

SPF Seniorerna Markbygden.

Ordföranden Lena Martinsson välkomnar 30 personer till KSK-stugan, Kinnaström den 15 maj. Hon informerar bl.a. om sitt samtal med kommunalrådet Thomas Ekberg ang. Hemtjänstindex. Hon påminner också om föreläsningar på nätet under SPF Seniorernas Folkhälsovecka 20–24 maj. Helen Frostholm uppmanar alla att kolla sin e-mail så att de får alla utskick.



När Joakim Jenssen, instruktör från Civilförsvarsförbundet, väl har infunnit sig, talar han engagerat utifrån sin breda militära och civila erfarenhet om Hemberedskap och om hur vi ska klara tillvaron i kristider. Ansvarsprincipen reglerar kommunens ansvar för att allt ska fungera som vanligt. Framför allt för barn och äldre. Sjukvård, transporter, post, sophämtning ska fungera. För vår enskilda överlevnad krävs: syre, vatten, mat, värme, sömn och information. Man klarar sig utan syre 3 minuter, utan vatten 3 dygn, utan mat 3 veckor. Endast vatten kan vi kräva av kommunen. Han berättar om hur man behåller/får värme i ett rum. Information i kristid får man förutom av Hesa Fredrik genom VMA i Radions P4 och på TEL 113 113, På Krisinformation.se finns tips om hur man förbereder sig för kristider.



Efter intag av medhavd matsäck gick några en promenad i skogen i det underbara vårvädret.

Helen Frostholm