene både på kommunalt og fylkesnivå.
- Lederkurs høst 2024
 - Pensjonistforbundet Østfold vedtok under årsmøte å gjennomføre et prøveprosjekt om bidrag til honorarer til lokalstyrene. I samme prosjekt er det også vedtatt å prøve ut en form for lederkurs som hovedsakelig vil være til for å veilede lederne i lokallagene. Kurset vil gå over flere dager, der det er samarbeid med flere kursholdere og AOF Østfold, samt flere. Det er også avtalt å avslutte kursperioden med ett besøk på Stortinget for å møte Presidenten.
- Valgkomitekurs høst 2024
 - En viktig rolle i alle organisasjoner som har valgte verv, er nettopp den jobben valgkomiteen gjør ved nye årsmøteperioder og valg av tillitsvalgte. Derfor har Pensjonistforbundet Østfold invitert til valgkomitekurs høsten 2024.

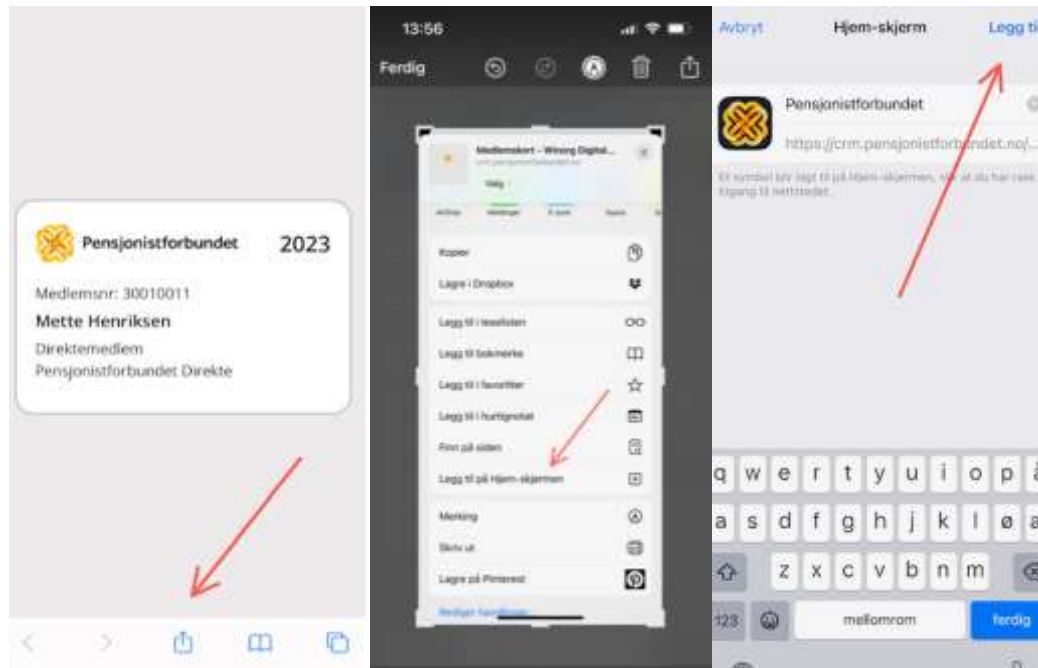
MEDLEMSKORT PÅ SMS

Vil også minne dere om ordningen med medlemskort på sms.

Send kodeord Medlemskort til 2380, og du vil få en sms tilbake med link til medlemskortet.

Medlemskortet kan lagres på din hjemskjerm, eller du kan ta skjermbilde av medlemskortet.

Slik lagrer du medlemskortet på hjemskjermen;



Om du føler disse stegene vil den nå legge seg som en egen «app» på telefonen din.

Dersom du ønsker å delta på kurs eller ønsker veiledning i ditt nærområde, så ta kontakt!

INFORMASJON OM FACEBOOK OG INSTAGRAMS KI-TRENING - HVA ANBEFALER

PENJONISTFORBUNDET

Her kan dere få en viktig orientering delt av Pensjonistforbundet om Metas plan for bruk av innlegg og bilder, som flere kanskje har sett andre spre informasjon om på Facebook:

Pensjonistforbundet benytter Facebook og Instagram som informasjonskanaler for å nå blant annet medlemmer og mulig nye medlemmer. Dette ønsker vi foreløpig å fortsette med.

I det siste har det vært mye oppmerksomhet rundt Metas (Facebook og Instagram) plan om å bruke innlegg og bilder for å trene sin kunstige intelligens. Vi oppfordrer medlemmer, fylkes- og lokalforeninger i Pensjonistforbundet til å protestere/reservere seg mot dette.

Her kan du lese mer, og finne direkte lenker til de to skjemaene, under overskriften «Slik protesterer du»: <https://nrkbeta.no/2024/06/06/forbrukerradet-med-koordinert-klage-mot-metas-ki-trening/>

- I fritekstfeltet anbefaler vi å skrive: «**Jeg tillater ikke at Meta bruker min informasjon eller bilder til å trene kunstig intelligens.**»
- Dersom du er admin for sider, kan du tilføye: «**Det samme gjelder alle sider jeg har ansvar for som administrator**».
- NB. Dersom du bruker både Facebook og Instagram, må du sende inn begge skjemaer.
- Frist for å sende inn dette er 26.juni.

Generelt om innstillinger

Det er alltid viktig å sjekke innstillingene sine på Facebook og Instagram, og holde disse oppdatert, for å beskytte ditt personvern og sikkerhet.

Vær også alltid bevisst på hva du deler i sosiale medier, siden offentlig informasjon kan bli sett av mange og få konsekvenser.

Kontorets kontaktinfo

Epost: Ostfold@pensjonistforbundet.no

Tlf: 69001444

Telefonens åpningstider i perioden 15.mai-15.september er mandag til torsdag 08.00 – 14.30.

Er det noe du lurer på, så ikke nøl med å ta kontakt! 😊



Med vennlig hilsen
Pensjonistforbundet
Østfold