

Tiden går så himla fort, sa jag till en vän! Fick rådet: "Sätt dig på en motionscykel så skall du se att tiden inte går särskilt fort!" ...

Nyss möttes vi på Folkhälsodagen på Tjörnbrö Arena. *Balansera mera* var temat och vi fick en hel del nyttigt med oss; Fotens betydelse för balans och konsten att falla rätt och inte minst Agnes Wolds vetenskapligt förankrade kunskaper och råd!!!

Sen dess har det hänt mycket! Nationell Distriktsordförandekonferens den 6–7 oktober handlade om hur behålla och rekrytera medlemmar, påverkansarbete i KPR och regionala P-råd. Förbundets undersökning om varför man väljer och väljer bort att vara medlem presenterades: Intressanta och roliga aktiviteter lockar merparten och många väljer att vara medlem som stöd för vårt äldrepolitiska arbete. Förmåner lockar. De som väljer bort känner sig av olika skäl inte välkomna. Projekt om Ålderism och åldersdiskriminering pågår och med anledning av det hade vi besök av Diskrimineringsombudsmannen.

Den 22 okt fastställde förbundsstyrelsen verksamhetsplan 2027. De övergripande målen är

- En stark och inkluderande organisation
- Seniorers inflytande i samhället
- Motverka ålderism, ofrivillig ensamhet och digitalt utanförskap
- Tillväxt och medlemsutveckling
- Synlighet och kommunikation

Rekrytering skall vara det huvudsakliga arbetet 2027 och förbundet och distriktet kommer på olika sätt att stödja föreningar i detta viktiga arbete bla genom distriktskonferens alternativt föreningsträffar på temat.

På Hjälmareds Folkhögskola 27 oktober nystartade vi jobbet med att utveckla vårt dialog- och påverkansarbete i kommunala och regionala pensionärsråd. Martin Engman, samhällspolitisk chef på förbundet gav oss många tips om hur man bedriver ett framgångsrikt påverkansarbete. Diskutera gärna Martins tips i era styrelser, bland förtroendevalda och medlemmar. Påverkan är inte exklusivt för de som sitter i pensionärsråden. Vi fick också en redogörelse för hur Hemtjänstindex är uppbyggt och vad det på ett enkelt sätt redovisar kvaliteten i Hemtjänsten. Nästa mätning publiceras den 8 december.

Gisela Fristedt, Catarina Olsson och Margareta Mattsson presenterade ett första utkast till *Handbok för KPR-arbete*, som diskuterades i grupper. Synpunkterna kommer att ligga till grund för det fortsatta arbetet.

Alingsås-föreningen *Hjortens Ukulelegrupp* underhöll i anslutning till lunchen. En riktig HIT!

AI- lättare än du tror, skriver Senioren i senaste numret. Den 25 november är alla inbjudna till en digital heldag om AI i styrelsearbete mm. Hoppas att många tar chansen att delta.

Planering för infoträffar om *Nära Vård och digitala hjälpmedel* pågår i distriktet. På tur står Mölndal, Härryda i november. Till våren fortsätter vi i Ale, Lilla Edet, Alingsås och Tjörn.

Bästa hälsningar från distriktsstyrelsen genom
Ann-Christine Baar