

Vi i

NR. 1 - 2016 - ÅRGANG 71

LOP



Aktive LOP-ere

Nytt om pensjon

Aktiviteter i et nytt år

MEDLEMSBLAD FOR LOP - LANDSLAGET FOR OFFENTLIGE PENSJONISTER

Medlemsblad for Landslaget for offentlige pensjonister, LOP, som er landets eldste og nest største pensjonistorganisasjon. LOP er uavhengig, partipolitisk og livssynsmessig nøytral.

Utkommer 4 ganger årlig
ISS 1890-3398
Opplag: 10.000

SEKRETARIAT

Stortingsgt. 2, 0158 Oslo
Daglig leder: Karin S. Woldseth

22 42 22 55
post@lop.no
www.lop.no

Kontortid: man–fre 09.00–15.00

SENTRALSTYRET

Fung.leder:

Torild Ofstad
954 37 233
Torildofstad@gmail.com

Styremedlemmer:

Johannes Bolstad
924 44 478
johannes.bolstad@bkkfiber.no
Paal Borsheim
971 76 980
paal.borsheim@lyse.net
Sigmund Jan Nordmo
413 37 761
sj-nor@online.no

Turid Mæhre Olsen
924 56 568
turid.arna.olsen@hotmail.com

Lillian Saxegaard
944 99 320
lillian.saxegaard@gmail.com

Astrid Bjellebø Bayegan
909 29 047
abayegan@online.no

Varamedlemmer:

Tore Lindholt
63840267
tomaholt@start.no

Per Loe
416 75 170
reid-lo@online.no

PENSJONSUTVALGET

Hans Erik Pettersen
905 43 413
hansep@online.no

KURS-KONTAKT-KONFERANSEUTVALGET

Turid Mæhre Olsen
924 56 568
turid.arna.olsen@hotmail.com

TURUTVALGET

Lillian Saxegaard
944 99 320
lillian.saxegaard@gmail.com

REDAKSJONSRÅD

Turid Frimo
tfrimo@gmail.com

Lillian Saxegaard
lillian.saxegaard@gmail.com

Randi Frankrig
randi.frankrig@gmail.com

May-Brith Brekke
maybrekk@sf-nett.no

REDAKTØR

Margaretha Hamrin
mgh@hamrin.no

ANNONSER

May Helland
476 72 692
els-hell@online.no

Redaksjonen avsluttet 20.februar
Frist for nr. 2-2016: 15.mai
Signerte artikler står for skribentens egne meninger.
Ettertrykk tillatt med kildehenvisning.

Forsidebilde og illustrasjonsfoto:
Bigstockphoto

INNHold

Våre krav til statsbudjettet	s. 5
Negativ realvekst	s. 4
Ny offentlig tjenestepensjon?	s. 7
Endring i samordningsreglene	s. 8
Lillian - en aktiv LOP-er	s. 10
Grasrotengasjement	s. 12
LOP-er med ny bok	s. 14
På tur til Brimi-land	s. 18
Indre Østfolds 20-års jubileum	s. 20
En fantastisk tur til Roma	s. 22
Øvre Romerike turer fram	s. 24
En flott Praha-tur	s. 25
Mølekveld på Sjøtun Brygge	s. 26
"Operatur" til Oslo	s. 27
Resolusjon fra Bergen	s. 28

Det er mye fokus på pensjonsordninger i disse dager, derfor redegjør LOPs pensjonsutvalg i denne utgaven av «Vi i LOP» om hva de ulike forslagene som har blitt fremlagt betyr for dagens offentlige pensjonist. I denne utgaven kan du også lese om hva endringene i samordningsreglene nå vil bety for utføre som har særaldersgrenser.

Vi får også bli kjent med flere aktive LOP-ere og et innblikk i aktive liv og virker. Og selvfølgelig har vi mange flotte rapporter fra lokallagene og deres reiser og aktiviteter.

Jeg håper denne utgaven både vil gi deg mye nyttig informasjon, og inspirasjon og glede gjennom det de ulike lokallagene over hele landet deler med oss.

Margaretha



Den viktigste saken av mange som sentralstyret behandlet på møtet vårt i februar var nettopp trygdeoppgjøret 2016. Som kjent førte trygdeoppgjøret i 2015 til en negativ vekst i pensjonene. Det vil si redusert kjøpekraft. Pensjonene økte mindre enn prisveksten. LOP nektet å skrive under møteprotokollen. Årets lønnsoppgjør ser ut til å bli svært lavt skal man tro det partene gir uttrykk for. Mediebildet om den gjeldende økonomiske situasjonen understreker dette.

Med gjeldende underregulering på 0,75%, kan det fort gjenta seg at realveksten blir negativ. Det er helt uakseptabelt. LOP forventer at regjeringen tar grep, og at det gjøres noe med underreguleringen. Underreguleringen må fjernes. Alternativt at dersom de yrkesaktive ikke får en negativ vekst, så skal pensjonistene heller ikke ha det. Dersom det blir negativ vekst for de yrkesaktive forventes det en likebehandling: -ikke større negative konsekvenser for oss enn lønnsinntakene gruppene.

En ny vår venter med drøftingsmøter både i trygdeoppgjøret 2016 og statsbudsjettet 2017. Det er nå det andre året LOP har selvstendig drøftingsrett.

Det at LOP har selvstendig drøftingsrett er en bærebjelke for organisasjons virksomhet. Dette gir store muligheter for direkte innflytelse på pensjonenes utvikling, og utviklingen av velferdsordninger for eldre.

Men for å få gjennom våre krav – og det er viktigere enn noensinne med et stort press på pensjonene – må vi vokse. Drøftingsretten gir oss riktignok en unik mulighet for å fremme våre krav, men det må være tyngde bak dem om vi skal ha gjennomslagskraft.

Viktig er det også at vi er synlig i medielandskapet lokalt som sentralt. Det er mange saker som er viktige også lokalt. Det kan være saker som direkte gjelder eldres velferd, men også saker av allmenn samfunnsinteresse.

Jeg har lyst til å nevne to gode eksempler fra mitt eget lokallag: I Trondheim har LOP-laget lyktes med lokal påvirkning. I Sør-Trøndelag har AtB, som er fylkeskommunens koordineringsorgan for kollektivtrafikken, sluttet å trykke rutehefter. Rutetabellene lå kun ute på nett. Etter en aktiv innsats fra lokallaget i LOP gjennom henvendelser direkte til fylkeskommunen, AtB, innlegg i media og etter hvert møte med AtB, er nå AtB i ferd med å snu. På samme måte har laget engasjert seg i en katastrofal dårlig

snøbrøyting i deler av byen. Av den lokale presse framgår det at en av entreprenørene ikke har oppfylt sin kontrakt og blitt ilagt store bøter. Lokallaget til LOP har presset på bl.a. med stort oppslag i Adresseavisen og følger dette opp videre.

Det fins sikkert mange gode eksempler rundt omkring i landet på hvordan LOP-lokalt driver påvirkning, og det er fint om dette kommer fram både på hjemmesiden og i bladet vårt.

Etter noen år med forholdsvis stor medlemsnedgang endte 2015 med en moderat/liten nedgang. Vi tror at trenden nå har snudd. Derfor er det viktig at også 2016 blir et år med fokus på medlemsverving. Fjorårets kampanjer viser at verving må være en kontinuerlig prosess, og personlig kontakt med potensielle medlemmer er ofte det mest effektive.

Men mange melder seg også inn via internett så det viktig at lokallagene oppdaterer sine hjemmesider. Gjennom dette kan vi vise at LOP er en organisasjon med et bredt engasjement som det er verdt å være medlem i.

Torild Ofstad
Styreleder LOP

LOP med i samarbeidsprosjekt om bedre helse

Universitetet i Ås og matforskningssenteret Nofima planlegger å søke et EU-finansiert prosjekt med bedre helse og livskvalitet for eldre som tema. Det er planlagt at LOP skal delta som en partner i dette prosjektet. Ambisjonen med programmet er å øke antallet friske leveår med 2 år, som er i samsvar med EUs ambisjoner for programmet. Man vil søke å legge grunnlag for et pensjonsforberedende program der sunne spisevaner og fysisk aktivitet er i fokus, og teste ut hvordan man kan få en høyest mulig etterlevelse av et slikt program for aldersgruppen 65 – 70 år.





Fra sekretariatet kan det rapporteres om høy aktivitet denne vinteren. Det har vært avholdt et par sentralstyremøter, med mye innhold.

Blant annet skal sentralt, som et prøveprosjekt, kreve inn kontingenten for to lokallag. Dette for å kunne komme til landsmøtet i 2017, med et eventuelt forslag etter å ha evaluert dette. Landsmøte 2014 ga sekretariatet en bestilling om dette, og vi er altså i gang.

Det kan til tider bli for mye å gjøre for en enkel person på kontoret, så derfor har sentralstyret gitt undertegnede muligheten til å hente inn hjelp fra Manpower ved behov. Til tider er det veldig behov, mens noen uker og måneder er helt stille. Men det gjør noe både med stressnivået hos daglig leder, og ikke minst servicen overfor lokallagene når vi er to, når det er som travlest. Dessuten er det rett og slett hyggelig å ha noen å diskutere med.

Aktiviteten blant våre tillitsvalgte er høy over hele landet, så også sentralt. Utvalg og lokallag har møter og arrangementer til stor glede for alle medlemmene som deltar. Så til de av våre medlemmer som fremdeles ikke er medlem av et lokallag, vil jeg anbefale å ta seg en tur på et møte, det er hyggelig og man treffer mange utrolig kompetente mennesker.

Nå er det snart påske, og jeg vil benytte denne anledningen til å ønske alle en riktig fredfylt høytid.

God påske!

Karin Ø. Woldseth

FOTGJENGER - SYKLIST - BILFØRER - TJA?

Vegtrafikkloven har klare definisjoner på hvem som er hvem i trafikkbildet -en fotgjenger er bl.a en som går og symbolisert bl.a som "grønn mann" i lyskryssene.

Nei-så enkelt er det ikke lengere -den voldsomme teknologiutviklingen og forholdet til andre lovverk utfordrer "gamle" definisjoner bl.a slik;

-At den teknologiske utvikling har gitt oss og vil gi oss en rekke løsninger transportmessig, symbolisert i fom av elektriske rullestoler, stålhjulinger som shagways, motordrevne "rullebrett" og elektriske sykler i mange former. Mulighetene er mange.

-At en i Folketrygdloven gir støtte til en rekke hjelpemidler -mange av dem transportmidler som også brukes utendørs. Et hjelpemiddel som elektrisk rullestol som veier under 200 kilo og ikke går fortere enn 10 km/t vil inngå som fotgjenger i Vegtrafikkloven.

-At hjelpemidler formidlet gjennom NAV er en ting, men mange av disse transportmidlene er blitt så rimelige i pris, ned til ca 20.000 kroner, at de er tilgjengelig for svært mange til ulike formål. Det er veldig positivt at det finnes transportmidler som gjør at eldre, og mennesker med ulike problemer blir selvhjulpne så langt det er mulig -de kommer ut og deltar i samfunnslivet, har ett verdig liv og sparer samfunnet for penger ved å være selvhjulpne i større grad, blant annet til matinnkjøp. Nå er jo ønsket også at en kal bo hjemme som eldre og greie seg selv.

I tillegg har vi andre utfordringer:

- At mange eldre som før hadde førerkort ikke har det lenger.

- At kollektivtrafikken utenom skoleskyss iallefall på bygdene er svakt utbygd og drosje er dyrt.

- At en oppfordrer til selvstendighet
- At det ikke er i tvil om at det

teknisk sett er en kjempeløsning med "fotgjenger på hjul".

Utviklingen ser vi rundt oss og med en aldrende befolkning og andre som har behov vil vi få en rask vekst av "fotgjenger på hjul"-og utviklingen vil gå vidre. Snart får vi førerløse rullestoler som en nå ser på biler eller at robotteknologien også når dette feltet.

Min problematikk i ett slikt bilde er hvem er "myk trafikant" og hvem har vikeplikt i møtet mellom en fotgjenger på hjul som har 200kg under seg og 10 km/t og lille Tone på 3 år . Jeg mener vi bør se nærmere på denne problematikk -vi må se og informere om samhandlingen mellom deltagerne i trafikken ut fra det bildet som nå kommer for fullt
-i tillegg kan det gi arbeidsplasser i fom av opplæring, drift av nye framkomstmidler mv.

Pet Rasmussen

LOPs krav til STATSBUDDSJETTET 2017

I forkant av statsbudsjettet 2017 deltok LOP ved leder Torild Ofstad i døftingsmøte i arbeids- og velferdsdepartementet. I dette møtet ble det fra LOPs side fremmet fem hovedkrav i denne prioriterte rekkefølgen:

- Underregulering
- Skattespørsmål
- Kvalitet i eldreomsorgen
- Tannhelse
- Aktivitetssentre for eldre



LOPs høyest prioriterte krav gjelder underreguleringen som i flere år har bidratt til en lavere realvekst. Ca.1,5 års inntekt vil være tapt over en periode på 15 – 20 år. Det betyr at forskjellene øker for hvert år. Den negative realveksten i 2015 var etter LOPs syn uhørt.

Primært ønsker LOP at underreguleringen fjernes, dernest at det vedtas en sikringsmekanisme slik at pensjonistene ikke får en negativ realvekst i år med lave lønnsoppgjør.

I forhold til skattespørsmål krever LOP at trygdeavgiften settes ned og at minstefradraget økes i samme takt som for lønnstakere, samt at ordningen med fradrag for høye sykdomsutgifter videreføres.

Når det gjelder økt kvalitet i helse- og omsorgssektoren vet vi at det gjøres mye godt arbeid i eldreomsorgen, men vi vet også at det er mye som ikke er godt nok og at det gjøres mange feil. Mye av dette kan tilskrives for lav bemanning og at kunnskapsnivået i mange tilfeller ikke er tilpasset ansvar og arbeidsoppgaver. Det er viktig å få et

system med statistikk og avviksrapportering som er felles på nasjonalt nivå. Og på denne måten skaffe kunnskap som grunnlag for forbedring. En kvalitetsøking krever økt bemanning og et bedre og tilpasset kunnskapsnivå i personalet. Dette gjelder også på ledelsesnivå.

LOP vil også sette søkelyset på en stadig voksende gruppe demente. Det er vanskelig og krevende å være pårørende til denne gruppen. Det er derfor svært viktig at det finnes ressurser til råd og veiledning av de pårørende.

På områdene tannhelse og aktivitetssentre mener LOP at tannhelse bør bli en del av det offentlige tjenestetilbudet for eldre som for andre utsatte grupper. LOP mener derfor at det må innføres en egenandel på kroner 300 for eldre over 67 år og at resten dekkes av folketrygden.

LOP mener også at det bør etableres ordning med tilskudd til frivillige organisasjoner som driver aktivitetssentre for eldre. Hensikten med er blant annet å skape treffsteder for sosiale, kulturelle og fysiske

LOP HAR SAMARBEID MED:

- Sykepleierforbundet
- Presteforeningen
- Skolelederforbundet
- Mattilsynet
- Meteorologisk Institutt



NEGATIV REALVEKST

for pensjonistene - neste år og i åra som kommer?

Tekst: Hans Erik Pettersen, leder av Pensjonsutvalget

Ut fra foreløpige tall i nasjonalbudsjettet for 2016 ser det ut til at pensjonistene fikk en negativ realvekst i 2015. Dette forutså vi i tryggedrøftingene i fjor og skrev derfor heller ikke under drøftingsprotokollen sjøl om LOP deltok direkte i disse for første gang.



De foreløpige tallene tyder på en enda større negativ realvekst i 2016 – om ikke regjeringen tar nødvendige grep.

Det er underreguleringen eller indekseringen som noen kaller det, som fører til at vi kommer i minus. Lønnsveksten for de yrkesaktive blir nedjustert med 0,75 %.

Da dette systemet ble innført la en til grunn at lønnsveksten for de yrkesaktive over tid skulle ha en reallønnsvekst på 1,5%. Altså vil pensjonistene likevel ha en positiv realvekst, om lag halvparten av de yrkesaktives.

Denne forutsetningen er i ferd med å bli ugyldig. De økonomiske utsiktene for Norge tyder på at de yrkesaktive vil gå inn i en lang periode med lav, ingen eller sågar negativ realvekst. Det betyr at med bruk av

underreguleringen/indekseringen vil pensjonistene få en negativ realvekst i flere år framover.

Dette er ikke akseptabelt. Dersom de yrkesaktive får en negativ realvekst, er det sjølsagt greit av vi får det samme, men altså ikke større. Dersom de yrkesaktive ikke får en negativ realvekst, bør heller ikke vi få det.

LOP mener at underreguleringen bør bort, at pensjonistens inntektsutvikling skal reguleres på linje med de yrkesaktive, men subsidiært må en i hvert fall endre reguleringsmekanismen slik at en unngår negativ realvekst hvis de yrkesaktive ikke får det.

Etter trygdeoppjøret i fjor fikk vi inntrykk av at regjeringen ville arbeide med det dette. Så langt har vi ikke hørt noe.

Regjeringen må ta grep. LOP vil møte til tryggedrøftingene til våren med klare forventninger!

NY OFFENTLIG

TJENESTEPENSJON

basert på helt andre prinsipper?

Tekst: Hans Erik Pettersen, leder av Pensjonsutvalget

Departementet nedsatte i sin tid en arbeidsgruppe internt i departementet. Partene i arbeidslivet var ikke med i gruppa, men møtte på en del informasjonsmøter hvor de også kunne komme med innspill.

Rapporten er omfattende. Jeg tar for meg noen av de viktigste prinsippene som arbeidsgruppa legger til grunn.

«**Alle år i jobb skal gi pensjonsopptjening**». I dag er det slik at med 30 års opptjening i 100% stilling oppnår du full pensjon på 66 % før levealdersjustering.

«**Tjenestepensjonen skal beregnes uavhengig av folketrygden**». I dag har vi en bruttoordning på 66% som så blir samordnet med folketrygden slik at en før levealdersjusteringen oppnår i overkant av 70%. Forslaget innebærer ett påslag på folketrygden fra tjenestepensjonen.

«**Pensjonen skal kunne tas ut fleksibel fra 62 år og kombineres med arbeidsinntekt uten at pensjonen blir avkortet**». I dag kan du tjene inntil 15 000 kroner uten avkorting dersom du tar ut AFP mellom 62 og 67 år, alderspensjonen blir avkortet dersom du ikke jobber i privat sektor eller på pensjonistvilkår i offentlig sektor.

Disse prinsippene innebærer at AFP ikke kan videreføres som tidligpensjonsordning, men utformes etter de samme prinsipper som ny AFP i privat sektor, ett påslag på folketrygden for alle som tilfredsstiller kravet til å få AFP. I dag er det ca halvparten av de som kunne gå med AFP som mottar AFP-penger i offentlig sektor. Med samme økonomi betyr det at de som jobber lenger får mer penger mens de som av ulike grunner går av tidligere, får mindre penger. Det betyr også at mens du i dag får oppjustert din pensjon fra 65 år sjøl om du tar AFP fra 62 år så vil det etter disse prinsippene beholde den lave pensjonen livet ut.

I det hele tatt betyr ny offentlig tjenestepensjon etter de prinsippene som her er lagt til grunn, at det blir betydelig mindre lønnsomt å gå av tidligere mens de som har helse og yrke til det, vil kunne tjene på omleggingen. Det er da også hele poenget med omleggingen. Hovedargumentet vil være at det da vil bli noe lettere å motstå levealdersjusteringen for de yngre årskullene ved at en får større uttelling ved å jobbe lenger.

Nå er ikke forhandlinger gjennomført med hovedorganisasjonene. LOP for sin del har ikke forhandlingsrett. Men vi støtter organisasjonenes kamp for at det fortsatt skal være mulig å gå av med pensjon fra 62 år med en anstendig pensjon livet ut.

Konsekvensene for de med særaldersgrense er ikke vurdert i rapporten fra departementet. Dette bør partene vurdere før forhandlingene starter opp etter vårt skjønn.

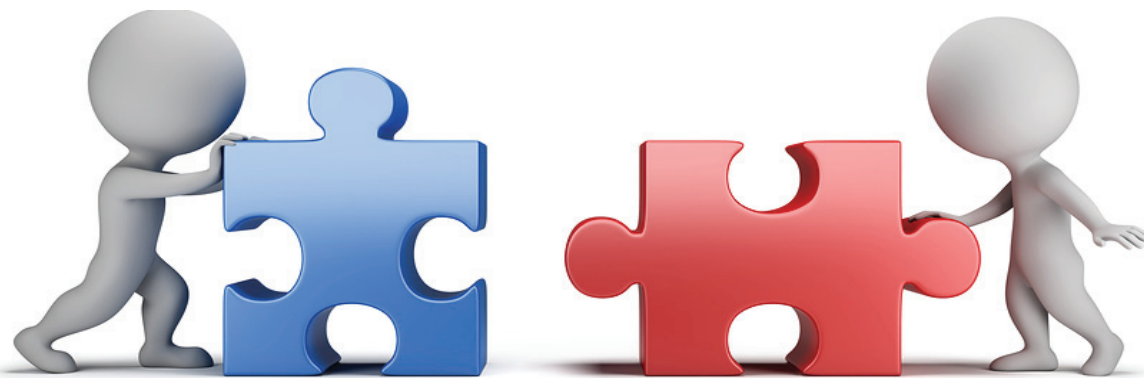
Ved en eventuell overgang til ny tjenestepensjon etter disse prinsippene blir i realiteten stortingsforliket fra 2005 satt ut av kraft. Der skulle bruttordningen videreføres mot at levealdersjustering og indeksering ble gjennomført. Men når en tar bort en del av forliket bør også de andre elementene bli gjenstand for reforhandling. Jeg tenker særskilt på indekseringen. LOP mener at indekseringen må fjernes. Vi minner også om at de som går av tidlig med tjenestepensjon vil ha flere år med indeksering.

Det vil i tilfelle ny avtale bli snakk om overgangsordninger, i den sammenheng er det viktig at også de som allerede er pensjonister kommer inn under ordningen med rett til å jobbe i offentlig sektor uten avkorting i pensjonen.

Uføre med særaldersgrense: ENDRING I SAMORDNINGSREGLENE

Tekst: Jan Mønnesland, pensjonsutvalget

Når uføre når aldersgrensen på 67 år oppheves uførepensjonen i det en går over på alderspensjon. Dette gjelder både for folketrygdens del og for tjenstepensjonen, og begge ytelsene samordnes etter ordinære regler. Med særaldersgrense vil overgangen til alderspensjon i tjenstepensjonen skje når særaldersgrensen nås, mens en fortsatt vil få uføreytelse fra folketrygden fram til 67 år.



Fra 2015 ble folketrygdens uføreytelse endret til ny uføretrygd. Uføretrygden skattes som lønnsinntekt, da er skatteprosenten høyere enn ved pensjonsinntekt. Nye uføre fikk noe høyere bruttoytelse enn etter tidligere regler slik at ytelsen etter skatt ikke ble redusert like mye som skatteøkningen skulle tilsi. For de med løpende uføreytelse ved overgangen ble det laget overgangsregler som sikret at de fleste fikk samme ytelse etter skatt som de hadde før overgangen.

Også tjenstepensjonens uføreytelse ble endret fra 2015. Mens alderspensjonen fortsatte som en bruttopensjon som samordnes med folketrygden ble uføreytelsen omgjort til et påslag som ikke skal samordnes. Også her ble det gitt overgangsordninger slik at påslaget ble lik tidligere netto tjenstepensjon etter samordning for de som hadde ytelsen før 2015.

I hovedsak virker dette greit for de med uføreytelse både fra folketrygden og fra tjenstepensjonen. Det fungerte uheldig når den uføre passerte særaldersgrensen.

Tjenstepensjonen ble da en alderspensjon, bruttoytelse, som skulle samordnes med folketrygdens uføreytelse. At folketrygdytelsen var økt før skatt for å kompensere for

skatteøkningen hjalp lite, det ble borte i samordningen. Resultatet var at samlet ytelse ble kraftig redusert ved passering av særaldersgrensen både før og i enda større grad etter skatt.

Både LOP og fagorganisasjonene tok opp saken og krevde at en fikk rettet opp dette.

Det ble samtidig av LOP tatt opp at pensjonsleverandørene hadde endret andre elementer i samordningen uten at det var varslet i forkant av overgangen. Det gjaldt deltidsfordelen, en sluttet å anvende de reglene som ga gunstigere samordningstillegg jo lavere deltidsbrøk. Det gjaldt den såkalte fiktivfordelen, at en ikke skulle samordne bort de deler av folketrygden som var opptjent utenfor tjenstepensjonens område (eks. fra andre arbeidsgivere). For flere tilfeller fikk også disse elementene stor betydning i form av lavere pensjon.

Etter vedvarende press og en tenkerunde i departementet la departementet fram et forslag til ny overgangsbestemmelse. Etter en rask høringsrunde ble denne formalisert som ny forskrift av 3. desember 2015 med tilbakevirkende kraft fra 1.01.2015.

Alt i alt har vi fått et viktig gjennomslag ved den nye forskriften, selv om den fortsatt har sine avgrensninger.



Forskriften sier at samordningen skal skje ut fra reglene som gjaldt i 2014, og ut fra den uførepensjonen en fikk fra folketrygden det året. Økningen per 1.01.2015 som kompenserer for overgang til lønsskatt holdes dermed utenfor samordningen. Videre vil både fiktivfordel og samordningsfordel gjelde på samme måtesom i 2014.

Dette var fullt gjennomslag for de som var uføre også i 2014, bortsett fra at ordningen bare skal gjelde for de som når sin særaldersgrense før 2025. Både LOP og fagorganisasjonene protesterte mot en slik grense, uten å bli hørt.

Urimeligheten består for de som først blir uføre fra 2015 av og som deretter passerer særaldersgrensen. LOP har påpekt dette, og bedt om at en også her etablerer nye

regler som fjerner denne urimeligheten, helst i forkant av at sakene dukker opp.

Når det gjelder deltidsfordelen har departementet i møte sagt at denne er videreført, at det må ha vært en feiltolkning når leverandører har håndtert det annerledes. Det problemet skal dermed være løst også for de som blir uføre fra 2015 av. Departementet mener derimot at fiktivfordelen er falt bort, bortsett fra for de som omfattes av den nye forskriften. Her har LOP meldt at vi oppfatter at det er i strid med gjeldende lovregler. Med mindre departementet endrer praksis vil dette måtte løses når enkeltpersoner som blir rammet reiser saken.

Alt i alt har vi fått et viktig gjennomslag ved den nye forskriften, selv om den fortsatt har sine avgrensninger.



Lillian- EN AKTIV LOP-er

Tekst: Gjertrud Lind Aase

Lillian Saxegaard stod og ventet på meg ved parkeringsplassen i nærheten av sitt hjem og fulgte meg til døra, da vi møttes for intervju. Hun ville forsikre seg om at jeg fant fram uten problemer.

Det grunnleggende svaret på mitt spørsmål om hvorfor hun har valgt å engasjere seg i LOP, er respekt for godt voksne og pensjonister, og at det skal være kvalitet på de tjenestene vi eldre har behov for, sier hun når vi har plassert oss i sofaen med en god kopp kaffe.

- De fleste av dagens pensjonister er mennesker fulle av livsgnist, erfaring, kompetanse og virketrang. Dette er en gruppe mennesker som har enormt mye å gi. Jeg synes derfor det ville være naturlig at samfunnet ønsket oss velkommen som deltagere i diskusjoner og planleggingen av tilretteleggingsfasen for de av oss som trenger mer eller mindre hjelp i hverdagen under livets siste fase, sier Lillian.

I dagens samfunn er det ofte slik at når man omtaler eldre, så tenker man sykehjemsbeboere og pleietrengende. Vi karakteriserer dem som en gruppe mennesker, ikke som enkeltindivider. Det å føle at man er noe verd som enkeltmenneske blir i mange sammenhenger nesten hvisket ut. -Jeg har selv jobbet flere år som avdelingsleder ved et sykehjem i Oslo, og sykehjemsbeboerne er

like individualistiske som mennesker generelt. Det er mennesker med egne tanker og følelser som selvfølgelig ønsker å få bestemme over sitt eget liv i den grad dette er mulig, fortsetter hun.

I dagens samfunn er man ung og sprek mye lenger enn man var i tidligere generasjoner. Jeg er selv 75 år gammel og jobbet til jeg var 73. Pensjonist er jeg, men utgått på dato er jeg ikke! Jeg har mengdevis av erfaring, har jobbet som spesialsykepleier, og har tatt videreutdanning i geriatri, helseledelse og psykiatri i løpet av arbeidslivet. Jeg var heldig å få en stilling som seksjonsleder i en bydel i Oslo da opptrappingsplanen for psykisk helse kom. Denne stillingen hadde jeg i ti år i den tiden psykiatriplanen varte. Dette var en spennende og utviklende tid hvor det skjedde mye riktig og godt innenfor psykisk helse, både i Oslo og i hele Norge.

Pensjonistene må bli hørt og sett og bli behandlet som likeverdige mennesker i forhold til resten av befolkningen. Den yngre generasjonen trenger alt vi sitter inne med av visdom, erfaring og kompetanse. Det var vi som fant oljen i 1973. Tenk hvilke muligheter den har tilført landet vårt. I tillegg har levestandarden økt betraktelig for de fleste i denne perioden.

Våre dagers eldre er sprekere enn noensinne. Vi sykler,

Våre dagers eldre er **sprekere enn noensinne**. Vi sykler, svømmer, jogger og trener, reiser, kjører bil, går på konserter, utstillinger og teater, revyer, i operaen, på musikalene osv. Det er faktisk kun en **liten del** av oss som til slutt havner på sykehjem. Forebyggende, individuelle tilretteleggingstiltak er viktig, og at disse lages i **samarbeid** med den eller de det **handler om**.

svømmer, jogger og trener, reiser, kjører bil, går på konserter, utstillinger og teater, revyer, i operaen, på musikalene osv. I tillegg er vi ofte uvurderlige hjelpere for våre barn og barnebarn.

Det er faktisk kun en liten del av oss som til slutt havner på sykehjem. Forebyggende, individuelle tilretteleggingstiltak er viktige, og at disse lages i samarbeid med den eller de det handler om.

Om engasjementet i LOP kan Lillian fortelle at hun sitter i styret i Oslo lokallag og er leder av Turutvalget. I tillegg er hun også valgt inn i sentralstyret i LOP.

På spørsmål om Lillian vil fortelle litt om seg selv og sitt privatliv, forteller hun:

- Jeg er 75 år, har tre barn, to jenter og en gutt som alle har det bra, er voksne og nå har egne barn. Jeg mistet min mann, helt plutselig, for syv år siden. Det ble en vond tid for oss alle. Men man må lære å leve videre. Jeg er frisk og rask, klarer meg fint, bor godt og alt er vel, men det er vanskelig for utenforstående å forstå hva det vil si å miste ens ektefelle etter 40 gode år. Jeg tror man faktisk må oppleve det selv for fullt ut å begripe hva det innebærer.

Midt i alt innser jeg likevel at jeg har svært mye å være takknemlig for. Jeg reiser stadig til huset på Kreta og hytta i Hemsedal.

-Hvordan opplevde du overgangen fra arbeidsliv til pensjonisttilværelsen?

En annonse i "Sykepleien" gjorde at jeg tok kontakt med LOP. Det handlet om å være med i Helse og omsorgsutvalget deres. Jeg visste ikke hva det innebar, men jeg takket ja og opplevde dette som svært spennende. Jeg meldte meg inn i LOP, og i Oslo Lokallag. Der trives jeg godt sammen med mange hyggelige mennesker.

Jeg har alltid vært frisk og sterk, fikk tre barn på fem år, hadde seks ukers fødselspermisjon før jeg var tilbake i full jobb og har alltid hatt det godt på alle vis, så jeg er veldig takknemlig.

Så som du skjønner, avslutter Lillian, er jeg en kvinne rik på opplevelser, kunnskap, nære familieforhold og materielle goder. Jeg vil avslutte med å gjenta at det aller viktigste for meg i mitt arbeid i LOP, er at vi som har levd et langt liv og har kunnskap og erfaring, fortjener å bli behandlet med respekt og likeverd, og ikke som om vi var en belastning for samfunnet.

LOPs største utfordring er å gjøre organisasjonen kjent for offentlige ansatte. Vi ønsker at flest mulig ser det som sitt naturlige valg å bli medlem og en del av LOP idet de oppnår pensjonsalder, smiler Lillian Saxegaard idet hun setter en rykende varm og velsmakende pizza på bordet foran oss.

Grasrot - lokale kvinner organiserer seg

Drivkraften har vært HUAIROU COMMISSION

En engasjert LOP-er deler med oss en historie om hvordan kvinner nå blir hørt og har fått innflytelse på lokalt, nasjonalt og internasjonalt nivå.

Tekst: Anne M. Kaltenborn Lunde, medlem av LOP Oslo og omegn og medlem av Huairou Commission fra 1996

Historien begynte i 1995 da FN arrangerte en verdenskonferanse om kvinnespørsmål i Beijing, Kina. Da var det en stor gruppe uorganiserte grasrot kvinner som drog dit for å prøve å påvirke det som ble diskutert.

Lederen av FNs bosettingskommisjon (UN-Habitat) ble så imponert over deres innsats at han ba dem organisere seg for å delta og komme med sine synspunkter og erfaringer på den neste FNs verdenskonferanse i Istanbul, Habitat II, i 1996 der bærekraftig byutvikling, boliger for alle m.v. skulle diskuteres. Han døpte dem Huairou Commission etter navnet på landsbyen i Kina der de holdt til.

De organiserte seg, og den internasjonale organisasjonen Huairou Commission (HC) har nå eksistert i 20 år. Den er blitt et nettverk av nettverk i ca. 50 land med hovedkvarter i New York. Formålet er å støtte og styrke grasrotkvinner og få aksept for at deres erfaringer og kunnskap er viktig både på lokalt, nasjonalt og internasjonalt nivå.

GRASROTKVINNERS ORGANISASJONER

I en rekke land har fattige, lokale (grasrot) kvinner organisert seg for å løse lokale problemer og bedre levekårene til seg, sin familie og lokalsamfunnet. Grasrotkvinnernes organisasjoner som består av hundrevis av kvinner har selv organisert seg, og driver ulike typer innsats; kartlegging av utsatte steder ved naturkatastrofer, utvikling av planter m.v. som kan tåle flommer, samarbeid med lokale myndigheter om forebygging av naturkatastrofer, organisering av nødarbeid ved katastrofer, tryggere byområder for kvinner/jenter, hjelpetiltak ved HIV/aids, rettigheter for kvinner til land, eiendom, utdanning, kredit, fattigdomsbekjempelse gjennom microlån til inntektsgivende arbeid med mer.

HUAIROU GIR HJELP TIL SELVHJELP

Det har tatt 20 år å få gradvis aksept for grasrotkvinner deltakelse og innflytelse. Nå deltar grasrotrepresentanter fra HC på alle FN-konferanser. HC samarbeider med de fleste FN organisasjoner, får finansiell støtte fra en rekke land, internasjonale og nasjonale organisasjoner bl.a. Norad.

Bistanden fra hovedkvarteret for HC er "hjelp til selvhjelp". Hovedkvarteret i New York gir finansiell og annen støtte til de lokale kvinneorganisasjonene som er tilknyttet HC. Hovedkvarteret bidrar bl.a. med å organisere samlinger der grasrotkvinner kan utveksle erfaringer (likemannslæring) på en rekke områder, utvikle nye metoder, opplæring gjennom "Grassroot Academy", trening i samarbeid med lokale og internasjonale myndigheter m.v. Hovedkvarteret har også en hovedoppgave i å skaffe midler til aktivitetene som grasrotorganisasjonene driver, og de organiserer (på billigst mulige måte) virksomhetene, har et sekretariat, et styre, et "advisory board" og en gruppe fagfolk. Endel enkeltpersoner er medlemmer fra organisasjonen ble startet, endel internasjonale organisasjoner er samarbeids/partnere og, som sagt, grasrotorganisasjoner i ca. 50 land i alle regioner er medlemmer av HC. Lederen av HC har fått FNs høyeste utmerkelse for sin innsats.

EN NY VERDENSKONFERANSE, HABITAT III, SKAL HOLDES I 2016

Samarbeid med FN-organisasjoner foregår, som nevnt, på en rekke områder. Et viktig arbeid som nå pågår for fullt, er forberedelser til neste verdenskonferanse om bærekraftig byutvikling, Habitat III, som skal holdes i Ecuador i oktober. HC er sterkt involvert i forberedelsene, og har fått hovedansvaret for en rekke oppgaver, bl.a. å koordinere synspunktene fra det sivile

Det har tatt 20 år å få gradvis aksept for grasrotkvinner deltakelse og innflytelse!



samfunnet til en ny global handlingsplan. HC har også gjennomført et ekspertmøte der synspunkter fra et kvinneperspektiv på den nye handlingsplanen ble diskutert og rapportert. Representanter fra HC er med i FNs "policy units" som skal diskutere og lage innspill til handlingsplanen. I alle disse gruppene er representanter for grasrotkvinnerorganisasjoner med sammen med

andre eksperter.

Det gir håp. Kanskje kan dette bidra til en handlingsplan som tar på alvor grasrotkvinneres ressurser, erfaringer og kunnskap – som så settes ut i praksis.

Mer informasjon finner du på internett: <https://huairou.org/who-we-are>

LOP-er med NY BOKUTGIVELSE

LOP har mange aktive og kreative medlemmer, en av disse er Jan Sæterli. Han bruker pensjonisttilværelsen til bokproduksjoner, og mange spennende bøker har det blitt.

Jan er tilsluttet Gudbrandsdalen lokallag, og når han ikke skriver på sin neste bok finner han hyggelig felleskap der. Nå har han akkurat gitt ut sin femte bok i rekken, denne gangen en roman som har fått tittelen «Ubuntu».

Med bakgrunn som lærer i 15 år, og journalist i 20 år, har Jan en stødig penn. 72-åringen ble førtidspensjonert for 10 år siden, som en del av en fusjon mellom to aviser på Lillehammer. Men han har brukt pensjonisttilværelsen sin svært godt.

Akkurat i disse dager kommer han med enda en bok, denne gangen en barnebok som er beregnet for pluss/minus skolestart (6 år) med tittelen "Den modige lille elefanten."



Romanen Ubuntu handler om Andreas som for mange år siden var i Sierra Leone og har nå plutselig lyst til å dra tilbake. Men hvordan skal han forklare det for sin kone? Hun vet litt om at han har vært der tidligere, likevel klarer han ikke fullt og helt forklare henne hvorfor det er så viktig for ham å reise dit akkurat nå. Andreas drar for å finne mennesker han en gang kjente, spesielt ei som gjorde sterkt inntrykk på ham på grunn av hennes styrke og overlevelsessevne. Dette er en bok om menneskelige relasjoner som gjør inntrykk på hverandre, og som skaper bånd rundt harde omstendigheter.

KILDE: Anmeldelse på nettstedet <http://ibokhylla.blogspot.no>

ANDRE BØKER AV JAN SÆTERLI:

Den usynliges saga

(dikt, 2012)

Valget

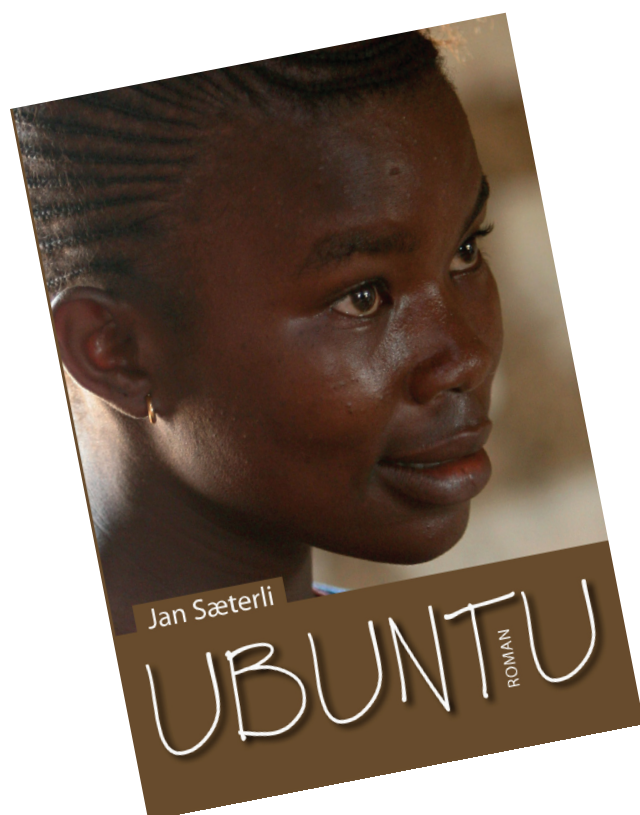
(roman, 2011)

Miks - enkle tanker om litt av hvert

(dikt, 2010)

Glimt fra Sierra Leone

(reisedokumentar, 2009)



Gled deg allerede TIL JULETUREN 2016!



Tururvalget i LOP var på en kvalitetssikringstur til Budapest 6.-9. desember 2015. Dette var en forberedelse av juleturen vi vil tilby i 2016. Les vår rapport, og bli inspirert til å delta! Det kommer mer informasjon og påmelding senere.

Deltakere på reisen var Turid Mæhre Olsen (Mosjøen), Anne-Marie Naglestad (Oslo) og Turid Frimo (Oslo).

Oslo. Middagen spiste vi på restaurant Kaltenberg ca. 700 m. fra hotellet, nok en gang et velsmakende måltid.

DAG 1: Vi ble møtt på flyplassen av agentens representant, Istvan, som snakker norsk etter å ha gått både ungdomsskolen og videregående skole i Norge. Han tok oss med på en skikkelig sightseeing rundt både i Buda og i Pest. Vi fikk god kaffe og nydelig ungarsk kake på et koselig konditori, en pause som egentlig var ganske nødvendig da vi hadde reist hjemmefra kl.05.30. Lunsjen inntok vi på restaurant Bor la Bor med en skikkelig ungarsk koldanretning og gulasjsuppe som var meget god og passe krydret. Måltidet var velsmakende og hyggelig betjening. Middagen kom litt fort på oss i forhold til at vi hadde spist en sen lunsj, så neste år anbefaler vi at lunsjen legges tidligere i stedet for tur på konditori. Middagen spiste vi på restaurant Boom & Brass, en god veltilagett middag med tre retter og god ungarsk rødvin. Det kan være litt langt å gå ca 1200 meter fra hotellet, så vi vil opplyse om at folk må ta med gode sko og være forberedt på å gå litt.

DAG 2: Denne dagen var lagt opp som en fridag, denne benyttet vi på to ulike julemarkeder. Det ene lå ved restaurant Bor La Bor og var av meget høy kvalitet. Dette markedet er kåret til Europas beste i 2015. Det andre lå nærmere Donau, rett ved "Pariserhjulet" og var derfor ikke vanskelig å finne. Dette markedet minner mer om "Bondens Marked" her hjemme, men mange er interessert i spesialprodukter, slik at dette markedet bør også besøkes neste år. Lunsjen inntok vi på et konditori ved det "beste" julemarkedet. Et konditori med en spesiell stil som minnet om "Halvorsens Konditori" i

DAG 3: Dette ble den største opplevelsen. Istvan kjørte oss ut av Budapest i ca en time og først til Visegrad, hvor vi så en morsom middelalderforestilling og spiste på restaurant Renaissance, et måltid som var lagt opp etter mønster av middelalderens matskikker, bl.a. en velsmakende viltsuppe. Etterpå kjørte han oss til Szentendre, en nydelig liten landsby med kunstgallerier og mange små koselige butikker som hadde skikkelig utvalg av alt en kan tenke seg å kjøpe som julegaver. Tilbake i Budapest kjørte han oss til det største julemarkedet ved domkirken, et julemarked mer i tradisjonell julemarkedsstil, men med mange gode artikler til ganske lave priser. Middagen ble inntatt på restaurant Spoon Boat ca 1400m fra hotellet. Et meget elegant sted, høy kvalitet både når det gjaldt innredning – mat – drikke, det var spesielt morsom å se hvorledes de presenterte maten og hvor flott sevice det var. Bårestauranten lå på Donau rett overfor det konglige slott, som var flott opplyst, nydelig å se på i kveldsmørket.

DAG 4: – Hjemtur. Istvan kjørte oss til flyplassen og vi kunne bare takke ham hjerteligst for disse fine dagene i Ungarn. Flyet gikk slik at vi var på Gardermoen kl. 16.10, noe som gjorde at vi alle tre kom hjem samme kveld også Turid M.O. som bor i Mosjøen.

VALUTA: Vent til du kan gå i minibank rett i nærheten av hotellet. De fleste utvalgene på julemarkedene tok euro eller kort.



ROMA

Møt våren i “den evige stad”
23. – 27. mai 2016

Turpris kr 9450,- pr. pers.
Pluss flyavgifter ca kr 450,-
(med forbehold om endringer)
Totalt ca kr 9900,- pr. pers.

Turprisen inkluderer:
Oslo – Roma t/r
4 netter i dobbeltrom på 4* hotell
4 frokoster
1 lunsj
3 middager
½ flaske vin + vann inkl. til alle lunsjer og middager
Utflukter som beskrevet i programmet
Tips på restauranter
Reisevert fra LOP
Reiseleder fra Norsk Tur

Tillegg:
Enkeltrom kr 2600,-
Ekstra drikke til inkluderte måltider
Frivillige utflukter:
Tivoli og katakombene kr 990,- inkl. lunsj
Vatikanet kr 550,-

LOP er representert ved turutvalget.



Dag 1: Andiamo in Italia!

Vi flyr fra Oslo til Roma. Etter innsjekking vil reiseleder ta dere med på en orienteringsrunde til fots i området rundt hotellet. Det vil også bli tid på egenhånd. Dagen avsluttes med middag på hotellet om kvelden.

Dag 2: Roma – keiserens by

Denne dagen skal vi ha en rundtur i Roma, litt i buss, men mesteparten til fots. Vi skal se Forum Romanum og Colosseum fra det antikke Roma, Spansketrappen, Trevifontenen og Pantheon, før vi avslutter runden på Piazza Navona.

Dag 3: Tivoli og katakombene (frivillig utflukt)

I dag går turen ut av Roma, og vi kjører mot byen Tivoli og keiser Hadrians store villa-anlegg, Villa Adriana. Her kan man beundre rester av flott arkitektur og fine bassenger som tilhørte en keiser med sansen for det vakre og kunstferdige.

Om ettermiddagen besøker vi katakombene – underjordiske huler som de første kristne gravde ut for å begrave sine døde.

Dag 4: Vatikanet (frivillig utflukt)

I dag skal vi besøke Vatikanstaten, verdens minste land, men hjemmet til en av verdens største kirker – Peterskirken. Vi får også se Vatikanmuseet og det sixtinske kapell med Michelangelos og Raffaels berømte frescommalerier.

Dag 5: Hjemreise

Formiddagen er til egen disposisjon. Espresso eller italiensk is på en koselig lokal café, kjøpe parmesanost på markedet eller gå på jakt etter et par nye italienske sko...hva vil du? Husk å kaste en mynt i Trevifontenen så du vet at du kommer tilbake til denne vakre byen. Derfor sier vi ikke adjø, men heller: Arrivederci Roma!

Se fullt program på www.norsktur.no/lop
Du kan også ringe til Norsk Tur på telefon **38 12 03 35**
Telefonen er betjent man-fre 08.30-15.30



SKOTTLAND

Med Military Tattoo
22. – 27. august 2016

Turpris kr 14 990,- pr. pers.

Turprisen inkluderer:

Fly Gardermoen – Skottland t/r
Flyavgifter
Buss ifølge program
2 netter på Radisson Blu Glasgow 4*
3 netter på Hilton Dunkeld House 4*
5 frokoster
3 lunsjer
5 middager
1/2 fl vin, øl eller mineralvann til inkluderte middager samt til 1 av lunsjene
Kaffe etter middager
Utflukter ifølge program
Tips
Reisevert fra LOP
Reiseledere fra Norsk Tur

Tillegg:
Enkeltrom kr 2500,-

LOP er representert ved turutvalget.



Dag 1: Norge - Glasgow

Vårt skotske eventyr starter i Glasgow.

Dag 2: Glasgow - Skottlands mest spennende by

Vi tar en rusletur så vi blir bedre kjent med noen av byens severdigheter – bykjernen med sin ”kvadratur” fra 1700-tallet, vakre bygninger i jugendstil, fargerike brosteinsgater, morsomme butikker og gallerier og et yrende kaféliv.

Dag 3: Loch Lomond og det vestlige høylandet

I dag går turen til den vakre innsjøen Loch Lomond. Med sine mange små øyer regnes dette som en av perlene i det sentrale Skottland. Vi besøker en verneverdige miniputt landsbyen Luss, og om ettermiddagen ankommer vi den koselige og pittoreske byen Dunkeld som skal være vår base under resten av oppholdet.

Dag 4: Edinburgh og Tattoo

Idag får vi en begivenhetsrik dag i Skottlands hovedstad. Vår lokalguide viser oss flere kjente severdigheter, og om kvelden står turens høydepunkt på programmet – Edinburgh Military Tattoo, som finner sted på borgplassen ved Edinburgh Castle. Gled deg til en musikalsk reise.

Dag 5: Pitlochry og Blair Castle

Vi besøker den koselige byen Pitlochry før turen går videre til Blair Atholl og Blair Castle. Deretter blir det besøk på Skottlands minste whiskydestilleri, Edradour. I kveld skal vi oppleve en ekte skotsk aften med sekkepipedemusikk, dans og skottenes nasjonalrett, Haggis.

Dag 6: Hjemreise

Vi får med oss spektakulære Falkirk wheel, før vi vender nesa hjemover etter innholdsrike dager i Skottland!

Se fullt program på www.norsktur.no/lop
Du kan også ringe til Norsk Tur på telefon **38 12 03 35**
Telefonen er betjent man-fre 08.30-15.30

PÅ TUR TIL BRIMILAND

Tekst: Ragnhild Mølster Lidal

Tidleg om morgonen 18.august var 36 personar frå Voss og omland LOP på plass i bussen saman med sjåfør Kjell og reiseleiar Knut. Me skulle på tur og denne gongen ikkje ut til havet som i fjor, men til fjells. Brimiland i Lom var reisemålet for turen.



Brimi Fjellstugu



Prøvesmaking i Beito Ysteri

Gudvangatunellen var stengd etter den dramatiske bussbrannen, så vi måtte ta ein omveg over fjord og fjell. Turen gjekk via Hardangerbrua, Eidfjord og Hardangervidda, vidare til Gol og over Golsfjellet til Fagernes før vi nådde fram til dagens lunsjstopp, Beitostølen. Vi vart eindel forseinka på grunn av tunellstenginga, med ingen sure miner, vi fekk tur over to ekstra fjelloverganger i det strålende veret.

Lunsj og omvising på Beito Ysteri var programmet her. Vi fekk informasjon om oppstarten av Ysteriet og kva typar ost dei lagar. Gjennom glasvegger kunne vi sjå både produksjonslokale og rom med hyller der osten vert lagra. Med tidleg frukost og lengre tur enn planlagt var det ein svolten gjeng som ikkje gjorde skam på korkje ost eller andre lokale produkt som vart servert.

Desse ostane er ikkje å få kjøpt på Voss, så det var mange som kjøpte eit stykke både av ein og fleire typar. Pølser med ulik smaktilsetjing og flatbrød, lokalt produsert, var mellom dei andre godsakene som var til salgs og som vart med i bagasjen heim.

Turen gjekk vidare over Valdresflya til Brimiland og Brimi fjellstugu. Denne fjellstova blir driven av Vegar Brimi, ein slektning av Arne Brimi. Brimi Fjellstugu, Brimi sæter, nabo til fjellstova, Vianvang, der Arne Brimi serverer gourmet mat og Brimibue i Lom er alle ein del av Brimiland.



Vegar Brimi ynskte oss velkomen og vi installerte oss i koseleg rom. Ein liten spasertur i området vart det og tid til før middag. Naboen, Brimi Sæter, var eigentleg stengd den dagen, men nokre av oss greidde å få ei omvising der likevel, og litt handel vart det jammen der og.

Før middagen vart servert i den nybygde matsalen fortalte Vegar humoristisk og levande om Fjellstugua, oppstarten og drifta. Vi vart servert eit framifrå måltid med god drikke til, enten det var reint fjellvatn eller drikke frå sørlegare land smaka alt godt.

Etter ei god natt søvn i frisk fjelluft og ein god frukost, gjekk turen til Lom sentrum. Mange har nok reist gjennom Lom både ein og fleire gonger, men har kanskje berre gjort det, reist igjennom. Denne dagen var det tid til ein litt lengre stopp med omvising og besøk fleire stader.

Først gjekk turen til Lom stavkyrkje der ein ung guide fortalde levane og interessant om kyrkja. Fjellmuseet var neste stopp. Her fekk vi høyra og sjå at når breane minkar kjem ting frå forhistorisk tid fram i dagen.

Døme som vi fekk sjå var gamle ski og strikkeklede. Interessant å sjå og høyra.

Men no var vi både svoltne og kaffitørste og då var «Bakaren i Lom» eit greit stopp for mange. Både kaffien og ikkje minst bakarvarene smaka godt. Siste stopp var Steinsenteret. Her var det mykje flotte smykke av alle slag og med mange ulike steinslag. Handelen gjekk livleg før vi måtte tenkja på heimveg.

Eit kort stopp ved Sognefjellshytta i solskinnet var det tid til. Her såg vi svenske skiløparar som trente på ei stor fonn nær vegen, og datoen var 19.august!

Turen heim vart litt forlenga på grunn av tunellstenginga, men i fint ver er ein tur ut Sognefjorden gjennom Luster, Sogndal og Leikanger til Hella berre kjekt. Ferjeturen over Sognefjorden til Vangsnes gjekk greit og det gjorde turen over Vikafjellet og. Her og låg det svært mykje meir snø enn vanleg for årstida.

Og så var vi heime att etter ein svært vellukka tur. Takk til sjåfør Kjell som køyrde oss trygt og stødig opp og ned av fjell og langs fjordar og tusen takk ikkje minst til reiseleiar Knut Sæten for nok ein vellukka tur for medlemmer i Voss og omland LOP.



HJELP NÅR DU TRENGER DET!

Våre spesialrådgivere gir gratis bistand til medlemmene. LOP er eneste pensjonistorganisasjon som gir slik personlig hjelp, i saker man ofte bruker advokat.

Jan Mønnesland gir bistand/veiledning i alle pensjonssaker som berører medlemmer. Tlf. 46928066 E-post: jmoenn@online.no

Birgit Kristensen gir konfidensiell bistand i saker som berører testamenter, arv, skifte og booppgjør. Tlf. 412 18 044. E-post: skiftevei@live.no

Indre Østfold lokallag

20-ÅRS JUBILEUM

Tekst: Randi Frankrig

Torsdag 19.november feiret Indre Østfold lokallag sitt 20-årsjubileum med et førjulstreff på Bamsrudlåven i Mysen. 43 personer deltok på festen, det gjorde også våre inviterte gjester fra LOP sentralt, fra Moss lokallag og Eidsberg kommune, som er lagets vertskommune.



Leder Randi Frankrig takker Gunnar GP Pedersen for underholdningen



Et glimt fra selskapet



Gaveoverrekkelse ved L. Saxsegaard

Kvelden startet med at leder ønsket velkommen. Berit Johannsson viste film og fortalte fra Julemarked i Jerusalem, og fra Betlehem med mer. Etter det ble vi servert en herlig julemiddag med dessert og kaffe. Lagets leder holdt en tale, der framkom det at medlemstallet er tredoblet siden 1995. Og at det er viktig at vi husker på å framsnakke LOP og lokallaget, sånn at det blir kjent at LOP bør være førstevalget for offentlige pensjonister.

Styremedlem Erik Hageler, Indre Østfolds trubadur, hadde diktet jubileumssangen. Det var hilsener og gaveoverrekkelser fra LOP sentralt ved Lillian Saxegård, fra Moss lokallag ved Turid Nørving og fra kommunene ved Terje Pettersen. Underveis ble det fortalt morsomme historier. Kveldens, gode og morsomme underholdning, var ved Gunnar GP Pedersen, kjent som programleder fra Nitimen, Glade minner mm. Etter underholdningen var det snart klart for kaffe og et rikholdig kakebord. Kvelden ble avsluttet med at leder leste diktet en stjerne:

**En advent så vakker
med lys og med sne,
en stjerne på him'len,
løft blikket og se**

**Vår stjerne den hilser
høytidlig og flott.
Med håp om at alle
kan ha det litt godt.**

**Den sender et budskap
med kjærlighet stor.
La omtanken spre seg
omkring på vår jord.**

**God jul her til alle
vi sender av sted,
med ønsker og tanker
om at du stjernen vil se.**

Vellykket iPad-kurs

Indre Østfold lokallag har høsten 2015 gjennomført et vellykket kurs i bruk av iPad. Dette gjorde vi med hjelp av, og undervisning av, elever ved ungdomsbedriften YouLearn ved Mysen videregående skole. Deres forretningside er å tilby IT-kurs til personer som har behov for mer teknologisk kunnskap.

Vi startet opp med kurs for nybegynnere med 22 deltakere. De ble fordelt på to kurs. Til videregående kurs var det 17 deltakere. Flere ønsket å være med, men dessverre passet ikke tidspunktene for alle. Fjorten elever var i aktivitet for å gi oss grunnleggende opplæring i bruk av iPad. Vi hadde behov for ungdommenes kompetanse, og ungdommen fikk erfaring i å undervise og de fikk penger i kassa til en planlagt tur til Spania. Vi hadde også denne gangen en positiv opplevelse av å samarbeide med Mysen Videregående skoles ungdomsbedrift. Kurset hadde også besøk av NRK Østfold radio. Deltakere og elever fra YouLearn ble intervjuet og innslaget ble sendt på Østlandssendingen.



SANG TIL INDRE ØSTFOLDS 20-ÅRS JUBILEUM

Skevet av Erik Hageler, melodi: Teddybjørnens vise

Vi er en pensjonistforening, kjekk som bare det, som fyller tjue år, og det kan sikkert alle se. Om vi er unge, har vi jo erfaring likevel. Vi samles for å feire vår forening her i kveld. Du sitter her på låven, og du spiser ikke grøt, men koser deg med grisen som vi håper at du nøt. Vi synger om vårt lag i dag og åra som har gått. Å feire jubileum er jo trivelig og flott! Man dannet første L.O.P. før krigen kom i gang. Vi synger mest om nåtida i denne lille sang. Og lederne het Magne, de het Frede, Alf og Odd, men damene kan mere enn å gå og selge lodd. En gang var sjefen formann, men den tida er forbi, og Randi har vært leder siden to tusen og ni. Men til å smøre snitter er nok damer aller best, for de har lang erfaring fra sin hverdag og fra fest.

Vi møtes i en kirkestue, vinter, vår og høst, På Bamsrudlåven spiser vi et julebord til trøst. Hvert møte bringer gjester som har stoff fra fjern og nær, en pol'timann og en sjåfør og en som sylter bær, og Høidal er jo fengslende, en Svale flyr av sted, og ennå er det mange fler vi ikke kan få med. Slik holder vi oss oppdatert om mange ting som skjer. Snart kommer tjueseksten, og da får vi høre mer.

For tiden har vi vervet flere nye til vår flokk, men vi vil bli no'n flere og syns aldri det er nok. Vi favner alle offentlige i vår region og jobber for at vi skal få en rimelig pensjon. Med Erna kan vi drøfte Statens pengebruk og trygd, så vi får no' å leve av i både by og bygd. Vi har det godt og drar på tur og finner nye mål. Ja, hipp hurra for L.O.P, hev glasset til en skål!

EN FANTASTISK FLOTT TUR TIL ROMA OG SORRENTO

Tekst: Willy Jan Lønne, Leder av Turkomitéen i LOP, Bergen og omland



LOP, Bergen og omland gjennomfører hvert år fire turer, en dagstur, en norgestur, en europatur og en sydentur. På dagsturen deltar vanligvis vel 40, mens på de andre turene er vi mellom 20 og 30 deltakere, en akkurat passe stor gruppe. Aldersspredningen er stor - fra slutten av 60-årene til 90 år, og det er et klart flertall kvinner. Vi føler oss som en homogen gruppe, der alle føler seg trygge. Reiselederne er spesielt opptatt av at de som reiser aleine blir integrert i gruppen. Derfor velger de å reise med oss, og vi har mange gjengangere.

I denne artikkelen skal jeg fortelle om turen til Roma og Sorrento. Det vi legger stor vekt på, er å få gode guider som snakker tydelig, helst skandinavisk, og har stor fagkunnskap. Det er og viktig å ha øretelefoner slik at vi til enhver tid hører hva guiden sier. Dette var til fulle oppfylt på turen.

Turen startet på Flesland 27. mai med 20 forventningsfulle deltakere, og vi hadde tre reiseledere fra turkomitéen. De tre første dagene var vi i Roma. Vi bodde på hotell Cecil sentralt i Roma nær Spansketrappen. Første dag

hadde vi til fri disposisjon. Om kvelden dro vi i samlet flokk ledet av den finske guiden Leena Heikkilae for å spise middag på Ristorante Il Giardino di Albino. Hun snakket et tydelig svensk som alle forsto. Vi fikk servert et typisk italiensk velsmakende måltid med mange pastaretter.

Dag to dro vi med lokalbuss til Colosseum. Vi hadde en ung italiensk guide, Dario Bartoli, som snakket utmerket norsk. Han hadde studert norsk i Roma og vært guide i Norge. Etter Colosseum dro vi til Forum Romanum. Etter en lærerik, men slitsom spassertur spiste vi en god lunsj på Ristorante La Lanterna. Etter lunsj var dagen til fri disposisjon, men før middag hadde vi en trivelig samling på toppen av hotellet, der deltakerne ble bedre kjent med hverandre. Vi hadde alle et kort innlegg om hvem den enkelte var. Dette anser vi å være svært viktig.

Dag tre møtte vi den norske guiden Kirsten Jacobsen fra Molde. Vi tok metroen til Vatikanet. Her gikk vi hele formiddagen rundt mellom utrolig mange turister – en flott men svært slitsom opplevelse. Vi var glade da vi satte oss ned til lunsj på Ristorante Al Passetto di Borgo.

Middag spiste vi på egen hånd om kvelden.

Dag fire var en transportdag da vi dro sammen med Leena med buss fra Roma til Sorrento ved Amalfikysten. Vi ble innkvartert på det flotte hotellet Hilton Sorrento Palace litt opp i høyden. Dagen ble avsluttet med middag på hotellet.

Dag fem ble en svært innholdsrik dag da vi dro for å se Pompeii sammen med den svensk/italienske guiden Flavia Bergmann, en sjarmerende ung energisk dame som virkelig imponerte oss. Vi vandret rundt 2,5 timer i Pompeii, som var mye større i utstrekning enn vi forventet. Der var mange artige detaljer, for eksempel gatekjøkken, bakeri, bordell, badhus m.m. Vi testet akustikken i det minste amfiteateret. Da må du stå på en spesiell plass. Det virket! Gatene var belagt med store steiner, og det var nok mye bråk fra hestevognene. De romerske vognene hadde like breie aksler slik at de akkurat passerte gjennom brosteinsovergangene. Vi så spor etter vognhjulene i steinunderlaget. Pompeii ble ikke begravd av lava, men av et 6 meter høyt dekke av aske og pimpstein. Av de rundt 10.000 innbyggerne døde rundt 2.000 momentant av varm aske på mellom 300°C og 500°C. Vannet fra fontenene var kaldt og godt og mange fylte vannflaskene sine.

Etter denne opplevelsen tok vi lunsj i Ristorante Il Principe. Det var en fin restaurant med dekorasjoner fra antikken. Menyen var etter gammelromersk skikk der vi fikk speltbrød, vaktelegg, geitost m/urter, neslepai, blekksprutskiver, oliventapenade og til hovedrett var svinefilet rullet i mandelhakk. Desserten var ostekake med honning og kandisert frukt – alt var gjennomført og godt. Etter lunsj valgte 9 deltakere å ta toget tilbake til Sorrento. Resten tok bussen opp de bratte svingene til Vesuv. Den siste biten opp til vulkankrateret gikk vi på en bratt vei med løssand, noe som var relativt slitsomt. Men da vi kom opp, fikk vi lønn for strevet med en fantastisk utsikt utover Napolibukta, og vi så med ærefrykt ned i et av de farligste kraterne på jorda. Denne vulkanen kunne utslette en by på over 1 million innbyggere. Skremmende tanker vokste fram, og vi fikk vel alle litt sympati med dem som hadde slått seg ned oppover fjellsiden, men jeg fikk forståelse for at de ikke ville flytte fra dette flotte landskapet. En fjellguide orienterte oss litt om vulkanen. Vulkanen hadde sitt siste større utbrudd i 1944, og nå er det så lenge siden at vulkanologene frykter at neste utbrudd kanskje vil bli på størrelse med det ødeleggende utbruddet i år 79 e.Kr.

Dag seks skulle vi til millionbyen Napoli. Vi ble hentet av den finsk/svenske guiden Tarja Vilén og dro først til Det Arkeologiske Museet. Der så vi og fikk informasjon om skulpturer og bilder, diverse gjenstander, mosaikk fra Pompeii, erotisk kunst m.m. Etterpå hadde vi en byvandring til fots. Vi spiste lunsj på Ristorante

Ciroa Medina før vi reiste tilbake til Sorrento. Om kvelden hadde vi en svært hyggelig felles middag på en fiskerestaurant ned i havnen.

Dag syv ble en svært lang og innholdsrik dag, der vi dro langs Amalfikysten mot Salerno. Første stopp var Positano, en liten by med om lag 4000 mennesker, der turisme og fiske er hovedinntekten. John Steinbeck kalte byen for "verdens eneste loddrette by" da han var her i 1953 og skrev en artikkel om byen. Dette åpnet for turisme, særlig hippier på 1960- og 1970-tallet, og senere rikfolk. Byen var helt spesiell og var en opplevelse der vi dro med bussen bratt ned mot havnen. Her vandret vi i trange gater blant lokalbefolkningen og turister. Vi dro videre forbi Salerno til guiden Flavia Bergmanns bøffelgård i Pontecagnano, der vi fikk omvisning og lunsj bestående av gårdens produkter, bl.a. mozzarellaost, paier og ricottaost. Vi skulle besøke meieriet og bøflene, men tiden løp fra oss. Så vi ble invitert inn i det ærverdige gamle huset der vi fikk se video av osteproduksjonen, og til slutt fikk vi hilse på oksene. De hadde 17 i arbeid på garden, 600 bøfler derav 200 som daglig ble melket. Hver av dem ga 9-10 kg melk i døgnet som igjen ga netto 1,3 tonn ost i døgnet. De tok 12 euro pr kg. Vi kjente igjen morbærtre, magnolia og lignende i hagen. Ellers så vi korn- og maisåkre. Så kjørte vi til Paestum, der det er tre vel bevarte templer. Det eldste er fra år 550 f.Kr., bygget av greske kolonister til ære for den greske gudinnen Hera. Templene er bygget i dorisk stil. Vi vandret rundt og studerte templene nærmere. Etter denne omvisningen gikk vi til muséet og så på gravtegninger som var funnet på innsiden av gravkamrene og tempeldekorasjoner. Vi kom hjem til en svært forsinket middag kl 2100.

Dag åtte ble vi hentet av guiden Tarja og tok bussen ned til havnen Marina Piccolo der vi tok båt ut til Capri. Fra Capri havn tok vi buss opp til Ana Capri og besøkte først Dr Axel Munthes Villa som er bygget over restene av keiser Tiberius villa fra ca år 30 e.Kr. Herfra hadde vi en fantastisk utsikt ned mot Capri by og havnen. Vi besøkte også en flott kirke med mange alter, og over hele golvet var malt et maleri med mange dyr. Vi spiste lunsj på Le Terrazze der vi kunne velge mellom 16 retter, alle til 13 euro. Etterpå tok vi buss ned til Capri by der vi hadde en kort omvisning. Så bar det med funicularen ned til havnen, der vi tok en båttur rundt øya og var innom ulike grotter. Om kvelden avsluttet vi oppholdet med festmiddag på Ristorante O'Parrucchiano. Vi satt ute under sitrontrær og hadde en festlig avslutning av turen. Dagen etter dro vi hjem til Bergen.

Denne turen vil jeg anbefale flere LOP-lag å gjennomføre. Det var en fantastisk flott og lærerik opplevelse. Av ni innleverte evalueringsskjema ga åtte toppkarakteren 6 og en ga 5.

LOP ØVRE ROMERIKE TURER FRAM!

Tekst: Petter Olsen



Å dra på tur fra Jessheim til Halden og Fredrikstad høres ikke så veldig spennende ut, men vi stolte på at vår suverene reisegeneral, Arne Mythe, også denne gang hadde overraskelser på lur. 30 pensjonister meldte seg på, og ingen ble skuffet.

I slutten av august dro vi av gårde. Med vår faste sjåfør Vidar bak rattet dro vi gjennom frodige landskap i fint sensommervær.

Første stopp var Askim Frukt- og Bærpresseri. Der ble vi tatt vel i mot av medeier og daglig leder, Astrid Lier Rømuld. Mens vi koste oss med smaksprøver av ymse slag, fortalte hun levende og instruktivt om hvordan bedriften hadde utviklet seg til å bli en av Norges ledende i sitt slag. I bedriftens lille museum kunne vi ved selvsyn se utviklingen. De fleste passet også på å kjøpe med seg noe fra det rikholdige utvalget i salgsavdelingen.

Turen fortsatte til Fredrikstad der vi spiste lunsj i trivelige Majoren Restaurant i Gamlebyen.

Så tok en flink guide oss med på en rundtur i byen før vi fortsatte til Fredriksten Hotell i Halden. Hotellet ligger vakkert til med utsikt over Halden, og vi koste oss i hyggelige omgivelser, med god middag og sosialt samvær før vi roet oss for natten.

Etter frokost dagen etter gikk turen til Borregård. De fleste av oss hadde nok regnet med et noe kjedelig foredrag om tremasse og papirproduksjon. Vi kunne

ikke ha tatt mer feil!

Guiden vår, Endre Steinbru, tok utgangspunkt i et grantre, og hva moderne kjemi og forskning får ut av det. Og det er ikke lite! Noe går fortsatt til cellulose, men kjemiske prosesser får ut bl.a. etanol, vanillin og lignin. Disse stoffene brukes videre i framstilling av batterier, biodrivstoff og betong, tabletter, tannpasta og tekstilfarger, kunstsilke, kosmetikk og mye mer.

Borregaard er bl.a. alene i verden om å lage tømmerbasert vanillin som erstatter vanilje som smakstilsetning i iskrem og sjokolade, parfyme og farmasøytiske produkter. Etter to timer undervisning og omvisning, som gikk som en røyk, dro vi videre.

Neste stopp var Refsnes Gods på Jeløya. Der spiste vi lunsj i vakre omgivelser. I tillegg fikk vi omvisning og kunne beskue all kunsten, både på vegger og ellers, som Refsnes er kjent for.

Gode og mette både av mat og inntrykk, tok vi fatt på hjemturen. Så glade og fornøyde som vi var etter en vellykket tur, gjorde det ingen ting at vi ble stående en time i kø på motorveien på grunn av et trafikkuhell.

MED LOP SANDNES OG JÆREN TIL PRAHA

Tekst: Marie Østråt Søndervik

Mandag 17 august kl. 11 landet 34 pensjonister i Praha. Her ble vi møtt av Martin Karlik som skulle være vår guide.

Litt om Martin som var en utrolig dyktig guide: Han hadde begynt å studere i 1993, da skulle han ta tysk, men ønsket noe i tillegg. For han virket norsk som et lite eksotisk språk, som få i Tsjekkia kunne, derfor ble norsk valgt. I dag levde han av det, og drev firma som guide og turtilrettelegger. Ikke bare snakket han et perfekt norsk, vi lærte også mye om Tsjekkia sin historie koblet mot Tsjekkia av i dag.

Vi kjørte direkte til Strahovklosteret, hvor vi fikk lunsj på Klosterbryggeriet, her var det utsikt over hele byen. Etter god mat, og en orientering om hva vi så, gikk turen videre til Ramada hotell midt i byen. Fra gaten så vi nesten ikke hotellet, som bestod av tre bygninger. Rommene var store og fine, og når vi lærte hvilken heis vi skulle bruke gikk alt fint. Om kvelden skulle vi ut og spise middag og turen gikk med trikk og kabelbane. Restauranten lå midt i Petrin-åsen. Her var det en fantastisk utsikt mot Borgen og ut over hele byen.

Tirsdagen kom med regnvær, men det ble sightseeing, buss til Borgen og så spasertur tilbake over Karlsbroen og igjennom Gamlebyen. Om kvelden var det cruise på Moldau med middag og tre stykker som spilte gladjazz.

Onsdag kjørte vi til Podbrady, hvor vi fikk omvisning i krystallfabrikken og fikk se hvordan de slipte krystallet. Deretter besøkte vi fabrikkutsalget, hvor det var mye som fristet. Turen gikk videre til Kunta Hora hvor vi besøkte St. Barbara katedralen, den var Tsjekkias nest største katedral, bygget i Gotisk stil. Vi besøkte også den svært spesielle kirken som ofte blir kalt beinkirken og står på UNESCOs kulturarvliste. Hele kirken var dekorert med bein og hodeskaller. Om kvelden var det middag med Folkloreaften, her ble vinen servert ved hjelp av spesielle glasspiper.

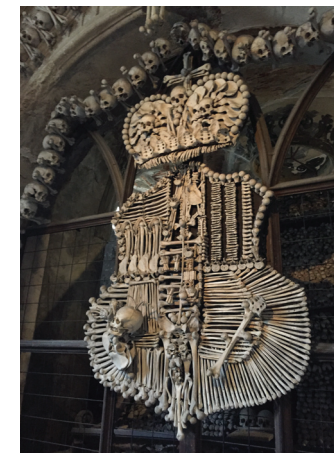
Torsdag var vi på Skoda-fabrikken, og mye må ha forandret seg fra vi sa "Kjøp Skoda og begynn og begynn å gå da...". Dette var en stor flott fabrikk som i dag produserte 750 000 biler i året. Det var også et museum som viste historien fra fabrikkens ble startet for ca. 100 år siden. Om kvelden hadde vi middag i en ekte middelalderkneipe i omgivelser fra ca. 1300 tallet. Her fikk vi se magedans, feking og ildsjonglering.

Fredag var det tid til en liten tur i gatene og eventuelt et butikkbesøk før turen gikk til flyplassen og tilbake til Sola. Så var noen dager med mange opplevelser og tett program over.

Nok en kjekk tur i regi av LOP Sandnes og Jæren. Tilrettelagt av Sør Vest reiser.



Lunsj i Strahovklosteret



Beinkirken i Kunta



Guiden vår Martin

MØLJEKVELD PÅ SJØTUN BRYGGE

LOPs årlige møljefest gikk av stabelen 19. februar, et arrangement vi som vanlig hadde i samarbeid med Utdanningsforbundets pensjonister. I alt var vi 44 deltakere, ganske likt fordelt på de to foreningene.

Tekst og foto: Sigmund Nordmo



Også i år gikk turen til Per Tore Uteng på Sjøtun Brygge. På såpeglatte veier tok turen ca. en time. Bare for noen dager siden hadde det gått ras på Kattfjordeidet, så vi var særlig årvåkne da vi passerte stedet. (En av de påmeldte trakk seg da hun hørte at sjåføren valgte denne ruten...)

Da vi hadde benket oss på Sjøtun ønsket Einar Stenersen velkommen. Han er styremedlem i begge foreningene, og var derfor en naturlig toastmaster i lederens fravær. Per Tore orienterte om dagens meny, og så slapp mannfolkene (!) først til serveringsbordet. Og sannelig var det litt av en meny: Fiskeuppe som forret. Så fin, hvit skrei, poteter, kokt rogn skjært opp i delikate skiver, lever, med rå løk i en bolle ved siden av, og ikke minst: Sprøstekte torsketunger!! Så en for meg ny rett: Rogn med innbakt lever. Det lokale navnet er jålk, uten at jeg kan garantere skrivemåten.

Mens vi lot maten synke litt før desserten informerte Einar om dannelsen av Lærernes Pensjonistforbund. Pensjonistene i Utdanningsforbundet ønsker å danne sin egen pensjonistorganisasjon på siden av sin fagforening. Her er det også på tale med et samarbeid med LOP.

Til dessertbordet var det damenes tur til å forsyne seg først. Valget sto mellom hjemmelaget karamellpudding og kavring med kulturmelk.

Med øl og akevitt til ble dette et himmelsk måltid.

Tore Hansen avsluttet med en flott takk for maten-tale, og så var det bare å begi seg ut på glattisen igjen da bussen kom. Noen hadde broddene klare, så alle kom seg velberget inn. Det var ikke fritt for at det lød en og annen snorkelyd på turen heim.

TIL OSLO PÅ OPERATUR", - ja slik omtalte vi turen

Tekst: Marie Østråt Søndervik

LOP Sandnes og Jæren hadde fått Sør Vest reiser til å lage en spesiell tur for oss. Vi ville kjøre via Haugalandet og over Haukelid til Oslo og hjemover via "sørlandske". "Galskap å bestille tur over fjellet midt på vinteren", sa folk. Men turen ble fulltegnet den.

Vi dro av gårde fra Klepp tidlig en morgen, nordover via Sandnes og Stavanger til Akdsdal hvor flere av LOP Haugalandets medlemmer kom om bord. Reisekomiteen planlegger vanligvis noe spesielt for bussturer vi har. Denne gangen hadde Marie bakt massevis av frokostbrød, og kjøpt inn smør og pålegg. Under mye munterhet smurte reisekomiteen på og serverte deltakerne lunsj inne i bussen, mens det sludret og var skikkelig surt utenfor.

Været ble bedre og vi hadde en flott tur over Røldal og Haukeliset med hvite vidder og sol, mot Seljord hvor vi hadde tradisjonell kjøttkakemiddag. Vel framme i Oslo bodde vi sentralt og godt, 3 netter på Thon Hotel Opera.

Dagen etter var til fri disposisjon og den ble benyttet til forskjellige ting alt fra møte med slekt og venner, besøk på Stortinget hvor det var spørretime eller museumsbesøk.

Om kvelden var vi på Det Norske Teater og så stykket "Det merkelege som hendte med hunden den natta". Det var en sterk historie om en 15-årig gutt som er litt annerledes – Azbergers syndrom, og superintelligent vedrørende matematikk og fysikk. Historien viste oss hans vansker til å forstå og forholde seg til en vanlig foranderlig tilværelse, og de pårørendes vansker med å forstå og forholde seg til hans væremåte, som var

konkret og fastlagt. Gripende spill! Noe å lære for oss alle!

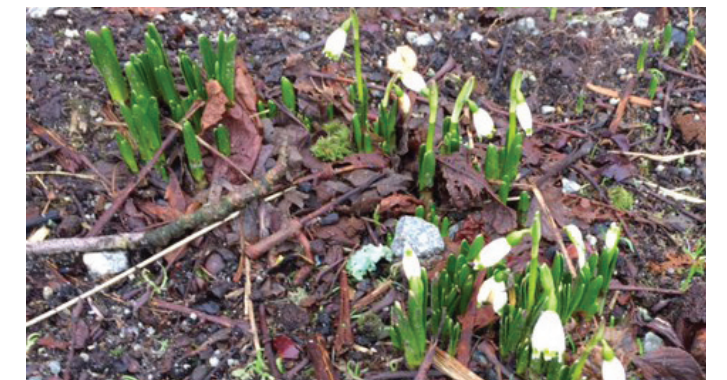
Tredje dagen startet med en to timers bysightseeing. Vi kjørte gjennom de eldste delene av Oslo, og guiden fortalte levende om utviklingen, bl.a. etter brannen midt på 1600 tallet. Da forlangte Kong Kristian kvart at byen skulle flyttes og bygges oppatt i mur. Guiden viste oss noen av disse gamle husene som fremdeles står der. Vi var også en tur oppe ved Holmenkollen og Frognerseteren, og fikk se den flotte utsikten over hovedstaden vår.

Etterpå var vi på Stortinget. Representant Eirin Sund fra Rogaland tok vel imot oss og overlot oss til en dyktig guide. Vi fikk en skikkelig rundtur med masse informasjon og fikk titte ned i Stortingssalen fra galleriet. Mange syntes denne biten av oppholdet var den beste.

Men dagen var ikke slutt, da kvelden kom skulle vi i Operaen og se La Traviata. Vi hadde fått tilbud om en times introduksjon om både forhistorien og selve innholdet i La Traviata før selve forestillingen, og det tok de fleste i mot. Gode billetter hadde vi også fått, slik at vi storkoste oss med fantastisk musikk og en spennende "moderne" oppsetning.

Det hørtes ut som en meget fornøyd gjeng som tok fatt på hjemreisen langs "sørlandske" E18 og E39 dagen derpå. Vi fikk både varm lunsj og stopp underveis med kaffe med "noge oppi" og kjeks. Underveis ble det tid til både vitser, quiz og andre små konkurranser.

Det var noen fine dager der vi hadde både vinter og vår på turen.



RESOLUSJON FRA BERGEN OG OMLAND LOP

Resolusjon frå årsmøtet i Landslaget for offentlege pensjonistar, Bergen og omland lokallag 26. januar 2016.

Innleiing:

I november 2015 la det nye byrådet i Bergen fram budsjettframlegg for neste år. Her kom det fram at byrådet reduserer normtida for heimhjelpstenestene. Dette betyr at tida heimhjelparane får nytte til å utføre arbeidsoppgåvene for eldre og pleietrengande minkar. M.a. fører det til kortare tid til morgon- og kveldsstell for enkelte grupper, og at oppgåver som tidlegare skulle utførast annakvar veke, nå berre skal gjerast tredje kvar veke.

Grunngjevinga er at andre kommunar nyttar mindre tid til dei tenestene som nå blir reduserte i Bergen, og at behovet for desse tenestene vil auke svært mykje, kanskje doblast, i tida framover.

Brukarar og pårørande peikar på at heimhjelparane allereie har sterke krav til effektivitet, og at sjukefråværet er høgt. Forskarar har vist til at med endå mindre tid til arbeidsoppgåvene, vil sjukefråværet truleg auke og kommunen vil måtte sette inn vikarar, slik at den innsparinga byrådet ser for seg, ikkje vil komme, samstundes som brukarane vil få dårlegare tenester.

I brev frå Helse- og omsorgsdepartementet frå oktober 2015, blir LOP, Landslaget for offentlege pensjonistar, invitert til å komme med krav til statsbudsjettet når

det gjeld det som er viktig for pensjonistane. I svaret peikar LOP på at ei forsvarleg bemanning i helse- og omsorgssektoren er svært viktig og grunngeve dette m.a. med både tryggleik og trivsel. Dette må gjelde både for sjukeheimar og heimetenester. Gode heimetenester vil føre til at eldre kan vere heimebuande lenger, noko som er ei klår målsetting både for stat og kommune. Budsjettet i Bergen er såleis i direkte motsetnad til denne målsettinga.

Resolusjon:

Årsmøtet i Bergen og omland lokallag av LOP ser med stor uro på dei signala som nå kjem frå byrådet i Bergen om reduksjon i normtida for heimetenestene.

Skal eldre kunne vere i stand til å bu heime så lenge dei sjølv, dei pårørande og kommunen ønskjer, må det leggjast til rette for at dei får tenester av høg kvalitet både når det gjeld medisinsk hjelp, stell og praktisk hjelp, slik at dei kjenner seg trygge og vel ivaretekne.

Årsmøtet i Bergen og omland lokallag av LOP ber byrådet gå attende til tidlegare norm, og å sette i gang ei gransking av kvaliteten på tilbodet til heimebuande eldre i kommunen.

Resolusjonen blir sendt byrådet med kopi til eldreråda i Bergen og omlandskommunane, Fylkeseldrerådet, sentralstyret for LOP og Arbeids- og sosialdepartementet.

LIVETS HØST

Vi vandrer alle mot livets
høst
og bladene faller av.
Dog ennå en stund som en
liten trøst
skinner høstgule blader
som rav.

Naturen blekner, det blir
stille på jord,
alt dekkes av renhetens
snø,
men livet som var, har satt
sine spor
som aldri helt ut vil dø.

For under vinterens hvite
dekke
der spirer et liv på ny.
Ingen vinter kan livet
knekke,
med våren vil nytt liv gry.

Anders Stende



NORDIC CHOICE HOTELS

15% rabatt på alle Nordic Choice Hotels
Nyt tilværelsen og reis når du vill!

Bestill via choice.no/lfor



Finn Carlsen Bussreiser AS arrangerer bussturer i hele Norge og mange steder ellers i Europa. Det de kan tilby LOPs medlemmer er turer i moderne busser som er 'spekket' med komfort. De har tematurer, turer kombinert med kanalbåt og shoppingturer. De tilbyr LOPs medlemmer flotte opplevelser og 10% rabatt.

Les mer på www.fcturistbusser.no



Vi skreddersyr kurs for LOPs medlemmer. Våre kurs og kulturreiser inspirerer og engasjerer våre kursdeltakere til aktivitet og livslang læring og vi vektlegger samtalen slik at du som deltaker kan bidra med din livserfaring og nysgjerrighet. Våre kurs og kulturreiser er kjent for å ha god kvalitet og våre erfarne og kunnskapsrike forelesere og reiseledere gleder seg til å dele sin kunnskap med deg.

Les mer på www.nestorutvikling.no

SATS ELIXIA

SATS Elixia er Nordens ledende treningskjede med 108 egneide treningssentre. Treningen som tilbys er markedets bredeste innenfor kondisjon og styrke, utført individuelt eller i gruppe. SATS har treningssentre i Oslo (22), Stavanger (4), Bergen (6), Trondheim (2), Tromsø (2), Sarpsborg (1) og Drammen (1).

De tilbyr LOPs medlemmer 22% rabatt.

Les mer på www.sats.no



livsglede – ganske enkelt...

DuKan AS/dukaPc tilbyr LOPs medlemmer PC for seniorer og lesebrett. De tilbyr også god hjelp og veiledning over sin hjelpetelefon og 2 måneder gratis support-abonnement.

Les mer på www.dukapc.no



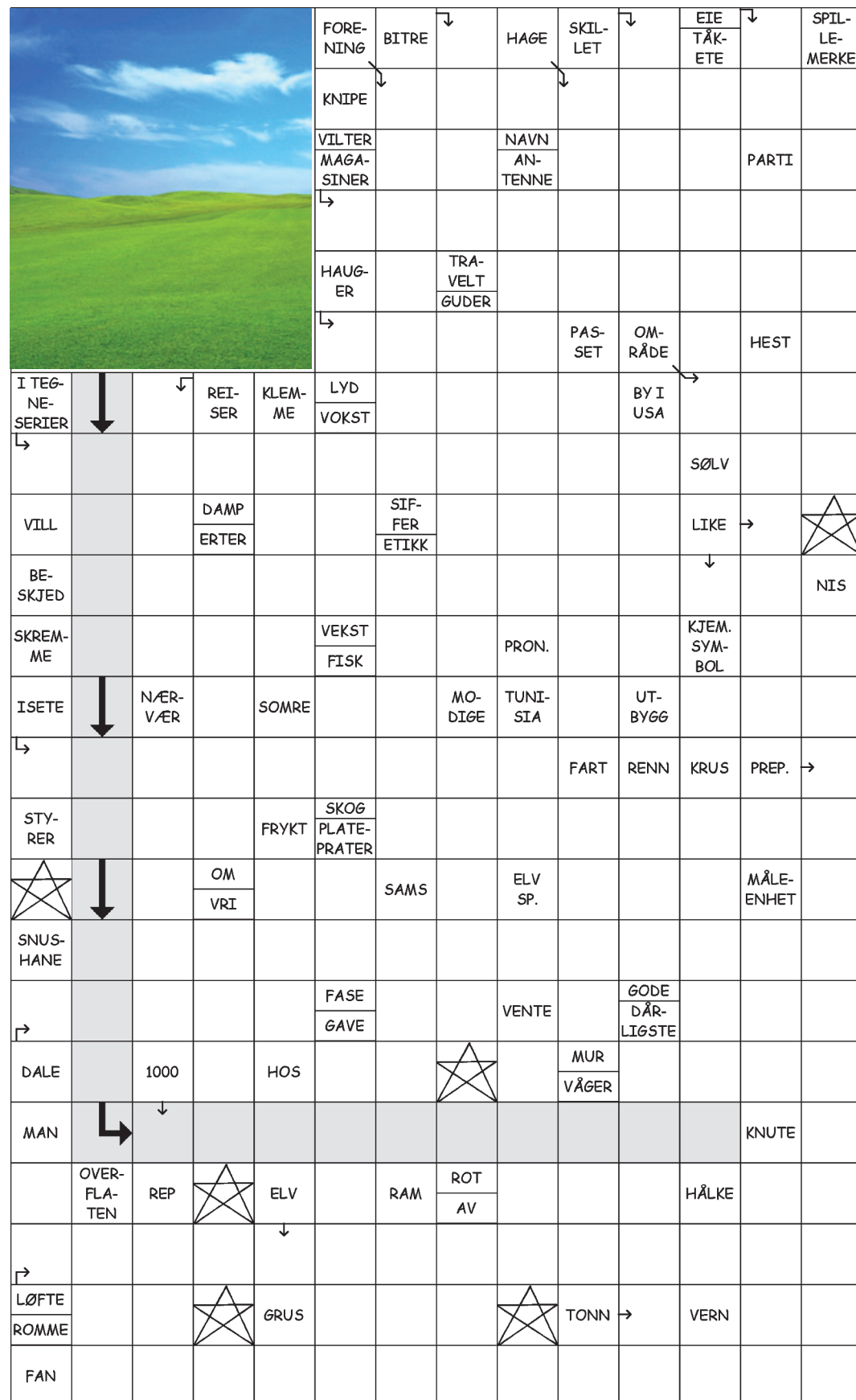
Escape Travel AS tilbyr turer over hele kloden. De er største arrangør av elvecruise og spesialister på l angreiser og safari. De kan tilby opplevelser på 30 elver og 3 kontinenter. De vil skreddersy turer for LOPs medlemmer.

Les mer på www.escape.no



Dag Aasbø Travel AS arrangerer bussreiser, cruisereiser og flyreiser. Vi tilbyr skreddersydde reiser for LOPs alle lokallag. Seniorturer er en av våre spesialiteter. Vi har et stort nettverk av samarbeidspartnere i mange land og tilbyr reiser i Norge, Europa og ellers i verden.

Les mer på www.dagaasbo.no



**FRIST FOR
INNSENDING
ER
1. MAI 2016**

Vinnerne får et
flaxlodd i posten!

Løsningsordet kan sendes på e-post til mgh@hamrin.no
eller på et postkort til: M. Hamrin, Nittedalsgata 67, 2000 Lillestrøm

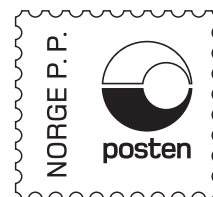
10 GODE GRUNNER FOR MEDLEMSKAP I LOP

1. LOP organiserer pensjonister fra kommune, fylke og stat. LOP er partipolitisk og livssynsmessig nøytral.
2. LOP deltar i drøftingsmøtene med regjering og storting om trygdeoppgjørene og statsbudsjettene.
3. LOP høringsinstans for departementene i saker av betydning for oss som pensjonister.
4. LOP har Pensjonsutvalg og Helse- og omsorgsutvalg som arbeider spesifikt innenfor sine fagområder.
5. LOP har spesialrådgiveresom gir gratis rådgivning til medlemmene innenfor pensjon/arv/booppgjør/testamente. Barnfårråd på foresattes medlemsnummer.
6. LOPs Kurs-Kontakt-Konferanseutvalg arrangerer kurs for tillitsvalgte lokalt.
7. LOP har et eget medlemsblad, *Vi i LOP*, som kommer ut fire ganger i året.
8. LOP har en nettside www.lop.no som holder medlemmene oppdatert på det som skjer.
9. LOP tilbyr reiser i inn- og utland både sentralt og lokalt.
10. Gjennom våre lokallag tilbys medlemstreff med foredrag, kåseri, kulturelle innslag, teaterkvelder, konserter m.v.



LOP i eldreråd

LOPs medlemmer er representert i mange kommunale og fylkeskommunale eldreråd over hele landet.
Se oversikt over LOP-medlemmer i eldreråd på våre nettsider: www.lop.no/om-oss



RETURADRESSE:
LOP, STORTINGSGATA 2, 0158 OSLO

LOKALLAGENE I LOP

PRESTEFORENINGEN

Astrid Bjellebø Bayegan 909 29 047 abayegan@online.no

AKERSHUS

Nedre Romerike

Jonn Bekkevold 920 50 452 jonn-bekkevold@hotmail.com

Øvre Romerike

Kjellfrid Frankmo 970 92 474 kjellfrid.frankmo@gmail.com

BUSKERUD

Kongsberg

Rolf Wallin 908 42 165 rolf.henry.wallin@ebnett.no

HEDMARK

Glåmdal

Anna Stearn 975 45 394 annastearn@gmail.com

HORDALAND

Bergen og omland

Johannes Bolstad 924 44 478 johannes.bolstad@bkkfiber.no

Sunnhordland

Vermund Trohjell 918 25 257 vermund.trohjell@haugnett.no

Voss og omland

Ragnhild Mølster Lidal 901 18 013 rmlidal@broadpark.no

MØRE OG ROMSDAL

Kristiansund

Karl A. Johansen 971 87 545 karl.johansen@nktv.no

Molde

Bitten Linge 71 25 21 56 bitten.l@online.no

Ålesund

Sigurd Dybvik 911 07 120 sidy@mimer.no

NORDLAND

Midt-Helgeland

Åse Floa Steinrud 977 17 534 tove@wika.no

Rana

David Øverli 482 59 151 davida-o@online.no

Salten

Brynild Geiring 901 70 180 bgeiring@hotmail.com

Vesterålen

Steinar Henriksen 474 17 879 steinar.henriksen@sktv.no

Vågan

Reidun Karjalainen 905 86 174 reidun.m.h.karjalainen@gmail.com

NORD-TRØNDELAG

Namsos

Bjørn Kvatningen 992 66 705 74 27 33 23

Steinkjer

Leif Aune 994 32 351 leif.kjetil.aune@ntebb.no

OPPLAND

Gjøvik og omland

Kjell Mellomberg 482 88 924 kaabeem@online.no

Gudbrandsdal

Brit Helga Remme 971 94 995 brtremme5@gmail.com

Lillehammer

Per Rasmussen 995 07 051 prasmus@online.no

OSLO

Oslo

Turid Frimo 470 26 939 tfrimo@gmail.com

Mattilsynet O/A/Ø

Karin Tubås Andersen 482 70 235 tea8@online.no

Meteorologisk Inst. Seniorklubb

Arnulf Heidegård 922 91 147 heidega@online.no

ROGALAND

Haugaland

Inger Stolt-Nielsen 916 88 833 inger.stolt-nielsen@hotmail.com

Mattilsynet R/A

Sverre Mortensen sverre.mortensen@gmail.com

Sandnes og Jæren

Synnøve Ladstein 916 97 145 sy-lad@online.no

SOGN OG FJORDANE

Indre Sogn

Njål Ølmheim 979 56 220 njaalo@online.no

SØR-TRØNDELAG

Trondheim

Kjell Helland 975 95 484 kedhella@online.no

TELEMARK

Telemark

Evy Brattland 986 72 973 brattlan@online.no

TROMS

Tromsø

Arvid Tangen 911 94 801 artang@online.no

VESTFOLD

Larvik

Odd Bjarne Johansen 913 99 944 oddbj@online.no

Sandefjord

Lillian Heggem 473 13 408 lsheggem@frisurf.no

Tønsberg

Anne-Lise Aune Lee 403 07 729 leenorge@gmail.com

ØSTFOLD

Indre Østfold

Randi Frankrig 922 80 706 randi.frankrig@gmail.com

Moss

Turid Bakkerud Nørving 69 25 43 25 turinoe@online.no

Sarpsborg

Ellen-Marie Mikkelsen 908 20 480 ellen-mm@online.no