

Minnesanteckningar, månadsmöte SPF Seniorerna Rottne 26 maj 2023,  
57 deltagare.

Ordförande Mari-Anna Folkesson hälsade samtliga deltagare välkomna, samt presenterade våra gäster, föreläsare Maria Fogelström och underhållare Christoffer Escos. Därefter kort information om dagens program.

Maria Fogelström från Trafikmedicinska enheten i Region Kronoberg berättade om deras arbete. Enheten gör körkortsmedicinska utredningar för att avgöra om en person uppfyller Transportstyrelsens medicinska krav för ett körkortsinnehav. Detta för att kunna behålla sitt körkort efter skada och/eller sjukdom eller för att kunna skaffa ett körkort.

Enheten består av läkare, arbetsterapeut och psykolog. De samarbetar med en trafiklärare som är kunnig inom området. I de allra flesta fall görs ett förartest i verklig miljö eller ett förartest i körsimulator.

Läkarremiss krävs i de allra flesta fall för att genomgå utredning.

Maria gav oss många goda råd vid bilkörning så som blap planera sin körning i god tid, undvika rusningstid, dåligt väder, mörker och motorväg. Begränsa körning - inga långa sträckor. Kör inte fort men heller inte för långsamt. Vara alert och uppmärksam, använd alla tre speglarna. Fräscha upp sina kunskaper.

Efter föreläsningen delgavs vi en hel del information om aktuella evenemang av Mari-Anna:

- 8-12/5 ägde Folkhälsoveckan rum, några nya personer tillkom på boule och sång.
- 10/5 och 12/5 bussresa Åsnen runt, 13 samt 49 personer deltog från Rottne.
- Fågelskådning i Lunden med Johan Sandström uppskattades av 12 personer.
- Återträff 24/5 på Backsvalan under temat "Babypaket", 17 personer deltog.

#### Kommande aktiviteter:

- 31/5 "Uti vår hage" Hågerud (Sigvard och Erik)
- 2/6 Gökotta Ekebacken kl 07.00.
- 27/6 "Uti vår hage" Ormesberga – Ängariket.
- 25/8 Upptaktsmöte/månadsmöte - kolla app, hemsida och affischering.

- Erbjudande har kommit från Göran Boll "I am yoga", medicinskt yogaprogram för äldre, att testa fritt i 30 dagar.

[https:// www.iamyoga.online](https://www.iamyoga.online) Därefter 90:-/månad.

Fika med välsmakande mackor och lottdragning stod näst på tur i programmet.

- "Möjlighetprojekt" - hitta nya aktiviteter för att hitta nya medlemmar.

Vad är välbefinnande för dig? Detta diskuterades vid respektive bord under fiket och svaren vidarebefordras till Distriktsstyrelsen..

Så var det då dags för vår andra gäst, trubaduren och imitatören Christoffer Escos att med sin gitarr och sångröst framföra all sköns blandning.

Han hyllades med stående ovationer och applåder för sitt väl valda och varierande program.

Avslutningsvis tackades dagens gäster med var sin blomma.

Vid minnesanteckningarna

Margaretha Sörensen