

Ny leder og nestleder

Årsmøtet for 2024 gikk unna uten noe slags dramatik.

Arild Finnsen ledet møtet på en ryddig måte - for siste gang i denne omgang – siden han har bedt om avløsning etter 8 år som leder.

De vanlige postene på dagsorden ble i tur og orden klubbet inn som godkjent.



Etter valgene kunne vi konstatere at for første gang i foreningens historie er det kvinner i de 2 øverste tillitsvervene – **Brit Marstein Olsen** (til høyre) og **Margrethe Svee** som henholdsvis leder og nestleder.

Og etter selve møtet var det – sedvanen tro – smørbrød og marsipankake med høvelig drikke, loddsalg og ikke minst den populære Quizen.

Margrethe og Bjørn Svee som begge gjør frivillig arbeid for *Arkivet – fred- og menneskerettighetscenter* orienterte om mulighetene for et medlemstreff og besøk på Arkivet med omvisning. Detaljer om det må vi komme tilbake til ved en senere anledning.



Nye medlemmer

- Reidun Romedal, Lindesnes
- Karin Skjævestad, Kongshavn
- Rita Helle Lundevik, Mandal

Totalt 317 medlemmer

Våre jubilanter



18.mars: Aase Margrethe Garshol Andersen, Fevik (75)

2.apr.: Arild Wathne, Kristiansand (70)

10.apr.: Anne Hjørdis Vatnestrøm, Vennesla (85)

11.apr.: Marit Beate Danielsen, Andabeløy (75)

26.apr.: Aud Kristine Haugland, Kristiansand (75)

28.apr.: Marie Vik, Flekkerøy (80)

Bli med på tur til Flor og Fjære

To-dagers tur med buss 26. - 27.mai 2024. Kort påmeldingsfrist



Foto: Reidun Nedrebø Johannessen

Styret har gjort avtale med *Dag Aasbø Travel* om en to-dagers tur til øya Sør-Hidle utenfor Stavanger - til en blomsterprakt som det neppe finnes maken til i hele landet.

Reiseopplegg

Vi starter med buss fra øst i Agder og plukker opp deltakere underveis vestover langs E39 til Flekkefjord. Det blir stopp underveis ved husmannsplassen **Helleren** i Jøssingfjorden, guidet omvisning i **Sogndalstrand** og lunsj på **Kulturhotellet** der. Vi overnatter på **Thon Hotell Maritim** sentralt i Stavanger. Felles middag på hotellet om kvelden.

Etter en god frokost på hotellet neste dag, blir det en kort, guidet spasertur sentralt i Stavanger. Denne delen avsluttes på kaia hvor tar båt til øya Sør-Hidle. Her blir det rikelig mulighet for å utforske blomstereventyret **Flor og Fjære** - både på egenhånd og med omvisning. Vi inntar en felles 4-retters lunsj før vi returnerer med båten til Stavanger og deretter bussing tilbake den samme veien vi kom dagen før.

Priser

- Pris kr. 4.290 pr. person i dobbeltrom.
- Tillegg for enkeltrom: kr. 375.
- Prisen inkluderer busstransport, overnatting i dobbeltrom, frokost, omvisning, lunsj i Sogndalstrand og Flor og Fjære, middag på hotellet, båtturen og alle andre skatter/avgifter.

Påmelding til turen

Medlemmer og eventuelle ledsagere/venner kan melde seg på turen ved betale prisen til vår bankkonto **0530 20 89738** så snart som mulig og **seinest innen tirsdag 26.mars 2024**. Oppgi navn på deltaker i betalingsinformasjonen.

Maks antall = 40. Dersom det blir påmeldt flere enn maks-antallet, prioriteres slik:

1. medlemmer
2. ektefelle/samboer/ledsager
3. venner

Styret

Leder:

Brit Marstein Olsen, (472 37 697)

Nestleder:

Margrethe Svee, (992 56 078)

Sekretær:

Odd Øyvind Fløysvik,
(992 49 995)

Økonomiansvarlig:

Åshild Rødsås, (476 23 046)

Styremedlem:

Tore Gustavsen, (481 22 604)

Varamedlemmer:

Oddbjørn Lamo, (414 172 76)

Gerd Høyland Eriksen,

(951 62 250)



Fra v: Odd Øyvind, Oddbjørn, Brit, Åshild, Gerd, Margrethe og Tore

Post til styret

E-post:

agder@postpensionistene.no

eller

Postpensionistene i Agder

Postboks 717,

4666 KRISTIANSAND S

Grasrotandelen

Velg

Postpensionistene i Agder

- 911 799 448 -

som din Grasrotmottaker.

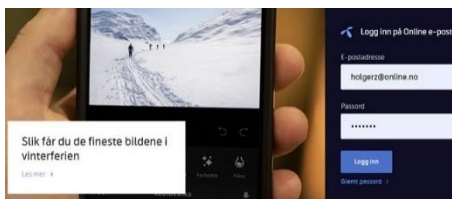
Savner du e-post fra Postpensjonistene i Agder?

Det er selvfølgelig uheldig - særlig hvis flere av e-postene gjelder invitasjon til møter, turer og andre aktiviteter. Flere forhold tyder på at det særlig er medlemmer med Telenor sitt e-postsystem - @online.no - som rammes. Og årsaken er at e-post fra @postpensjonistene.no oppfattes som en spam i telenor-systemet.

Digital søppelpost

kalles ofte for **spam** og er en stadig økende utfordring for de ulike e-postprogrammene. Det er dels e-post som svindlere og banditter sender ut i store mengder for å lure oss eller infisere våre programmer med skadeverk. Men også *vanlig* e-post som sendes som massesendinger (f.eks. når vi sender ut over 300 sender på én gang til medlemmene) kan av sikkerhetsprogrammene bli oppfattet som spam.

Du kan selv endre innstillingene



i ditt e-postsystem slik at spam havner i en egen spam-mappe i stedet for i innboksen. Du kan gi systemet ditt beskjed om hvilke avsendere som du betrakter som **pålitelige** –

f.eks. post fra agder@postpensjonistene.no slik at de havner i Innboksen i stedet for blant søppelposten.

Det er faktisk enklere enn du tror. Bare bruk brukerveiledningen som du finner på [denne lenken](#). Ta gjerne opp temaet på de månedlige kafédagene eller andre møter. Hjelp hverandre slik at vi får redusert problemet.

Men viktigst av alt

er at du – ved **hver** pålogging på e-postleseren – kontrollerer om noen av e-postene i spam-mappa/søppelposten likevel er e-post du gjerne vil ha.

Dato for vårens reketreff.

Notér og reservér disse datoene – for da blir det rekefest:

- ❖ 06.juni - Bjorbekk
- ❖ 11.juni - Hidra
- ❖ 18.juni - Mandal
- ❖ 20.juni - Kristiansand

Påmelding vil komme i neste nummer av Sydvesten.



Hver gang vi møtes ...

- ✚ **Arendalsområde**
Kolonialen kafé, Bjorbekk
Siste torsdag i måneden kl. 1130
Kontakt: Brit Marstein Olsen
(472 37 697)
- ✚ **Farsund/Lyngdal**
Edgars Bakeri på Amfi Nordkapp
2.onsdag i måneden kl. 1200
Kontakt: Bjørn Seland (464 73 364)
- ✚ **Flekkefjord**
Grand Hotel
Siste torsdag i måneden kl. 1200
Kontakt: Anne Grethe Ulland
(412 29 223).
- ✚ **Grimstad**
Vertshuset
Den 20. i måneden eller første påfølgende virkedag – kl. 1200
Kontakt: Åsta Reinhardtsen (915 22 484)
- ✚ **Mandal**
Kastellet
Siste tirsdag i måneden kl. 1130
Kontakt: Unni S Knutsen (954 87 450)
- ✚ **Kristiansand**
Kafeen i Gamle Agder Teater
Hver onsdag kl. 1100
Kontakt: Arild Finnsen (952 342 57).

Sandens – Kafé Jordbærpigene
Siste onsdag i måneden kl. 1100
Kontakt: Unni Lisbeth Johansen
(418 03 455).


Sitatet – Godt sagt!

Gubben:

Når vi spiller Amerikaner, gjelder det å få ut Trumpen!

Før måtte man ha Mercedes eller en fet Rolex for å vise at man var rik.
Nå er det nok å møte opp nydusjet!

Hørt under strømkrisen

| | | |
|------------------|---|---|
| Mottaker: | Returadresse: Postpensjonistene i Agder, Postboks 717 4666 KRISTIANSAND S | Kundenr.3623477  Rammeavtale 23325 |
|------------------|---|---|

Slik lager du et sikkert og sterkt passord

- Passordet må inneholde **både**
 - tall
 - bokstaver (varier både store og små)
 - symboler (# % & / () = ? - +)
- Passordet må inneholde *minst* åtte tegn, men aller helst opp til 15 tegn. Jo flere tegn, desto vanskeligere er de å knekke.
- Velg noe som det er lett å huske, men som ikke kan forbindes med deg.
- Bruk gjerne forkortede setninger i stedet for vanlige ord eller ordene i en sangstrofe som du liker godt – eksempel:
 - Jeg bor i Grimstad og heter Peder: *Jb1G&hPr*
 - Du grønne glitrende tre - god dag: *DGrG3-gd*
 - Kombiner gjerne en tallrekke som nokså sikkert bare du husker (f.eks. rullenummeret ditt fra jobben) sammen med noen bokstaver/ord og symboler.
 - En annen tallrekke som også er lett å huske, kan være en kombinasjon av husnummer og postnummer på f.eks. barndomshjemmet ditt – f.eks. 634621 (hvis du bodde i nr. 63 i postnummer 4621) + store/små bokstaver og minst ett symbol.
- Bytt passord med jevne mellomrom.

Dette bør du IKKE gjøre:

- ❖ Skriv aldri passord ned på papir.
- ❖ Bruk aldri samme passord på flere internettjenester.
- ❖ Takk aldri Ja til å la nettleseren huske passordene.
- ❖ Bruk aldri navnet eller adressen din i passordet – uten å skjule det i en forkortelse
- ❖ Bruk ALDRI verdens vanligste passord *12345678* eller ordet *Passord* eller tilsvarende.

Ellers:

- Logg deg alltid **kontrollert** ut fra hjemmesider/nettsider (med Logg-ut-knappen) når du er ferdig med å bruke siden.

Melding om dødsfall

Rutinene om melding av dødsfall blant postfolk finner du på [vår nettside](#).

Du kan også ta direkte kontakt med styrets ansvarlige Tore Gustavsen på e-post tgus2@frisurf.no eller som SMS til hans mobil 481 22 604.

Etterlatte eller pårørende må gjerne ta kontakt med Tore Gustavsen på e-post eller telefon (se ovenfor) dersom de har spørsmål eller avklaringer.

Høst-tur til Italia

Medlemsturen til høsten ser ut til å gå til vakre **Toscana** i Italia.

Transport med buss langs E39/E18 fra/til Flekkefjord og [direktefly](#) fra/til Torp.

Flere detaljer om reise, opplegg og priser kommer i neste nummer av Sydvesten.