



Centrala Huddinge

Månadsmöte med PRO Centrala Huddinge

Tid: 28 februari 2024, Plats: ABF huset Huddinge

Närvarande: 42 medlemmar varav två nya medlemmar närvarade och hälsades välkomna.

Minnesnoteringar:

Christina Jansén ordförande hälsade alla välkomna till månadsmötet.

Ett välkomstblad var utdelat till mötesdeltagarna som innehöll information om dagens program.

Program för mötet

- Information om anhörigstöd Huddinge kommun
- Information från styrelsen
- Kaffe/Te
- Lotteridragning

Kommande möte blir onsdag 20 mars Årsmöte och torsdag 2 maj Månadsmöte

Information om anhörigstöd genom Huddinge kommun

Representanter från Äldreomsorgen informerade om stöd till Anhöriga Stödjer, hjälper eller vårdar du en närstående? Då kan du själv behöva stöd och avlösning. I Kommunen finns anhörigstöd som kan informera dig om stöd och hjälp du kan få. Ungefär var femte vuxen person i Sverige befinner sig i en sådan situation. I Huddinge skulle det vara ca 16 000 personer som omfattas. Ca 70% av vården och omsorgen i samhället står anhöriga för. När man är i den situationen att man stöder och hjälper en anhörig är man själv i en riskgrupp för ohälsa. Så det som det gäller här Rollförändringar i ett förhållande kan innebära nya påfrestningar och nödvändiga förändringar i t.ex. boendeförhållanden. Man kan känna sig ensam i de nya förhållandena och kan behöva stöd. Då kan vi komma in och hjälpa till.

Vi är en serviceinsats vilket betyder att vi dokumenterar ingenting och det kostar ingenting. Vi ger information, vägledning eller bara någon att prata med hur man har det. Man kan få hjälp med kontakt med andra som är i liknande situation. Det finns flera kontaktgrupper av olika typ. Vi pratar högt och lågt skrattar och gråter.

Det finns en hemsida "Nationellt kompetenscentrum anhöriga" <https://anhoriga.se>

Där finns webinarer inom flera anhörigområden.

Det finns även hemsida [Anhörig Huddinge](#) med mycket information i ämnet.

Vi har på hemsidan en kontakttjänst. Där kan man fylla i uppgifter så ringer vi upp.

Det är viktigt att man som anhörigstödjare inte glömmer bort att sköta sin egen hälsa. Det är viktigt.

Fråga ställdes om Hemvårdsbidraget. Det är borttaget från 1 januari.

Politiskt beslut.

Hör av er om ni har frågor. Ni är hjärtligt välkomna.

Anhörigkonsulent: 08-535 336 35

Anhörigsamordnare: 08-535 336 36

Biståndshandläggare/Socialsekreterare 08-535 300 00

Information från styrelsen

Christina:

Café Vi har ett café en gång i månaden på lördagar i vår lokal. Nästa gång 16 mars kl 11.

Bingo: Varannan Söndag i vår lokal. Vi var 28 st senast. Nästa tillfälle 3 mars kl 14
Kostnad 20 kr för Kaffe och bröd, och 20 kr/Bingobricka

Resor:

Anmälningar till Yvonne Lissdal 070-754 64 16 eller Christina Jansén 073 586 55 74.

Skokloster 27 juni. 475 kr tor Mat på båten 185 kr eller Kafé med mackor.

Anmälningar emotses.

Ullared: 15-16 maj. Se programbladet för detaljer. Anmälan senast 22 mars

Samorganisationen PRO Huddinge resor

Drottningholms slott och Långholmen

18 mars. Guidning av slottet som är världsarv. Lunch Lovö Bistro. Guidning av fängelset. 1325:- **Boka senast 18 feb.**

Åland 30-31 maj.

Pommern och Stallhagen

Övernattning i Mariehamn. Öfvergård och Bomarsund.

Pris: 3795:- Anmälan senast 30 april

Väddö gårdsmejeri och Albert Engström muséet Grisslehamn 15 maj

Pris 1250:- Anmälan senast 3 april.

Norrtelje bränneri 5 juni, Visning och lunch och möjlighet till provsmakning.

Pris: 855:- Anmälan senast 25 april

Värskäl gård och Magdakullan 13 juni

I Bettna visas nya Karolinergården

I Värskäl Gård serveras lunch.

Ekologisk odling och djurbruk i Näshulta, Eskilstuna.

Pris: 995:-Anmälan senast 1 maj

Pensionärsrådet

Eva-marie Björkbacka (Vår representant i rådet) meddelar att det har framförts mycket klagomål på vinterväghållningen och man har nu inför kommande upphandling fått med två representanter en från SPF och en från PRO som ska föras dialog med om upphandlingen av kommande väghållning.

Beredskap

Gunnar Viktorsson:

Jag läste i DN i fredags att MSB yttrat sig om att företag skor sig på folks oro. Ett problem är att företag som säljer krislådor använder MSB i sin marknadsföring. Så man får uppfattning att MSB rekommenderar t.ex. en viss Vevradio vilket de inte har gjort. Rent allmänt så behöver man inte ha en vevradio säger MSB utan det går bra med en enkel batteriradio. Då slipper man veva också.

MSB har tillåtit att de enda som får använda deras broschyr i sina lådor är TCO, SACO och LO samt PRO som säljer "Folklådan"

Folklådan säljs av PRO under PRO mervärde. Den kostar 1100 + frakt.

MSB rekommenderar "Bra appar att ha på sin mobil" En lista över dessa var utdelad på mötet. Se nedan

Rädda hjärtat

Hjärt- och Lungfondens app med instruktioner i hjärt-lungräddning och information om hur man använder en hjärtstartare. Här kan du även söka efter närmsta hjärtstartare via Sveriges hjärtstartarregister.

Ansvarig myndighet/organisation: Hjärt- och Lungfonden.

Krisinformation.se

Vår egen app med information från myndigheter före, under och efter en allvarlig händelse eller kris. Innehåller även vädervarningar och information om trafikolyckor. Du kan ställa in i appen så att du bara får VMA (Viktigt meddelande till allmänheten) och annan information som gäller det län där du bor eller befinner dig.

Ansvarig myndighet/organisation: Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)

Sveriges Radio Play

När det går ett VMA (Viktigt meddelande till allmänheten) läggs informationen upp i appen. Om du är berörd av ett VMA kan du dessutom snabbt få mer information från din lokala P4-kanal.

Ansvarig myndighet/organisation: Sveriges Radio

Röda Korset Första Hjälp

Enkla steg-för-steg-instruktioner med videoklipp för de vanligaste nödsituationerna som exempelvis allergiska reaktioner, brännskador, stroke eller benbrott. Innehåller även tips på förebyggande åtgärder och kunskapstester.

Ansvarig myndighet/organisation: Röda Korset

Även bra appar enligt MSB

SMHI Väder, Trafiken.nu, UD Resklar

Lotteridragning

Kaffebiljetter till nästa möte drogs på entrébiljetterna och

Varulotteri med flera vinster och där högsta vinsten var en välfylld

Varukorg

Nästa möte

20 mars kl 13 i ABF Blå salen Årsmöte

Noteringar av Gunnar Viktorsson Sekreterare 073 983 47 86