

## **Postpensjonistene i Haugesundsregionen**

**NOTAT** fra medlemsmøte 07. oktober 2021 i Norsk Folkehjelps lokaler i Haugesund

**Til stede:** 39 medlemmer

**Øyvind Heggland** åpnet og ledet møtet. Han ønsket velkommen til det første medlemstreffet etter korona.

Innkalling ble godkjent. Øyvind presenterte styret som har mange nye i år.

Vi hadde besøk av Turid Iversen som er Klinisk ernæringsfysiolog. Hun tok utgangspunkt i at vi har tre hovedgrupper som må med ved et godt kosthold. 1. Kjøtt/fisk, 2. Grønsaker og 3. Alle fordelt på 3 like deler. Det er viktig å spise seg mett ved hvert måltid. Ellers vil en lett småspise hele dagen. 5 om dagen av frukt og grønsaker i løpet av dagen er viktig å få i seg – 100 gram av hver.

Hun sa også at det var viktig å bevege seg i minst 30 min. hver dag. Det var et underholdende foredrag og viktig å få med seg i hverdagen.

### **Referater og Skriv:**

Det ble informert fra landsstyremøte/avdelingsledermøte som hadde fokus på planer framover – hva nå - og digital opplæring av styrene. Det settes i gang et 2 dagers opplæringsprogram i data og nettsidene for alle styrene. Vårt styre har allerede hatt denne opplæringen som prøvekaniner. Det var 3 ganger på Zoom og en dag i Haugesund. Meget nyttig. Det satses også på å få tilby dataopplæring for alle.

**Øyvind/Irene takket for godt oppmøte og ønsket vel hjem.**

**Åresalget:** kr. 2665.-

Matpenger: kr. 975,-

Neste møte er: 11. november 2021

Røyksund 11.10.2021 Irene Myklebust, referent

## **Postpensjonistene i Haugesundsregionen**

**NOTAT** fra medlemsmøte 11. november 2021 i Norsk Folkehjelps lokaler i Haugesund

**Til stede:** 32 medlemmer

**Irene Myklebust** åpnet, ønsket velkommen og ledet møtet.

Innkalling og notat fra medlemstreff 07.10.2021 ble lest opp og godkjent.

Irene opplyste at det blir ingen sang denne gangen på grunn av økende koronasmitte.

Vi fikk besøk av Agnar Bruntveit som er vår representant i Eldrerådet i Haugesund kommune. Han informerte oss om Eldrerådet og saker de hadde hatt oppe i rådet.

- Lovbestemt (Kommuneloven) 2016 at det skulle opprettes eldreråd/råd for funksjonshemmede i kommunen/fylkeskommunen.
- Rådet ble opprettet i 2019 og konstituert i 2020 i Haugesund kommune.
- Består av 5 personer
- Bussforbindelser til sykehjemmene, Risøy og Bakarøy ble tatt opp i første møte.
- Etter dette nedstenging p.g.a. covid 19
- Har også hatt møte med Vegsjefen, Parksjefen og Kirkeverge ang.framkomst med rullator og lignende, samt plassering av flere benker for hvile.
- Jobber også for at Haugesund skal være en aldersvennlig by, at folk kan bo lengst mulig hjemme, rekruttering av mer personale til kommunen.
- Mangel på fastleger-problematikken.

### **SPØRSMÅL/INNSPILL ETTER FOREDRAG:**

- Haugesund bør ha sitt eget krematorium
- Store busser/leddbuser unødvendig. Forslag: Minibusser
- Haugesund bør ha en helsestasjon for eldre

Som takk ble det overrekking av blomster til Agnar

### **Eventuelt:**

\* Irene informerte om arbeidet med Postens Pensjonistforbund sine nettsider – postpensjonistene.no - og viste pålogging og hva siden inneholder.

\*Julemøte blir i år på onsdag den 15.12.2021 samme tid og sted.

**Irene ønsket Vel Hjem!**

**Årsalget:** kr. 2220.- Matpenger: kr 775,-

Røyksund 14.11.2021 Irene Myklebust, referent