

Bildkollage från Månadsmöte 9 mars 2023



Referat från Månadsmöte 9 mars 2023

Kvällen inleddes med Valmöte. Därefter genomfördes en omröstning om huruvida vi anser om vi vill fortsätta med att ge Charity till narkotikahundar efter att förutsättningarna har förändrats. President Barbro redovisar vårt ställningstagande på distriktsmötet, vilket går av stapeln 25/3 i Eskilstuna. ISO meddelar att besöket från Kent är inställt och att det finns tankar om att kombinera ett besök i Kent i samband med Convention i Manchester. Det är redan nu möjligt att anmäla sig till Convention som går av stapeln 7-10 maj 2024.

Kvällen fortsatte med ett föredrag av Glenn Rönnlund från Sigtuna optik. Han gjorde en genomgång av olika synfel. Han betonade att behovet av ljus ökar med åldern. En 40-åring behöver två gånger så mycket ljus som en 20-åring och en 60-åring behöver fyra gånger mer ljus än en 40-åring. Att välja rätt sorts glas har stor betydelse. Man bör välja ett antireflexbehandlat glas. Åldersrelaterade synproblem är att man blir översynt och behöver läsglasögon, vilket ofta inträffar i 45-50-årsåldern. Gråstarr drabbas alla av med åldern. Redan med 20% gråstarr bör man operera för livskvalitets skull. En vanlig missuppfattning är att man bara kan operera en gång men det går att göra det en gång till. Solglasögon är viktigt att använda för att förebygga gråstarr. Torra ögon blir vanligt med åldern. Det märks vanligtvis genom att tårar överproduceras för att fukta ögonen. Det finns ögondroppar som hjälper mot detta. Gula fläcken kan ha en torr eller en blöt variant. Den blöta varianten kan förebyggas med kosttillskott som t.ex. Omega 3. För den torra varianten finns det inget att göra. När man blir äldre så upplever man ofta att bilkörning i mörker är besvärande. Det finns kvällsglasögon som man sätter utanpå de vanliga glasögonen som gör det lättare att se. Glenn rekommenderade en "Tvättmaskin" för glasögon. En burk med vatten och några droppar rengöringsmedel där man rengör både bågar och glas. Om man har gamla favoritbågar kan man få nya glas monterade i dem.