

Vi i LOP



Medlemsblad for
LOP – Landslaget for
offentlige pensjonister

NR. 4 – 2014 – Årg. 69

Hvordan få
nye medlemmer?

Aktivitetsvenn for
dement

Turtilbud 2015

God jul og godt nytt år!

Innhold

Lederen har ordet	3
Nytt fra sentralstyret	4
Sekretariatets lille hjørne	5
Hvordan få nye medlemmer i LOP..	6
Rett til medlemskap i LOP?.....	7
Pensjonsutvalget	9
Tur- og KKK-utvalget	12
Helse- og omsorgsutvalget.....	14
Intervju: Aktivitetsvenn	16
Kina – en reise verdt.....	18
Åpen og rettferdig nedprioritering?..	20
Lokallagssider	21
Medlemsfordeler	29
Kryssord.....	30
LOP i eldreråd	31

Redaktørens lille hjørne

Hjertelig takk til alle dere som har levert manus og/eller bilder til Vi i LOP i år! Dere blir stadig flere, og dere gjør jobben min både enklere og enda morsommere! Til nr. 4 er det kommet inn så mye stoff at mange sider i nr. 1-2015 allerede er «opptatt». Takk også til dere som tar dere tid til å skrive kommentarer, forslag – eller rett og slett gi ros! Det betyr mye.

I LOP har det vært et høyt aktivitetsnivå i jubileumsåret. Jeg tenker ikke «bare» på at det har vært landsmøte, men også på aktivitetene lokalt. Gode møter og fine reiseopplevelser gjør medlemskap særlig attraktivt. Derfor arbeides det for å danne flere lag.

I tillegg kommer nytten av medlemskap i en organisasjon som arbeider for å bevare og bedre levekårene for offentlige pensjonister. Nå ser vi snart verdien av å ha selvstendig drøftingsrett i forbindelse med statsbudsjett og trygdeoppgjør.

Årgang 2015 blir den 70. for «Vi i LOP», som kom ut første gang i 1946. Daværende Statspensjonistene fikk ikke tillatelse av okkupasjonsmakten til å starte utgivelse av medlemsblad under krigen, og medlemsbladet ble derfor av «fredsbarnsgenerasjonen» - det store fødselskullet. Målsettingen er å gjøre årgang 70 til en helt spesiell årgang til glede for alle lesere.

En hyggelig jul og et godt nytt år ønskes dere alle!

Maj Lindholt, redaktør



Medlemsblad for Landslaget for offentlige pensjonister, LOP, som er landets eldste og nest største pensjonist-organisasjon. LOP er uavhengig, partipolitisk og livssynsmessig nøytral. Utkommer 4 ganger årlig.

ISS 1890-3398
Opplag: 12.000

REDAKTØR
Maj Lindholt
91 72 77 91
tomaholt@start.no

REDAKSJONSRAÐ
Turid Frimo
tfrimo@gmail.com

Lillian Saxegaard
lillian.saxegaard@gmail.com

Randi Frankrig
randi.frankrig@gmail.com

May-Brith Brekke
maybrekk@sf-nett.no

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

Ole Sandvik
926 46 269

Redaksjonen avsluttet 1/11.
Frist for nr. 1-2015 28/2.

Signerte artikler står for skribentens egne meninger. Ettertrykk tillatt med kildehenvisning.

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
Leder: Isak Rosenfold
905 73 468
isakros@hotmail.com

Nestleder: 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

Varamedlemmer:
Astrid Bjellebø Bayegan
909 29 047
abayegan@online.no

Tore Lindholt
63840267
tomaholt@start.no

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

NETTREDAKTØR
Margaretha Hamrin
952 32 131
mgoer@online.no

PENSJONSUTVALGET
Hans Erik Pettersen
905 43 413
hanssep@online.no

HELSE- OG OMSORGS-UTVALGET

Torild Bjørlykke
909 88 907
torild-b@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

MEDIEUTVALGET

Turid Frimo
470 26 939
tfrimo@gmail.com

LAYOUT OG TRYKK

Merkur Grafisk AS
www.merkurgrafisk.no

Forsidebilde og illustrasjonsfoto: shutterstock.com



Merkur Grafisk er
PSO-sertifisert
Vi tar kvaliteten på alvor!



Merkur Grafisk er
godkjent som
svanemerket bedrift.

Nye medlemmer!

Det nye sentralstyret har nå vært i gang omlag fire måneder. Sentralstyret utnevnte i septembermøte et nytt arbeidsutvalg bestående av nestleder Torild Ofstad og styremedlemmene Johannes Bolstad og Lillian Saxegaard og undertegnede. Et nytt utkast til handlingsplan basert på program og retningslinjer vedtatt på Landsmøtet i Bergen i år skal vi ha til behandling på sentralstyremøtet i november. Organisering og arbeidsdeling er godt i gang. Jeg ser at utfordringer og muligheter står i kø.

Som overskriften antyder, er det maktpåliggende å skaffe en netto tilgang på medlemmer til LOP. En prosess med kontinuerlig utvidelse og fornying av medlemsstokken vil måtte være en bunnplanke for et LOP i god utvikling.

Slik jeg ser det, bør dette skje etter to hovedløp:

Vi har nå 32 lag i alle fylker unntatt Finnmark og Aust- og Vest-Agder. Lag mangler i store byer som Kristiansand samt Arendal, Drammen, Hamar og Fredrikstad. Selv sagt er det medlemmer hele veien, men de mangler en lokal forankring som jeg tror er viktig for den videre utvikling. I styremøtet i september var det enighet om å sette i gang et pilotprosjekt i Kristiansand. Paal Borsheim fra LOP Sandnes og Jæren har grepet tak i dette. Den beste støtte vil han kunne hente fra sine egne jærbuere. Selv sagt vil vi andre støtte opp om dette pilotprosjektet ved behov. Imidlertid har jo laget i Sandnes og Jæren et eget vellykket opplegg for medlemsrekruttering (jfr. Vi i LOP nr. 1-2012, s. 20.) Hvis vi lykkes i Kristiansand, vil vi i hvert

fall gå løs på de andre byene som nevnt. Vi avventer forslag fra Norge rundt til oppstart av nye lag.

Når det gjelder medlemsutviklingen, har daglig leder Karin S. Woldseth foreslått som målsetting å netto øke antall medlemmer med 500 i landsmøteperioden slik at vi kan snu medlemsutviklingen til en moderat oppgang.

Som tidligere fortsetter vi med regioninndeling av landet og hver region har fått et sentralstyremedlem som ansvarlig med særlig vekt på medlemsutvikling (se innrammet sak).

Det andre hovedløpet er å knytte til oss ulike offentlige forbund. I dag har vi avtaler med Norsk Sykepleierforbund, Skolelederforbundet, Presteforeningen, Mattilsynet, Meteorologisk Institutt og Olje- og Petroleumsdirektoratet. Kjell Helland er i dialog med Utdanningsforbundet, og vi følger opp en henvendelse fra Forskerforbundet. Det finns flere forbund.

Avtaler med forbundene kan gi et stort medlemspotensiale. Når slike avtaler er inngått, vil det være særs viktig å sørge for kontinuerlig oppfølging fra LOP.

Nestleder Torild Ofstad arbeider nå på en strategi som kan trekke opp linjene for det operative arbeidet for å øke medlemstilgangen. Denne vil bli behandlet i sentralstyret ved første anledning. Uansett må det settes av tid og ressurser for dette arbeidet.

Debatten rundt statsbudsjettet går sin gang og den vil sikkert fortsette



fram til Stortinget skal ha sin endelige behandling like før julaften.

En liten kommentar tilslutt om «Den kulturelle spaserstokken» som er foreslått strøket av budsjettet. Det har opptatt mange, også en del av våre medlemmer. «Den kulturelle spaserstokken» gir de eldre tilgang til opplevelser de ellers ikke ville ha fått. Jeg tillater meg å sitere fra Porsgrunns Dagblad 24. oktober hvor de har en prat med to relativt oppegående damer på 88 år og 96 år i Porsgrunns forholdsvis nye kulturhus "Ælvespeilet". De litt elegante damene sier de er skuffet over forslaget som vil knekke «Den kulturelle spaserstokken».

Etter et eksternt råd sendte vi en mail stortingskomiteen med kopi til Geir Jørgen Bekkevold (nestleder) og Trine Skei Grande (medlem). Bekkevold (KrF) svarte temmelig umiddelbart at de var imot kutt og at de vil jobbe for å få det inn i budsjettet igjen. Så venter vi på Grande og Venstre.

Til slutt vil jeg ønske medlemmer og tillitsvalgte over det ganske land en god jul og et flott nyttår!

Isak Rosevold, leder

Nytt fra sentralstyret

Tekst: Torild Ofstad.

Foto: Margaretha G. Hamrin

Det nye sentralstyret hadde to-dagers samling 16. Og 17. september. Den første dagen var satt av til styreseminar og den andre til ordinært sentralstyremøte. Gode, friske og ikke minst nyttige diskusjoner preget begge møtedagene.

Tore Lindholt hadde først en gjennomgang av styrearbeid, ansvar og arbeidsoppgaver. Sentralstyret er et beslutningsorgan og han poengterte at det er viktig med klarhet om arbeidsdeling, ansvar og tilbakemelding.

Maj Lindholt og Margaretha Hamrin innledet om mediearbeid. Et sentralt tema var hvordan medieutvalget kan bidra til å gjøre LOP mer synlig. Hvordan kan LOP bli synlig i riksmidia, og hvordan kan lokallagene bruke lokale aviser og andre media? En stor utfordring er å få gode nettsider som er informative og lette å benytte. Det var enighet om at det til neste sentralstyremøte skulle foreligge et forslag til forbedring av nettsidene. Det skal utformes nye retningslinjer for medieutvalget, og for utvalgets samarbeid med sentralstyret.



Paal Borsheim, Astrid Bjellebø Bayegan, Turid Mæhre Olsen, Torild Ofstad, Isak Rosenvold, Johannes Bolstad og Sigmund Nordmo rett etter valgene på landsmøtet. Lillian Saxegaard, Tore Lindholt og Per Loe var ikke tilstede under fotoseansen.

Styreleder innledet om prioriteringer og arbeidsdeling med utgangspunkt i program og retningslinjer. Medlemstallet er fallende og det er avgjørende for LOPs fremtid at denne trenden snus. Det er grunnleggende å få til gode samarbeidsformer med og medlemskap fra de store organisasjonene. Men det er også viktig at hver og en av oss blir mer aktive og at lokallagene blir mer synlige. Regionkontaktene skal være et nyttig bindeledd i dette arbeidet.

Under det ordinære sentralstyremøtet ble nytt arbeidsutvalg oppnevnt. Det består av Isak Rosenvold, Torild Ofstad, Johannes Bolstad og Lillian

Saxegaard. Det vil bli utarbeidet retningslinjer for arbeidsutvalget.

Det ble også utnevnt nytt Helse- og omsorgsutvalg. Leder er Torild Bjørlykke og medlemmer er Åse Fulke, Torleiv Robberstad, Ingrid Roel og Marie Widerø.

Videre ble nytt medieutvalg utnevnt der Turid Frimo er leder. Finn Andresen og Kjell Helland er medlemmer.

Det ble vedtatt at det skal utarbeides nye retningslinjer for alle utvalgene og det ble pekt på at det er viktig å ha gode rutiner for utvalgenes forankring i organisasjonen og til sentralstyret.

Det nye styret prioriterer også kontakt og kommunikasjon med lokallagene, deriblant besøk!

En viktig seier for LOP er drøftingsretten. Mange av diskusjonene disse to dagene dreide seg om hvilken betydning det kunne få for oppnådde resultater og dermed større interesse for LOP.

DIN SENTRALSTYREKONTAKT

Nord-Norge (Nordland, Troms og Finnmark): Turid Mæhre Olsen

Midt-Norge (Nord- og Sør Trøndelag): Torild Ofstad

Vest-Norge (Hordaland, Sogn og Fjordane og Møre og Romsdal): Johannes Bolstad

Øst-Norge (Hedmark, Oppland, Buskerud, Østfold, Akershus og Oslo): Lillian Saxegaard

Sør-Norge (Vestfold, Telemark, Aust-Agder, Vest-Agder og Rogaland): Paul Borsheim



Sekretariatets lille hjørne

Av daglig leder Karin S. Woldseth



Siden forrige utgivelse av bladet har det vært høy aktivitet i sekretariatet. Det må det nødvendigvis bli, når jeg sitter her alene. Men tanken er at på litt sikt så skal vi bli to, en som kan være her et par dager i uken og oppdatere medlemsregisteret. Det stjeler mye av tiden min, som jeg egentlig skulle brukt til drive utadrettet virksomhet. For det er en viktig del av den jobben jeg skal gjøre for å gjøre LOP bedre kjent ute blant folk og for i enda større grad enn nå påvirke beslutningstagerne.

Men som sagt, det har vært høy aktivitet med sentralstyremøter og utvalgsmøter. Alle utvalgene er nå godt i gang med høringsuttalelser og andre aktiviteter.

Jeg har deltatt på medlemsmøter i LOPs lokallag rundt om i landet, noe som er veldig kjekt, og som jeg gleder meg til å fortsette med. Det er ikke tvil om at vi er en organisasjon full av kompetanse og kunnskap, og så utrolig mange flotte mennesker.

Vi har deltatt på konferanser og ulike møter, alt for å bli kjent med det nettverket av ulike aktører som vi kan dra nytte av. Ikke minst er møter med regjering og Storting

viktig. For det er klart at ministere og statssekretærer fort kan generalisere pensjonister, og da er det viktig at vi minner dem på at det finnes offentlige pensjonister som også skal bli hørt.

Så er jeg i gang med å skaffe flere medlemsfordeler til dere. Jeg håper og tror at fra nyttår vil jeg kunne ha noe å tilby dere. Jeg skal ha møter med flere bedrifter som vi kan ha glede av i fremtiden.

Jeg vil også gjøre dere oppmerksom på at i romjulen er kontoret stengt. Men er det noe veldig viktig så har jeg kontortelefonen på medflytt til min mobil. Så jeg kan nås hvis det virkelig haster.

Nå er vi inne i adventstiden, og for de fleste er dette en tid som er full av forventning og forberedelser. Men husk at det også er mennesker som gruer seg til denne tiden, og julen. De som ikke har noen å dele denne tiden med. Så ta vare på hverandre slik at alle kan få en fin og fredfylt jul.

Karin S. Woldseth



Nye Hyundai i10
Ny sjarmør
på veien

Hyundai i10 Eco-Entry

kr 133 850,-

Nye Hyundai i10 er en ekte europeer, designet og produsert i Europa. Den er lengre, bredere og den er godt utstyrt. Uansett hvor langt du skal kjøre, vil du sette pris på i10s friske design og detaljene i kupeen.

På er den her! Les mer på www.hyundai.no

NEW THINKING.
NEW POSSIBILITIES.



Velikende pris levert Oslo/Drammen inkl. leveringsomkostninger for 8 900,- i. Frakt til forhandler utenfor Oslo/Drammen, årsavgift, vinterhjul og metallisk lakk kommer i tillegg.
Sju års fabrikkgaranti: For vilkår og betingelser, se www.hyundai.no. Vi tar forbehold om trykktfeil og endringer. Avbildet modell kan avvike fra tilbudt modell.
Drivstofforbruk, blandet kjøring i10 1,0 i 65 hk MT Eco-Entry: fra 0,43 l pr ml. CO₂-utslipp: fra 58 g/km. NOx: 13 mg/km.

KONTAKT **ESBEN ELIASSEN, TLF. 91 59 35 32, PÅ BILTREND FOR ET GODT TILBUD!**

Hvordan få nye medlemmer i LOP?



Vi i LOP-Telemark har ingen fasitsvar, men vi har en del ideer og erfaringer. Det viktigste er at det skal være hyggelig på møtene, og at vi skal ha godt program.

Av Turid Schüller Sølland, sekretær i LOP Telemark. Ill.bilder: shutterstock.com

Vi har lagt oss på en linje med kjente personer som kåserer over interessante temaer for vår aldersgruppe pluss musikalske innslag. Noen ganger utfører den samme personen begge deler. På møtene serveres snitter (Anne-Marit lager nydelige snitter til en rimelig penge) og kaffe/te.



Noen møter har vi i Kultursalen i Gulset kirke som er et stort, lyst og vennlig lokale med nytt romslig

kjøkken, stor gratis parkeringsplass, buss nesten til døren, butikker og apotek i området. Gulset ligger i Skien, som igjen ligger sentralt i Telemark fylke, hvor våre medlemmer kommer fra. Dette lokalet er dessuten det rimeligste vi har funnet, som har alle de fordelene vi er ute etter. Medlemskontingenten skal jo komme medlemmene til gode.

Inngangspenger på møtene er kr 50 (kr 100 for ikke-medlemmer). Det skal være attraktivt å være medlem!

Nye medlemmer sier de kommer fordi de har hørt av andre at hos oss er det hyggelig og meningsfylt påfyll i hverdagen.

LOP skal stå for:
KULTUR, KUNNSKAP og
KOMPETANSE!

16. oktober var vi 90 personer på møtet (ti av dem ble nye medlemmer den dagen). I tillegg til snitter

serverte vi fire store bløtkaker, for å feire at LOP er 75 år!

Møtene avrettes ikke i dagspressen, det er for kostbart, men to lokalaviser har «På plakaten» og «Noe for dagen i dag», og der nevnes vi hver gang. Vi prøver også å få lokalavisene til å skrive om halvårsprogrammene våre. Mer blest i avisene og lokalradio er et mål, for det viser seg at mange pensjonister fra det offentlige ikke har hørt om oss.

Det er viktig å få frem at vi er en «paraplyorganisasjon» med tanke på forhandlingsretten.

Fra 1. januar 2015 får LOP egen drøftingsrett og møter med to representanter pluss en rådgiver. Dette må synliggjøres slik at flere pensjonistgrupper fra det offentlige blir medlemmer hos oss, f.eks. Utdanningsforbundet.

Likedan er det viktig å få frem at LOP har spesialrådgivere som gratis hjelper vår aldersgruppe med spørsmål angående pensjon, økonomi, arv, gaver og testamenter. Før møtene sender jeg kvikke og fargerike påminnelser til de som har gitt meg sin mailadresse.

Byporten Tannklinikk

- med et smil

Spesialist i oral kirurgi*

NAV spesialkompetanse implantatprotetikk *

Allmennpraksis

* Refusjon fra NAV

77 67 31 00 Skippergt. 32, 9008 Tromsø

www.byportentannklinikk.no



Rett til medlemskap i LOP?

Av Oddbjørn Hagen,
Tønsberg

Jeg skal ikke legge meg opp i Landsmøtets vedtak som sa nei til at andre enn offentlige pensjonister blir medlem av LOP. Men når Inger Stolt-Nielsen skriver at en av grunnene er at ingen av LOPs medlemmer er minstepensjonister, vil jeg likevel reagere. Hvor kommer den opplysningen fra? Faktisk finnes det minstepensjonister i LOP. I et ektepar kan den ene få pensjon fra en offentlig pensjonskasse, mens den andre kun har hatt deltidsjobber/ingen jobb og får kun NAV-pensjon. LOP kan også ha medlemmer som er blitt samordnet med NAV-pensjon og derved blitt minstepensjonist. Imidlertid er minstepensjonister gode å ha som medlemmer fordi de betaler full kontingent til LOP.

Skal LOP bare være en forening for de bedrestilte pensjonister? Av dagens

ca. 850.000 alderspensjonister er 18,8 prosent minstepensjonister. Det er riktig at minstepensjonister ved det årlige pensjonsoppgjør får et prosenttillegg som er litt høyere enn oss andre. En enslig minstepensjonist har i år fått et tillegg på ca. kr 5.300 og har fra 1. mai 173.280 (aldersjustert). En pensjonist med kr 350.000 i pensjon (og mange i LOP har nok høyere pensjon) har i år fått et tillegg på ca. kr 10.100. Hvis vårt medlem har en ektefelle som har mer enn 1G i lønn/pensjon faller minstepensjonen til kr 137.760.

Det er helt fint at LOP tar opp med myndighetene at ektefellene bør ha 100 prosent hver av grunnpensjonen og ikke bare 85 prosent som i dag, men de bør også ta opp at for minstepensjonister bør også satsen for sært tillegg bli 100 prosent og ikke som nå 74 prosent.

Minstepensjonister er den eneste gruppen som ikke

får noen pensjon for opparbeidet tilleggspensjon. Grunnen er at pensjonisten over flere år har hatt lav stillingsbrøk, eventuelt jobbet i perioder, men hele tiden ble vedkommende trukket folketrygdavgift av lønnen. For å få pensjonspoeng må man tjene mer enn 1G. I 1990 var G kr 34.000. Hvis man det året tjente for eksempel kr 80.000 ga dette 1,3 pensjonspoeng (lønn minus G dividert med G). I år må man tjene kr 200 000 for å få 1,3 poeng. Når pensjon tas ut, regnes det ut tilleggspensjon, men 1,3 poeng i snitt gir for lavt beløp og NAV må legge til sært tillegg slik at minste pensjonsnivå nås. Hvis vedkommende ikke har vært i arbeidslivet og har 0 pensjonspoeng, vil vedkommende få fullt sært tillegg. Altså er det ingen forskjell på hva du får i pensjon uansett om du har jobbet noe eller ingenting. En pensjonist som mottar minste pensjonsnivå kan således ha betalt mange tusen inn

til NAV uten at pensjonisten får noe igjen for beløpet. NAV har fra 2011 sluttet med begrepet minstepensjonist, nå er vi alle blitt pensjonister, men en del med minste pensjonsnivå. Etter den nye pensjonsordningen fra 2011 vil nye pensjonister bli aldersjustert. Dessuten vil alle år telle ved beregning av tilleggspensjon og ikke som nå hvor det beregnes tilleggspensjon av de 20 beste årene. Jeg frykter for at de nye beregningsmåter vil medføre at vi etter hvert får flere pensjonister med minste pensjonsnivå.

Vi i de offentlige pensjonskasser er garantert at summen av SPK og NAV er 66 prosent av den lønn du har når du slutter uansett når du begynte å få den lønnen. Er det egentlig grunnlag for å klage lenger?

Vi i LOP beklager!



I reportasjen fra Landsmøtet ble det dessverre brukt feil navn på en av referentene under dette bildet. Leiv Sæbø fylte vervet på en utmerket måte i samarbeid med Kirsten Utaaker.

Redakøren beklager!

Adria Sol tilbyr Våren 2015:

"Møt Våren på Amalfikysten"
06.04. - 20.04.2015
En kulturreise

"Opplev det ukjente Italia"
30.04. - 11.05.2015
Puglia og Basilicata.
Helgener og normannere,
katedraler og grotter, mat og vin.

AdriaSol

Ta snartlig kontakt til:
AdriaSol v/ Wenche Giæver

E-mail: adriasol@online.no
Tlf.: 77635179
Mobil: 97605074

www.adriasol.me





Kommunenes økonomi i 2015

Artikkelen er basert på regjeringens budsjettproposisjon. Endelig vedtatt budsjett kan vise seg å avvike noe fra denne. Kommunene er den viktigste leverandør av velferdstjenester. Hvordan statsbudsjettet påvirker kommunenes inntekter blir dermed av stor betydning også for pensjonister.

Tekst: Jan Mønnesland, pensjonsutvalget

Over flere år har kommunene hatt trang økonomi, noe som bl.a. har gitt seg utslag i hyppige medierapporter om sviktende tilbud og sviktende kvalitet i eldreomsorgen. Samtidig skjer det hele tiden en reell økning i kommunesektorens inntekter. Hva er det da som gjør at kommunes økonomi stadig blir trangere?

80 prosent av kommunesektorens inntekter er frie inntekter¹. Dette er skatter og rammetilskudd, penger som kommunene selv fordeler mellom sektorene. Øremerkede statstilskudd er på 4 prosent. Gebyrinntektene (14 prosent) kan bare brukes til det formålet de er innhentet for. Det er de frie inntektene som bestemmer det kommunale handlingsrommet, når disse ikke dekker utgiftsbehovet må tjenestetilbudet innskrenkes i omfang og/eller kvalitet.

Det tekniske beregningsutvalg for kommunal og fylkeskommunal økonomi (TBU) lager hvert år anslag for hvor mye utgiftsbehovet øker pga. endringer i befolkningens størrelse og alders-sammensetning. Normalt vil regjeringens budsjettforslag gi en vekst noe over TBUs behovs-anslag. Da blir spørsmålet i hvilken grad en får tatt hensyn til andre deler av den samlede behovsveksten. Det kan være forventninger fra staten om økt innsats på ulike områder. Det kan være når pensjonsutgiftene øker



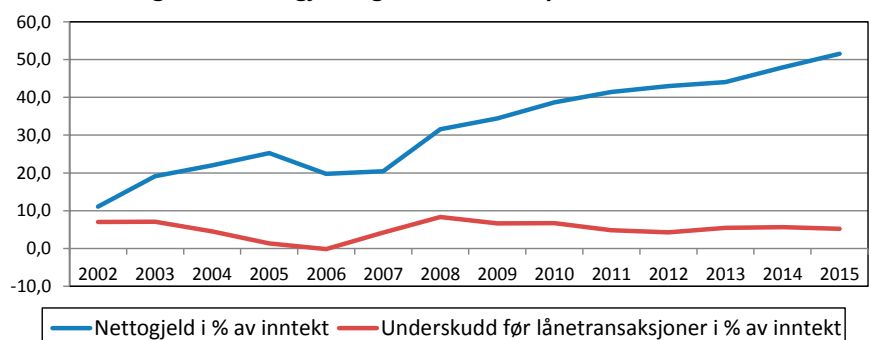
Per Loe, Hans Erik Pettersen og Jan Mønnesland.

sterkere enn lønnsveksten. Og det kan være når kostnadene til gjeldsbetjening (renter, avdrag) øker sterkere enn den ordinære kostnadsveksten.

Når lønningene øker og når renten på pensjonsfondenes midler svekkes må kommunene betale økte premier for å oppfylle lovfestede sikringskrav for framtidige forpliktelser. For å utjevne denne utgiftsveksten ble det fra 2002 etablert en ordning

med premieavvik, en kunne vente med å betale deler av premien mot å nedbetale dette avviket over framtidige år. Det hjalp de første årene, men så kommer årene hvor det skal nedbetales, Resultatet er at en de senere årene har hatt en markert vekst i kommunenes pensjonskostnader. Den delen av de økte pensjonskostnadene som går ut over lønnsveksten fanges ikke opp av TBUs beregninger.

Figur 1. Nettogjeld og underskudd i prosent av inntekt



Tall fra nasjonalbudsjettene. For 2014 og 2015 er gjeldsveksten satt lik nasjonalbudsjettets underskuddanslag

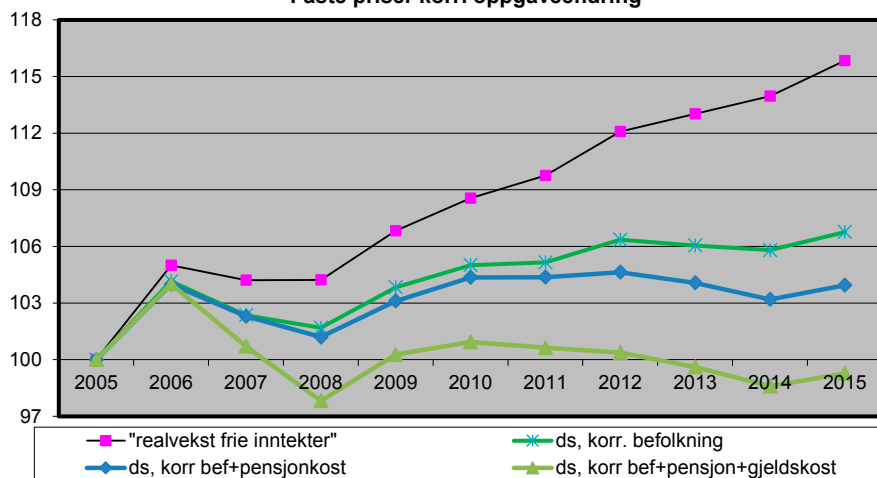
¹ inkl. momskompensasjon

Kommunesektoren har hatt et markert underskudd før lånetransaksjoner over lang tid. Unntaket var 2006, det første året under den rød-grønne regjeringen. Varige underskudd gir økt gjeld. Kommunesektorens gjeld har siden 2002 økt dramatisk, og dermed også gjeldskostnadene.

Tar en hensyn til både den befolkningsgenererte behovsveksten, økte pensjonskostnader og realøkningen i gjeldskostnadene, ser en av figur 2 at selv om de frie inntektene øker mer enn TBUs behovsberegninger blir det samlede handlingsrommet negativt for både 2014 og 2015.

Nå har kommunene også fått en del nye oppgaver. Mye av dette korrigeres det for, ved at en i budsjettet (og i figur 2) presenterer realveksten, dvs. veksten korrigerert for kostnadsvekst og oppgaveendringer. I tillegg legges det inn forventninger om hva kommunene skal bruke denne realveksten til. I budsjettet for 2015 forventes det at 200 millioner skal brukes for å styrke helsestasjon. og skolehelsetjenesten, det samme for å styrke kommunale tjenester til rusavhengige og folk med psykiske lidelser, og 100 millioner for å dekke økte kostnader ved fleksibelt barnehageopptak (flere opptak per år). Tilsvarende listes det opp

Figur 2. Frie inntekter kommunesektoren, 2005 = 100.
Faste priser korr. oppgaveendring



Det er bare den delen av gjeldskostnadene som kommunen selv må betale som er medregnet. Gjeldskostnader som dekkes av statlige tilskudd eller av gebyrinntekter er ikke medregnet.

oppgaver for 350 mill. kroner som fylkeskommunene skal ivareta innenfor sine frie inntekter.

KS har gjort en gjennomgang av endringer i en del øremerkede tilskudd ol. som påvirker kommunenes økonomi. I sum gir det reduserte inntekter og økte utgifter på til sammen 1 500 millioner kroner. Gjennomgangen gjelder de sektorene som er av størst betydning for kommunal virksomhet. Når tilskuddet til kommunal flom- og skredforebygging reduseres fra 24 til 14 millioner inngår ikke dette i KS-oppstillingen. Her må en dessverre anta at behovet er sterkt økende samtidig som tilskuddet reduseres.

Videre har KS vist til et stort etter-slep i vedlikehold og reinvesteringer, som de anslår vil kreve 1500 - 2000 millioner kroner årlig å innhente.

Når de korrigererte frie inntektene øker mindre enn økningen i befolkningsrelatert behov og pensjons- og gjeldskostnader, og det i tillegg er en rekke underfinansieringer bygget inn i budsjettforutsetningene, må resultatet bli at mange kommuner blir nødt til å innskrenke enten omfang eller kvalitet på sine tjenester.

Planlegger dere ny tur?

- Vi har lang erfaring med å skreddersy foreningsturer til hele Europa
- Vi ordner alt på turen (reise, opphold, mat og utflukter)
- Spør oss om et uforpliktende tilbud og vi gir dere raskt og presist svar
- Vi har også et stort utvalg av åpne påmeldingsturer til inn- og utland

Vi har reiseledere som kan være med!

Personlig oppfølging

Best på pris!

Tur med buss, fly eller båt? Dere bestemmer

post@dagaasbo.no

www.dagaasbo.no

37 15 70 31

facebook.com/dagaasbotravel

Noen skatteendringer i 2015 av betydning for pensjonister

I skrivende stund er ikke utfallet av forhandlingene i Stortinget kjent. Derfor en kort omtale av regjeringens opprinnelige forslag.

Av Hans Erik Pettersen, leder Pensjonsutvalget

I skrivende stund er ikke utfallet av forhandlingene i Stortinget kjent. Derfor en kort omtale av regjeringens opprinnelige forslag.

Først noen nøkkeltall. Det antas at prisstigningen blir 2,1 prosent, lønnsveksten for yrkesaktive 3 1/4 prosent og inntektsveksten for pensjonister 2,5 prosent.

Over tid har – langsomt, men sikkert og uavhengig av regjering – skattesatser og ordninger blitt endret relativt sett mer ugunstig for pensjonister enn for yrkesaktive.

Trygdeavgiften som i sin tid ble økt fra 3 til 4,7 prosent, ble i 2014 satt opp ytterligere 0,4 prosentpoeng, samme som for de yrkesaktive. De siste får i 2015 budsjettet denne redusert igjen med 0,1 prosentpoeng, mens pensjonistene beholder økningen fra 2014.

Da trygdeavgiften i sin tid fikk økning til 4,7 prosent og skattefradrag for alder falt bort, ble det

innført et særskilt skattefradrag for pensjonister som skulle motvirke økningen for de med lavest pensjonsinntekt. Maksimalt fradrag er foreslått til kr 30 800, en økning på 2,7 prosent, marginalt over forventet inntektsutvikling. Nedtrappingspunktene øker omtrent på samme prosentnivå.

Minstefradraget for pensjonistene har over tid blitt regulert lavere enn minstefradraget for yrkesaktive. Mens forskjellen på satsene i 2011 var 10 prosentpoeng, er det med det nye forslaget 14 prosentpoeng og da etter at regjeringen kun har økt satsen for pensjonistene (med 2 prosentpoeng.) Maksimalt minstefradrag har kun en økning lik omtrent inntektsutviklingen, 2,6 prosent, mens de yrkesaktive har en økning på 4,5 prosent.

Ett forhold peker imidlertid i en annen retning. Reduksjon i formueskatten slår relativt sett bedre ut for pensjonistene enn for de yrkesaktive. Innretningen vil ha en

betydning. Sannsynligvis slår heving av bunnfradraget bedre ut for offentlige pensjonister enn reduksjon i satsen. Det siste treffer de rikeste særskilt godt, det er sannsynligvis få offentlige pensjonister blant dem.

Jo eldre en blir, desto større sannsynlighet for sykdom, dessverre. Derfor har skattefradrag for store sykdomsutgifter stor betydning for en del pensjonister. Ordningen videreføres også i 2015 etter reglene fra 2013. Det betyr særfradrag på 67 prosent av dokumenterte utgifter for de som hadde fradrag i 2010 og 2011.

Skattenivå og offentlig velferdstilbud henger sammen. Pensjonister er avhengig av godt helsetilbud og god eldreomsorg. Skattespørsmål er derfor gjenstand for ulike politiske vurderinger. For mange pensjonister er godt velferdstilbud viktigere enn større skattelettelse.

LOP Rana
gratuleres med 10-års jubileet !





Alle vil ha høyest mulig pris for boligen sin...

...det får du når du velger GARANTI Eiendomsmegling.

Som en del av BONORD er vi i GARANTI Eiendomsmegling spesialist på salg av borettslagsboliger, og den megleren som både selger desidert flest slike, og i tillegg innehar de fleste prisrekordene på disse. Med god fart i norsk økonomi, lave renter, stigende boligpriser er det ikke overaskende at mange nå planlegger å kjøpe ny bolig. Dersom du går med slike planer, er du kanskje også opp-tatt av å få en toppris for din borettslagsbolig?

Kontakt oss i så fall for en uforpliktende verdivurdering.



GARANTI Harstad | Magnusgate 1 | Tlf 77 01 84 60 | harstad@garanti.no
GARANTI Tromsø | Nerstranda senter, 4. etg | Tlf 77 60 32 00 | tromso@garanti.no

—
GARANTI[®]
—

Turutvalget informerer

Av Turid Frimo og Inger Trømborg



Rapport fra elvecruiset Basel-Amsterdam

De 32 deltakerne (inkludert oss to fra turutvalget) kom fra forskjellige deler av landet, hadde funnet tilbudet gjennom "Vi i LOP", meldt seg direkte til Escape Travel og oppgitt medlemsnummeret sitt i LOP.

Båten "T/M Bellevue" holdt høy kvalitet både på lugarer, spisesal og salonger. Den var elegant innredet med et flott soldekk, hvor vi kunne nyte utsikten til alle de flotte slottene og idylliske små landsbyer vi passerte. I den hyggelige baren var det levende musikk hver aften. Mange benyttet seg av dette. Baren ble et sosialt møte-sted om kveldene der man kunne ta seg en svingom eller nyte utsikten gjennom panoramavinduene. Maten var av høy internasjonal klasse. Den var både smakfull og elegant presentert.

Servicen var upåklagelig over det hele. Offiserer og mannskap gjorde alt for at turen skulle bli vellykket. Alt mannskap snakket godt engelsk, slik at kommunikasjo-

Informasjon fra KKK- utvalget: Kurs for tillitsvalgte

Av Turid Mæhre Olsen, utvalgsleder

Etter sentralstyremøtet i juni mente vi at vi skulle få nok tid til å forberede kurs allerede i høst, men der var vi for optimistiske. Vi fant fort ut at vi måtte ha mer tid til forberedelsene, og der er vi nå.

Vi er i gang med planleggingen for å arrangere dagskurs i 2015. Så langt har vi konsentrert oss om å arrangere kursene i nærheten av Oslo Lufthavn. All nødvendig informasjon kommer vi til å sende ut til lokallagene sammen med invitasjon i god tid før påmeldingsfristen. Vi sender pr epost til de lagene vi kan nå slik og brevpost der det er nødvendig.

Vi i utvalget ser fram til å komme i gang med kursene og å møte mange flotte mennesker i lagene våre.

nen mellom oss fra LOP og dem gikk knirkefritt. De guidede turene var godt lagt opp med engelsktalende guider som fikk hjelp av vår dyktige reiseleder fra Escape Travel, Eldbjørg, når det var noe vi ikke fikk med oss. Hun var behjelpelig med alle våre spørsmål og fant løsninger hele veien. Vi sender en spesiell takk til henne som gjorde turen så flott for oss. Tilbakemeldingene fra LOPs medlemmer var bare positive. Vårt inntrykk er at alle koste seg og hadde hatt en flott septemberuke.

ELVECRUISE PÅ RHÔNEN MED LOP

/ 30. SEPTEMBER-6. OKTOBER 2015

Bli med på et innholdsrikt elvecruise fra Chalon-sur-Saône i Bourgogne, til Martigues ved Middelhavskysten. Her seiler du gjennom et landskap som har inspirert mange store malere og får oppleve flere sjarmerende byer, blant annet Lyon - Frankrikes tredje største by, pavebyen Avignon og Arles med sitt imponerende romerske amfiteater. Prisen inkluderer fly, seks netter cruise, helpensjon og drikkevarer om bord, samt norsk reiseleder.

PRIS

Hoveddekk, pr. person i delt dobbellugar	kr 13 780
Øvre dekk, Pr. person i delt dobbellugar	kr 14 850
Tillegg for enkeltlugar	kr 2 470
Tillegg for utfluktpakke (fem utflukter)	kr 1 290

Påmeldingen innen **1. februar** til post@escape.no eller tlf 24 14 94 00. Husk å oppgi at du er LOP-medlem.

ESCAPE
TRAVEL

TLF. 24 14 94 00 / POST@ESCAPE.NO / WWW.ESCAPE.NO

LOFOTEN

-ramsalt og eksotisk
11.-15. juni 2015

Det e' steikanes trivelig i Lofoten! Det er noe du vil erfare på reisen til denne perlen nord for polarsirkelen. Lyset og det fargerike livet har fått mang en kunstner til å etablere seg i de idylliske fiskeværerne langs kysten, og vår base i Svolvær er et flott utgangspunkt for en reise fylt med god mat, rik kystkultur, lang historie og storslåtte naturopplevelser.



TURPROGRAM:

Dag 1: Hurtigruten Bodø - Svolvær

Vi skal til Norges perle nord for polarsirkelen! Vi seiler forbi Stamsund og nyter en bedre 3-retters ombord før ankomst Svolvær.

Dag 2: Storvågan og Henningsvær

Vi besøker bl.a. Lofotmuseet, Lofotens Hus, Nyvågar og Galleri Espolin.

Dag 3: Svolvær - frivillige utflukt eller dagen på egenhånd

Dagen på egenhånd: I Lofotens hovedstad kan du på mange vis få både i "pose og sekk" dersom du elsker både byliv med kafebesøk, shopping, kunst og kultur samt naturopplevelser.

Lofotfiske: Bli med på fisketur med en tradisjonell fiskeskøyte.

RIB safari: Turen har fokus på naturopplevelser og passer for alle.

Dag 4: Heldagsutflukt til Å

Bli med på en reise tilbake til vikingtiden. Om kvelden blir det felles avskjedsmiddag på restaurant i Svolvær.

Dag 5: Svolvær og hjemreise

Buss til Evenes med lunsjstopp underveis. En flott tur i eget land er tilbakelagt, men minnene og bildene blir til glede fremover også!

Turpris kr 8850,- per pers, som inkluderer:

Hurtigruta Bodø - Svolvær
4 netter på 4* hotell i dbl. rom
4 frokoster
3 lunsjer
4 middager
Utflukter i henhold til program
Reiseleder/guide fra Norsk Tur

Tillegg:

Enkeltromstillegg kr 1500,-
Fly til Bodø
Transport til hurtigrutekaia i Bodø
Fisketur kr 900,-
RIB tur kr 900,-
Drikke til måltidene
(påmelding til de frivillige utfluktene gjøres samtidig med påmelding til turen)

Norsk Tur kan være behjelpelig med booking av flybilletter. For mer informasjon og påmelding kan du gå inn 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

Påmeldingsfrist: 25. januar 2015

LOP er representert ved turutvalget.



NORSK TUR



www.norsktur.no

LOP:

Høyringsnotat om kontaktlege i spesialisthelsetenesta

Ved første augnekast kan forslaget om kontaktlege i spesialisthelsetenesta likne mykje på koordinator etter spesialisthelsetenestelova. Men der er store skilnader, sjå tabellen nedanfor.

Av Torleiv Robberstad, Helse- og omsorgsutvalget

Koordinator i spesialisthelsetenesta	Kontaktlege
For pasientar med behov for komplekse eller langvarige og koordinerte tenester	For pasientar med alvorleg sjukdom, skade eller lidning, som treng individuell behandling/ oppfølging frå spesialisthelsetenesta over ein viss tidsperiode.
Skal sikre kontinuerlege og heilskaplege pasientforløp: samordning med andre helsetenester i samband med institusjons-opphald (dvs. både mot andre deler av institusjonen, andre helseføretak, privatpraktiserande spesialistar og kommunehelsetenesta)	Skal vere tilgjengeleg for pasienten, gi info til pas. og ha ei rolle i behandlingsteamet kring pas. Skal vere den faste medisinsk-faglege kontakten til pasienten.
Ingen rett etter pasient- og brukarrettslova	Plikt og rett etter pb.rettslova. Pas.kan klage på manglande oppnemning.
Nå «bør vere lege, men anna helsepersonell kan vere k.», forslag om endring til «skal vere helsepersonell»	I somatikken: Skal vere lege, må vere del av behandlingsteamet kring pasienten og ha ei aktiv rolle i behandling eller oppfølging av pas. I rus- og psykisk helsevern: treng ikkje vere lege.
Treng ikkje ha behandlingsrolle for pasienten	Skal ha aktiv behandlingsrolle for pasienten

Den sentrale skilnaden blir at kontaktlegen skal sikre god kontakt innover til pasienten, jf. fastlegetene-

sta i kommunen.. Koordinator i spesialisthelsetenesta skal samordne utover til andre helsetenester,

tilsvarende koordinator i kommunehelsetenesta.

	Kommunehelsetenesta	Spesialisthelsetenesta
Medisinsk-fagleg kontakt	Fastlege (sidan 2001)	Kontaktlege
Generell samordning	Koordinator	Koordinator

LOP meiner derfor:

Mange pasientar med alvorleg sjukdom kjenner seg utrygge: kva er det med denne sjukdomen, kva kan gjerast, og korleis vil det gå med meg? I spesialisthelsetenesta får desse pasientane ofte kontakt med mange ulike helsepersonell, slik at informasjonen til pasienten alt for ofte kan bli både fragmentarisk og sprikande, og dette vil forsterke pasienten sine eksistensielle problem i ein krisesituasjon. Forslaget om

kontaktlege i spesialisthelsetenesta ser ut til å ville avbøte dette, og er ein naturleg konsekvens av at pasienten skal vere i sentrum. LOP stør derfor forslaget om kontaktlege slik det er framlagt, og ser det som naturleg at eit så viktig tiltak må bli ein rett etter pasient- og brukarrettighetslova.

Kontaktlegen skal vere del av behandlingstemaet og ha ein aktiv rolle i behandling eller oppfølging av pasienten, og blir på den måten eit

kunnskapsanker. LOP meiner derfor det er naturleg at kontaktlegen også bør vere journalansvarleg, og som hovudregel også bør ha informasjonsansvar utover.

Skilnadene mellom kontaktlege og koordinator sine ansvarsområde må gå tydeleg fram av framtidig forskriftstekst.



Helse- og omsorgsutvalget 2014-17

Torild Bjørlykke, leder, torildbjo@getmail.no

Sykepleier/anestesi/helsesøster/lederutdanning. Arbeidet 44 år i helsevesenet. Deltatt i fylkespolitikken i 16 år og bystyre i 4 år. Leder av styret på Regionsykehuset i Trondheim og foretaksleder for Fylkesapotekene i Helse Midt-Norge. Startet og er leder av Seniorsykepleierne i Oslo og Akershus.

Torleiv Robberstad, trobbe@lyse.net

Distriktslege, helse- og sosialsjef, ass. fylkeslege i Rogaland, konsulent i Helsedirektoratet. Deltatt kommune- og fylkespolitikken i Sandnes bystyre. Mastergrad i offentlig helsearbeid fra Göteborg

Marie Widerøe, m-widero@online.no

Yrkesfaglærer i videregående skole, studieinspektør, aktiv i kommune- og fylkespolitikken med sterkest engasjement innen transport og utdanning. Som pensjonist opptatt av trening og frivillighet.

Ingrid Roel, ingrmr@online.no

Utdannet fra Statens skole for kostholdsøkonomer. Yrkesfaglærer innen Restaurant- og matfag på videregående skole. Studieinspektør. Diverse komitearbeid innen undervisningsetaten. I dag arbeid innen Restaurant- og matfag for Sinsen voksenopplæring i Oslo. Engasjert i frivillig arbeid. Medlem i Kokkenes mesterlaug.

Åse Fulke, as.fulke@getmail.no

Fil.kand, ernæringsfysiolog og cand.jur. Statsansatt hovedsakelig med forskriftsutformning i Mattilsynet og de statlige etater som var forgjengere til tilsynet. Utsendt av Helse og omsorgsdepartementet som nasjonal ekspert til EU-kommisjonen i 4 år. Varamann til styret i Forbrukerrådet.



Rogna

*Det står ei rogn og skrik
kvar haust mot morgontider
Du ser ho klårt frå fjell og vik
Ho synst til alle sider.*

*Med brune bakkar kring
og li og lund og einer
det tykkjest so held eit ting
med raudkåpa om greiner.*

*Du kan 'kje høyra skriket.
Du kan det berre sjå.
Det er eit skrik mot sviket
mot det som koma må.*

*Mot haust som kjem til tida
og dreg si kalde hand
oppetter bratte lia
og set alt liv i brann.*

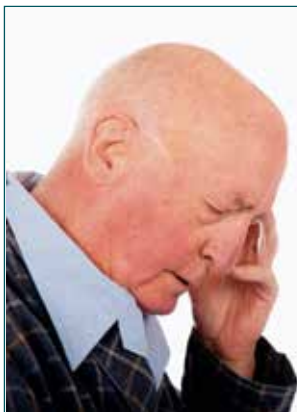
*Til sist står berre att
ei rad med grøne einer.
Med' rogna tagnar, går mot natt
står bøygd med nakne greiner.*

Av Per Tanche-Larsen



Aktivitetsvenn

– FRIVILLIGHET PÅ DEMENSOMRÅDET



Om lag 71.000 personer har demens i Norge. 10.000 rammes av demens hvert år. Sykdommen rammer som oftest eldre, men også yngre mennesker helt ned i 40-årene. Prognosene viser at flere mennesker får diagnosen i fremtiden. TV-aksjonen 2013 var dedikert til demens og Nasjonalforeningen for folkehelsen ble tildelt 229,2 mill. kroner til bruk innen fem år fra 2013. De skal fordeles på tre hovedområder: Forskning, Informasjon og opplæring og Prosjekt «Aktivitetsvenn, frivillig innsats for personer med demens og deres pårørende, for å bedre livskvaliteten deres».

Tekst: **May-Brith Brekke** Foto: Privat

Det er det siste punktet vi her skal vie oppmerksomhet og i den forbindelsen har vi tatt kontakt med nyansatt prosjektleder i Telemark og Vestfold, Eva Løberg fra Nasjonalforeningen for folkehelsen.



Eva Løberg

Hvordan skal midlene fra folket brukes?

Med midler fra TV-aksjonen etablerer nå Nasjonalforeningen for folkehelsen prosjektet "Aktivitetsvenn" i alle landets fylker. Målet er å bidra til at personer med demens kan få flere aktiviteter og gode opplevelser i hverdagen. Det er ikke vanskelig eller veldig krevende å være en aktivitetsvenn, bare hyggelig! Du trenger egentlig bare å være deg selv! Du får kurs, veiledning og oppfølging for å være trygg i rollen. Som frivillig aktivitetsvenn vil du gjøre aktiviteter sammen med en som har demens. Er det noe du liker å gjøre, er det et veldig godt utgangspunkt for å bli aktivitetsvenn. Sammen kan dere gå tur i skogen, sykle, trene, gå i teater eller på kino, fiske, male, gå på utstillinger eller annet.

Mennesker med demens er ganske like oss som ikke har sykdommen. En aktivitetsvenn bidrar til at en person med demens får muligheten til å fortsette sine vanlige aktiviteter. Fritidsaktiviteter og gode opplevelser har positiv effekt. Selv for mennesker der sykdommen har

kommet så langt at opplevelser raskt glemmes, viser det seg at de gode følelsene og stemningen varer.

Nasjonalforeningen arbeider med prosjektet i alle fylker i samarbeid med foreningens lokallag, personer med demens og deres pårørende, kommuner, frivillige organisasjoner og andre aktører. "Aktivitetsvenn" startet opp 1. september 2014 og er et 4-årig prosjekt.

Hva kan vi som pensjonistlag gjøre?

- Som organisasjon kan LOP (i de kommuner man er representert) ta opp temaet i kommunens eldreråd.
- I kommuner hvor vi ikke har medlemmer i eldrerådet, kan vi være pådrivere som setter fokus på saken gjennom brev/møter med kommunen.
- LOP kan oppfordre alle kommuner til å inngå en forpliktende partnerskapsavtale med organisasjoner og personer med tanke på en demensplan som tar for seg hvordan den enkelte kommune vil møte fremtidige utfordringer på dette området.
- Øke bevisstheten om demensvennlige samfunn ved foredrag osv. på medlemsmøtene og gjennom innlegg i avisene.
- Oppfordre medlemmene i LOP til å bli aktivitetsvenner.

Når du melder deg som aktivitetsvenn, skal du vite at du har et støtteapparat med kompetanse og erfaring i ryggen. Mange ønsker å gjøre en frivillig innsats, og å bli aktivitetsvenn ivaretar dette engasjementet på en direkte og meningsfull måte. Nasjonalforeningen for folkehelsen hjelper deg med å finne en som har de

samme interessene som deg. Kjemien er jo også viktig. Du slipper å bekymre deg for om du gjør ting riktig, og kan fokusere på den doble gleden som ligger i å kunne bruke dine ressurser til noe meningsfylt.

Avslutningsvis føyer Eva Løberg til: Vi har etablert en ressursgruppe med personer med demens som inviteres til å komme med innspill til prosjekt "Aktivitetsvenn". Det er en viktig stemme fra de som selv vet hva det handler om. Vi har hatt ukentlige møter med dialog og innspill. Å lytte til personer med demens og deres opplevelser er nødvendig for å lykkes! De er de beste til å si noe om egne behov.

Vi i LOP ønsker lykke til i dette viktige arbeidet og oppfordrer våre lokallag og enkeltmedlemmer til å ta del i prosjektet.

Om du vil bli aktivitetsvenn i Telemark og Vestfold kan du ta kontakt på e-post til: eva.Loberg@nasjonalforeningen.no eller mobil: 906 93 008

For kontakt med andre fylker i landet, se de enkelte fylkeskontorene. Eller på nettsiden: http://www.nasjonalforeningen.no/no/Demens/bli_frivillig/

Leserinnlegg

De varme hendene

AV R. Liane

Forleden dag besøkte jeg min kone på et av våre kommunale sykehjem. Døren til rommet hennes var ikke lukket. Jeg blei likevel stående i døråpningen noen øyeblikk. Det jeg så, gjorde meg så uendelig glad samtidig som jeg kjente en klump i halsen.

Motivet, bildet eller tablået – jeg vet ikke hva som kan være den mest dekkende betegnelsen – blei ikke fanget opp av noe kamera, men det har brent seg inn i min bevissthet. Jeg kan naturligvis ikke vise det fram. Det er også vanskelig å fortelle om det. Stemmen vil antagelig ikke holde:

I sengen lå min kone fredfullt med halvt lukkede øyne. På sengekanten satt en ung kvinnelig pleier intenst opptatt av pasienten. En gammel hvit hånd i en mørkhudet ung hånd. Den andre hånden til pleieren strøk mildt over den gamles hånd. Det lyste ømhet i pleierens ansikt.

Bildet hadde alt i seg: Ømhet og ro, aldersforskjellen, ulik etnisitet og da antagelig ulike oppvekst-

miljøer. Den gamle med en trygg barndom og videre et harmonisk liv, mor og bestemor og god helse til relativ høy alder – helt til Alzheimer tok taket. Et menneske som alltid hadde hatt omtanke for andre. Men nå var det hun som trang omsorg og pleie. Den unge pleieren kjenner jeg ikke bakgrunnen til. Det var imidlertid tydelig at hun hadde aner fra helt andre himmelstrøk. Men hovedsaken var at det var to mennesker som møttes i full harmoni – et menneske som trang omsorg og pleie, og et menneske som tross ung alder ga av seg selv for å gi god omsorg til beste for pasienten.

«Tablået» som jeg var vitne til, forteller oss at pleie- og omsorgsarbeid er så mye mer enn bare «rompevask». I denne sektoren trenger vi mennesker med varme hender uansett etnisitet. Alt kan tyde på at det har vi ved våre sykehjem og i omsorgstjenesten for øvrig, og det må vi være takknemlige for. Pleierne må i effektivitetens navn ikke gjøres om til roboter med kalde klør. Roboter hører industrien til og bør forbli der.



KINA

– en reise verd

For mange år siden besøkte jeg Kina i jobbsammenheng. Reisen gikk fra Beijing og tvers gjennom landet til HongKong. En på mange måter opplevelserik reise, og hvor mange minner fortsatt sitter igjen. Tidligere i år ble min kone og jeg invitert til Kina for å besøke familie og venner. For meg ble dette en spesiell opplevelse. Ikke minst med bakgrunn i de store endringene som hadde skjedd i landet siden jeg sist var der.

Tekst og foto: Kjell Helland

Et land i endring

Kina har de siste årene vært gjennom en stor økonomisk utvikling på 10-12 prosent årlig, og er nå verdens nest største økonomi. Dette kom klart til syne under vårt besøk denne gang. Vi besøkte Guangzhou med ca. 12 millioner innbyggere og Pingxiang som er å regne for en liten by med bare 380 000. Begge byene ligger sør i Kina. Temperaturen lå på 35-42 varmegrader og luftfuktigheten var høy. Guangzhou er Kinas fjerde største by og er, ved siden av Shanghai, å regne som Kinas finans- og næringscenter. I begge byene var det stor og hektisk byggeaktivitet. Guangzhou minnet med sine topp moderne høyhus, lysreklamer og stor trafikk om enhver annen verdensmetropol. Jernbanenettet var godt utbygd med høyhastighetstog med 300 km i timen. Valuta var grei å forholde seg til. 1 yen tilsvarte omtrent den norske kronen.

Trafikk og småbarn

I forhold til de mange kontrastene vi møtte denne gang var nok trafikken den mest iøynefallende. På mitt forrige besøk var trafikken dominert av syklistene. Denne gangen var det biler, motorsykler og skutere som hadde overtatt. Bilparken i Kina må

være av de mest moderne, når jeg ser bort i fra noen drosjer i Pingxiang. Så vidt jeg kunne registrere, var privatbilene på de to stedene vi besøkte fra noen måneder til tre år gamle. De dominerende bilmerkene var tyske og japanske. I motsetning til Guangzhou, hvor trafikken forholdt seg til normale trafikkregler, fikk vi en helt annen opplevelse i Pingxiang. Her kjørte biler og motorsykler både på vei og fortau. Heldigvis tutet de med hornet når de kom slik at vi som fotgjengere kunne trekke oss til siden. Det som kanskje gjorde mest inntrykk, var nok det forhold at på en skuter (Vespa) kunne det gjerne sitte både tre og fire personer på sykkelen, og da gjerne med både to og tre småbarn. I Norge hadde det vel endt med at føreren hadde blitt fratatt førerkortet. De som trodde at Norge er det eneste landet med bomstasjoner, må tro om igjen. Vi møtte de også flere plasser i Kina.

Kinesisk leveste og bryllupseremoni

Vi oppholdt oss mesteparten av turen i Pingxiang hvor vår familie og venner bor. De fleste av disse hører nok hjemme i kinesisk middelklasse. Likevel fikk vi et godt inntrykk av kineserne og dere levemåte. Vi var

også hjemme hos flere familier, og fikk et godt inntrykk av hvorledes de lever. Etter norsk målestokk var nok leilighetene noe mindre enn det vi er vant til. Det som kanskje var mest overraskende var at de ikke var opptatt av utvendig vedlikehold. Et leilighetskompleks som var satt opp for ca. ti år siden, kunne gjerne se ut som det var bygd for både 30 og 40 år siden. Vi fikk delta i en bryllupseremoni. Det var noe helt spesielt. Alle som var invitert måtte betale 200 -300 yen hver. Noen betalte faktisk også mer. De som ikke var invitert, men ønsket å være tilstede, kunne også få komme mot å betale. Når maten var betalt, gikk overskuddet til brudens foreldre. Med tanke på at middagen kostet ca. 100 yen, og det deltok 100 gjester, ble det et brukbart overskudd igjen til brudens foreldre. Kanskje det kan være noe for oss her i landet? For øvrig var det vanlig at når middagen var fortært gikk gjestene hjem. I Norge ville vel det bli oppfattet som uhøflig, men ikke i Kina.

Politikk og språk

Vår opplevelse av de kineserne vi var i kontakt med var at de var svært hyggelige og sosialt engasjerte. Politikk var ikke noe fremstående tema. Den eneste gangen jeg havnet

Små bildeglimt fra reisen



i en virkelig heftig diskusjon var emnet pensjonsalder. I Kina kan det være noe ulik pensjonsalder, men hovedtrekkene er at kvinner blir pensjonert når de er 55 år og menn når de er 60 år. Nåværende president hadde, slik jeg forsto det, fremmet forslag om at pensjonsalderen skulle være 75 år. Noe jeg antar har sammenheng med den rivende økonomiske utviklingen vi nå ser i Kina, og sikkert også økt behov for arbeidskraft. Jeg ble sittende mellom to kampaner hvor den ene støttet presidenten, mens den andre ønsket å opprettholde nåværende ordning. Nå lyder det kinesiske språket nokså «hardt», så diskusjonen opplevdes nok som langt verre enn hva den faktisk var. Uansett så endte diskusjonen i en skål med kinesisk brennevin. De fleste voksne kinesere vi var i kontakt med, behersket ikke eller var svak i, engelsk. Noe som innebar at vår kinesiske svigerdatter fikk noen hektiske uker mens vi var der. Til gjengjeld ble vi svært populære blant kinesiske tenåringer som hadde begynt å lære engelsk på skolen fra tredje klasse. For dem representerte vi deres mulighet til å få praktisere språket en smule.

Hva med en slange til middag?

Den kinesiske maten er langt fra hva vi er vant til med våre kjøttkaker og poteter, men stort sett gikk det greit. Kineserne utnytter alt i sin matlagning, noe som sikkert også er nødvendig når 1,4 milliarder mennesker skal mettes. All mat var godt tilrettelagt, og det var gjerne både ti og 12 retter på bordet slik at vi alltid fant noe vi likte. For egen del var det første gang at jeg fikk servert og spiste slange. Tro det eller ikke, det smakte!

Kamera med forpliktelse

Da jeg gikk av på landsmøtet i sommer, fikk jeg et kamera som takk for innsatsen, og med et pålegg om å bruke det på min Kinatur. Av de ca. 750 bildene jeg tok, valgte jeg noen få til denne artikkelen. Disse bildene gir ikke et fullstendig bilde av reisen, bare et lite gløtt inn i et spennende land! Et land og en verdensdel i en rivende utvikling som det er verd å bli kjent med. Har du mulighet, er det uten tvil verd et besøk.

DEFA[®]
Lighting



Mange spennende LED armaturer både for innendørs og utendørs bruk!

Skann kode og lær mer på www.defa.com

Kontakt din LOKALE elektriker

Energikontroll AS	77 69 61 10
Ishavsbyen Elektro AS	90 83 40 90
J.B. Elektro AS	93 83 40 00
Jensen Elektriske AS	77 75 19 50
Karlsen Elektro AS	40 00 67 10

elektrikerkjeden
Medlemmer av **norgeseliten**
Din trygghet - vårt ansvar!

Åpen og rettferdig nedprioritering?

Av Maj Lindholt

Statsbudsjettet avslørte holdninger til eldre. Bort med tannhelsetilskuddet på kr 800 annethvert år. Bort med Den kulturelle spaserstokken. Småpenger på statsbudsjettet, men altså bortprioritert. Nå har Prioriteringsutvalget som det faktisk offisielt heter, eller Norheimutvalget som det også kalles, foreslått prioriteringer innen helsesektoren.

«Åpen og rettferdig prioritering» er overskriften på departementets nettside. Gamle skal nedprioriteres i forhold til yngre. I følge diagnoseforeninger skjer det i praksis i dag og har pågått ganske lenge. Men hvis regjering og storting slutter seg til utvalgets forslag, blir det satt i system og legalisert. Altså åpen prioritering. Men rettferdig? Nei. Etisk forsvarlig? Nepp. Samfunnsøkonomisk lønnsomt? Kanskje.

Det er ikke vanskelig å bifalle at yngre kronikere skal få all den hjelp og støtte som er mulig å gi. Selvfølgelig skal de få det. Men å sette trengende grupper opp mot hverandre er ikke akseptabelt. Norge må ta seg råd til å gi behandling til alle som er/blir syke og behandlingstrende uten å skjele til hvor

«mange gode år» (sannsynligvis uten sykdom) pasienten allerede har hatt. En som blir pensjonist uten å ha «belastet» helsevesenet i utpreget grad – har vedkommende da hatt så «mange gode år» at det får holde eller har han/hun behandlingsmidler «til gode»? Saken kan jo ses fra flere sider?!

Aldersdiskriminering ropes det om. Leserinnlegg skrives om hva gamle «fortjener fordi de har bygget landet». «Sorteringssamfunnet» nevnes igjen (et ladet begrep som hemmer debatter). Personlig kan jeg styre min begeistring for disse uttrykksmåtene. Slagord og sutring fører sjelden fram. Ikke føler jeg at jeg har bygget landet heller. For meg handler de to nevnte kuttforslag i statsbudsjettet om holdninger til de

uproduktive. Norheimutvalgets forslag om prioriteringer handler om utrygghet, om angst. Om å bli engstelig for ikke å få den medisinske behandlingen som er mulig hvis sykdom rammer. Om ikke å få optimal behandling – rask og øyeblikkelig behandling samt relevant rehabilitering – ved slag. Om ikke å få adekvat behandling for kreft. Eksemplene kunne være mange. Slik utrygghet skal ikke eldre oppleve. Det forringer livskvaliteten også mens man er frisk.

Heldigvis er dette på forslagsstadiet. En høringsperiode kommer. Den må LOP delta i med stor styrke. LOP må også delta i den offentlige debatten. En åpen debatt om rettferdighet og rettigheter imøteses.



O jul med din glede

*Det kimer nå til kjøpefest,
vår velkommen som vår gjest,
her er varer til enhver,
dataspill og plastikktrær,
vår velkommen kredittkort,
vi skal lukke opp vår port.*

*Vi skal tjene masse penger,
dyre ting du ikke trenger,
vi er blitt kommersielle,
julens motto er å selge,
når pengene i kassa klirrer,
det lyder mest som englevinger.*

*Vandre rundt som detektiv,
det er nå blitt nissens liv,
høytalere med julesang
toner mot oss dagen lang.
Kom og bli med på vår fest,
vi er de som selger mest!*

*Vi kan gjerne selge sjelen
før vi når til julekvelden,
og den gode julefreden
den er blitt til stress i steden.
Den som selger julefred
finnes ikke noe sted.*

*Kan vi gjøre noe med det
for å få vår høytid fredet?
Kan vi gjenfinne det tapte
slik som Mesteren det skapte?
Kan vi finne julefred?
Finnes freden noe sted?*

Anders Stende



LOP Kristiansund markerte LOP 75 år

9. oktober feiret lokallaget i Kristiansund at LOP er blitt 75 år. Etter at lokallagsleder Karl A. Johansen hadde ønsket velkommen og litt allsang med Lillian ved pianoet, leste Hedvig Wist sin Prolog ved markeringen av LOP's 75-årsjubileum skrevet for anledningen.

Tekst: fra LOP-Karins lille blogg Foto Karin S. Woldseth

Daglig leder Karin Woldseth innledet om om LOPs historie og fremtidsvyer, og forteller at: Så kom kveldens høydepunkt! Ikke bare er Karl leder for LOP, men har er også en særdeles utmerket kokk. Maken til den hjemmelagede bacalaoen vi fikk, skal man lete lenge etter. Han toppet det hele med hjemmelaget karamellpudding. Sekretær Tor Larsen fikk daglig leder trygt tilbake til flyplassen, og jubileumsmøtet fortsatte med hjemmelagede kaker og kaffe.



Hedvig Wist leser selvskrevet prolog.

Prologen:

Når man er vant med internett
Så bør det være ganske lett
Å finne Landslaget for Offentlige Pensjonister.
Å, jo da, det var lange lister!
Bra at noen ønsker å sponse:
LOP fyller 75! En diger annonse!
Side opp og side ned!
Det blir altfor langt å ta med!
Vel, det får dere lese selv en kveld!
Men Laget vår fyller hele 75!
Slik er det faktisk en av dem
som opplevde og overlevde krigen:
torturen, flukten, bombene, intrigen.
(hvem vet, kanskje virket de i det stille
Ikke lett om man prøvde og ville).

De fortsatte arbeidet etter freden,
muligens med andre og nye oppgaver isteden.
Offentlig ansatt? Lege, sorenskriver, rektor, jus,
offentlige sjefer med høye lønningspluss?
Etter hvert kom også funksjonærer,
og jammen en og annen lærer!
Mange fra de offentlige bedriftene.
Men medlemstallet har jo vært skiftende.
Problemet i dag er å holde medlemstallet!
Det later til å være saken for alle.

Og glem ikke Vi i LOP, et stilig medlemsblad,
med bilder, artikler og enkle, små kvad.

Når ble laget startet i Kristiansund?
Det burde man vite i jubileets stund!
Men det hadde visst noen år på baken,
før jeg ble engasjert i saken.
Også her i Kristiansund
har vi ymse lag og yrkesforbund

som skal være både til nytte og hygge.
Men dere – skal vi våge å kalle oss **overbygget?**
Det er så mange sider, rett og slett.
Det er uttalelser- og drøftingsrett,
passe på at pensjoner holder tritt
(og det gjør den jammen bare så vidt!).
Nei, det er innviklet, vi får det opp i halsen.
Vi får gjøre som eidsvollsmenn: holde oss til Falsen!!!
Stole på dem som har oversikt,
og bruke landsmøtet til mer enn møteplikt!

Og møtene våre – gammeldags kaffe klokka fem.
Heldigvis, de faste møter da frem.
Program er fastsatt til alle møter.
det er ingen ting som heter fraværsbøter.
Det er nå litt smått med veksten,
er glad når vi runder i hvert fall seksten!
Og turer har vi sannelig hatt,
felles og alene kursen satt
mot Ålesund, Aure, Angvik og en gård langt opp i fjellet.
Det er ei for lang historie å fortelle.

Vi har også stilt oss samarbeidsvillig:
fristet andre organisasjoner med adskillig!
Vi har prøvd å danne en paraply,
over felles turer og underholdningsmeny.
Men sant å si, vi (selv med Karl!) her i LOP
har ikke greid å slå paraplyen helt opp.

Samfunn og pensjonistkår følger med tiden.
Vi vet ikke hva, som kommer siden –
Vi vet bare at vi er her og nå,
med oppgaver som banker på.
Vil farten øke – eller blir det færre knop?

Vi gratulerer Jubilanten! God seilas for gamle LOP!

Molde LOP på kunstutstilling

Vi har foretatt en undersøkelse blant våre medlemmer om reiser i LOP regi. De fleste var mest interessert i reiser i nærmiljøet, så vi dro denne gang til Ålesund.

Tekst: [Bitten Linge](#) Foto: [Eva Røstberg](#)

Vårt medlem Lars Christian Istad fylte 80 år i sommer, og kunstmuseet Kube i Jugendsenteret arrangerte en jubileumsutstilling. Lars Christian er født i Ålesund, vokste opp i Trondheim og har hatt hele sin yrkesvirksomhet i Molde. Han kommer fra en skredderslekt og ble også utdannet i det faget. I 22 år underviste han som lektor på konfeksjonsteknisk linje på Romsdal videregående skole før han ble kunstner på heltid i 1985. Vi i Molde LOP synes det er så fint at han er et interessert medlem hos oss, at han fremdeles også er lektor.

Lars Christian Istad har alltid hatt tegneblokka som følgesvenn, og i 1972 meldte han seg på Molde Kunstforenings stipendiatkurs i grafikk med Tim Edmunds. Der ble han introdusert for tresnittet, noe som fikk en avgjørende betydning for hans videre veivalg. Han debuterte med et lite tresnitt med landskapsmotiv på en utstilling i Molde i 1973. Siden ble det Vestlandsutstil-

lingen i 1976 og Høstutstillingen i 1977, og arbeidene hans er representert i inn- og utland i offentlige bygninger og private hjem. Hans motiver er dramatiske vestlandsfjell, fjord, hav, små hus som klamrer seg til knausene og måker som søker etter føde i havet. Han er en dyktig kolorist, har blitt veiledet av Knut Frøysaa og hatt Edvard Munch og Nikolai Astrup som inspirasjonskilder. Istads arbeider blir karakterisert som dekorativ naturalisme, med maleriske virkninger i kombinasjon med romantisk begeistring for lokal natur og byggeskikk. Han er en folkekjær kunstner. Man blir glad av bildene hans. Han er åpen for nye teknikker og søker nye motiver. Utstillingen blir kalt Stoppesteder, 80 åringen stopper stadig på nye steder.

Kunstneren hadde bedt undertegnede som tidligere leder av Molde Kunstforening og nåværende leder av Molde LOP om å åpne utstillin-





Kunstneren Lars Christian Istad og lokallagsleder Bitten Linge.

gen, noe man utførte med begeistring. Vi 12 som var med fra Molde, applauderte entusiastisk for den nydelige og interessante utstillingen. Vårt styremedlem Kjell Bugge hadde på forhånd bestilt lunsj til oss på Jugendsenteret og sjekket bussavganger, et enkelt og overkommelig arrangement. Vi rakk alle hjem til fotballkamp eller lørdagens TV-kos med familien og var blitt inspirert av en vakker kunstreise.

NYE YARIS

Norges mest elskede småbil






TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

NYE Yaris Hybrid Active 222500,-*

1,95% rente. Navigasjon uten tillegg i prisen (Active grad).



*Inkl. frakt-lev. og reg.omk. PrivatLeie 2.229,-/md. Startleie 30000,- Total leiekostnad 110224,- Periode/kjørelengde 36 md./45000 km. *Renten er subsidiert i tre år, for deretter å bli justert til normal salgsrente. Forbruk blandet kjøring, utslipp CO2 og NOx: Yaris Hybrid fra 0,33 l/mil, fra 75 g/km, fra 6 mg/km. Avbildet modell kan ha ekstrautstyr. Vi tar forbehold om trykffeil.



HARILA

Harila Tromsø AS, Skattøraveien 44, 9291 Tromsø - 77 67 98 00
Harila Tromsø AS, Karosseriavd., Hansjordnesgata 1, 9009 Tromsø - 77 61 29 00

www.harila.no



Generell brannvern i LOP Sarpsborg



Et av høstmøtene i LOP Sarpsborg var viet brannvern. Et viktig tema som ble belyst av branninspektør ved Sarpsborg brannvesen. Lise Lotte Torp. Hun ga informasjon og tips om mange situasjoner som, hvis en ikke tar riktig grep, kan føre til alvorlige branner.

Av Tor Langvik- Hansen

Målsetningen med foredraget var å gi oss «litt» kjennskap til brannvern, og å gjøre oss bevisst på hva som kan forårsake brann. Gode rutiner i hjemmet er viktig og en bør kanskje tenke annerledes enn en vanligvis forestiller seg.

De typiske brannårsaker er tildekking eller havari i flyttbare ovner, panelovner, tørrkoking av kaffetraktere, vannkokere. Feil i, eller feil bruk av, belysningsutstyr, elektronisk utstyr, kontakter, skjøteledninger, vaskemaskiner, tørketromler og oppvaskmaskiner. Gamle sikringskap uten automatsikringer har skrusikringer som kan løsne og begynne å brenne.. Skru dem til hver gang du leser av strømmen.

Torp viste bilder og film som viste brann i en kaffetrakter, fra den begynte å ryke til den sto i full flamme, og satte resten av kjøkkenet i brann. Det tok 3 minutter.

Ingen hadde nok tenkt på at laderen til mobiltelefonen kan ta fyr, dersom den blir stående i kontakten, og kanskje blir for varm, grunnet for eks. støv eller alder. Din bærbare PC står til lading hele tiden. Her kan

varmgang i laderen føre til brann. Så heretter står verken mobilladeren eller PCen i kontakten om natten, mens du tror du sover trygt. Kan vi huske dette tro?

Nå kan vi jo ikke bli paranoide, men bør være oppmerksom på farer, som for eksempel dårlige støpsler, defekte skjøteledninger, eller overbelastning når det gjelder nettopp skjøteledninger. Trekk ut støpsler av alt elektrisk utstyr når du drar fra hjemmet for lengere perioder.

Hvordan kan vi selv forebygge? Ha fokus på sikkerhet! Tenk gjennom rutiner, ikke minst på kjøkkenet. En av de vanligste brannårsaker er tørrkoking, (du skal bare ut å sjekke posten, møter naboen og slår av en prat, mens kjelen koker tom og brannen starter). Brann i fett en annen skummel årsak.

Hva gjør en dersom det begynner å brenne? Skulle det begynne å brenne, og du tror du kan slukke selv, ring likevel brannvesenet med en gang, 110, og husk at vann på brennende olje er helt galt. Der er pulver eller et tykt teppe det eneste

brukbare. Og ikke overvurder deg selv .

Kom deg/dere ut så fort som mulig, dersom du ser at du ikke greier noe selv. Røyken er like farlig som brannen dersom du blir for lenge i et røykfylt rom.

Sørg for at brannslukningsapparatet er i orden og lær hvordan det kan brukes.

Det finnes to sorter brannslukningsapparater, pulver og skum. Skum er mer skånsom når det gjelder rengjøring etter slukking , mens pulver er den mest vanlige. Noen har også installert vannslange.

Sørg for at røykvarsleren er i orden. Prøv den med passe mellomrom. Ikke plasser røykvarsleren i kjøkkenet, men utenfor. Røykvarsler i kjøkkenet vil varsle ustanselig når du koker mat. Skaff gjerne en komfyrvakt!

Hvem er mest utsatt for brann, og forårsaker brann?

Statistikken sier at det er eldre over 70 år, og unge mennesker mellom 18 og 35 år som mest utsatt.

Møter i Moss

Samhandlingsreformen var tema i september. Moss var en av de første kommunene som innførte reformen, og kommunalsjef Lasse Henriksen delte erfaringene så langt med lokallaget. Formålet var kortere sykehusopphold og at kommunen skulle overta oppfølging/viderebehandling. Kommunen sto derfor overfor krevende og varierte oppgaver. Moss tar i mot pasienter fra Moss, Rygge, Råde og Våler og har lavt statlig rammetilskudd i forhold til innbyggertallet. Arbeidsdelingen er at hjemmesykepleien også yter fysio- og ergoterapi, hjelpemidler m.m. Peer Gynt Helsehus forestår lege- og viderebehandling, mens Jeløy kurbad har rehabiliteringstilbud. Hjemmesykepleien tester bruk av elektroniske nøkkelkort i stedet for å kjøre til sentralen for nøkkelbytte. Kommunalsjefen var fornøyd med samhandlingsreformen så langt. Møtedeltakerne hadde flere spørsmål og fikk avklart saker de lurte på.



Velkommen til Femund Fjellstue

Ei hjemmekoselig fjellstue med særpregede rom og hytter ved bredden av innlandshavet

Femunden 700 moh, omkranset av vakre fjell sommer som vinter. Idylliske turstier og løyper fred, ro, rekreasjon, glede og ny energi.

Vårt kjøkken er kjent for hjemmelaget mat det meste hentet fra naturen.

Spisestedet for fjellmat ved alle anledninger fra enkelt personer til grupper, kurs og selskaper.

Kontakt oss for et tilbud!

Femund Fjellstue

Femundveien 3645, 2446 Elgå

tlf 0047-62459541 og 0047-95175989

www.femundfjellstue.no



Foto: Museet i Sør-Trøndelag

Alf Prøysen var tema i oktober. Inger Thinn fortalte om jublantens liv og virke og sang noen av visene hans. Hvem husker ikke Barnetimen for de minste, Husmannspolka, Tango for to, Æille har et syskenbån på Gjøvik – hans brennende sosiale engasjement og rettferdighetssans?! I jubileumsåret er sannheten i Erik Byes ord til Prøysens begravelse bevist: ... for er'n borte så lever'n lell!

Lokallagsleder Kristian Hjortkær Hansen har orientert om landsmøtet og statsbudsjettet på de to møtene. Novembermøtet holdes mens Vi i LOP går i trykken.

LOP Moss har nytt møtested: Moss kirke- og kultursenter ARENA.

LOP Indre Østfold: Kommunal representasjon

Vi henvendte oss til ordfører som var enig med oss at også vårt lag burde være representert i arbeidsgruppa for Eidsberg Boligsosiale handlingsplan (ikke bare Eidsberg pensjonistforbund).

Forespørselen ble politisk behandlet, med det resultat at vi nå er oppnevnt med en representant i arbeidsgruppa, forteller den nyoppnevnte representanten Randi Frankrig (bildet).



Videre ble Inger F. Trømborg første og Karin Haug andre vararepresentant.

LOP Lillehammer på tur til Trøndelagsfylkene

I år hadde den lokale turkomité i LOP Lillehammer lagt opp til en tur til Trøndelagsfylkene med *Spelet om Heilage Olav* på Stiklestad som hovedmål.

AV: Ragnar Brandvold

23 glade pensjonister dro fra Lillehammer i flott sommervær 27. juli. Ferden gikk opp Gudbrandsdalen, over Dovrefjell og videre til Oppdal, hvor vi fikk servert lunsj ved *Oppdalsporten*. Ved Berkåk tok vi av E6 og kjørte ned det vakre dalføret langs Orkla ned til *Løkken Verk*. Her var vi innom *Orkla*

Industriemuseum før vi reiste med *Thamshavnbanen* til *Bårdshaug Herregård* i Orkanger. Den gamle herregården er for det meste bevart slik som den var da Christian Thams "hersket". Etter en innholdsrik omvisning og middag gikk ferden til Trondheim.

Trondheim by var preget av *Olavsdagene* siden dette var rundt Olsoktider. 28. juli var til fri disposisjon. Noen dro til *Ringve Musikkmuseum* og fikk en alle tiders flink guide, som både kunne traktere tangentinstrumenter og hadde en fantastisk flott sangstemme. Et lite innblikk i museets stifter, Victoria Bakke, sitt virke på stedet ble også gitt. Andre besøkte *Munkholmen*, *Nidarosdomen*, *Erkebiskopgården* etc.



LOP-gjengen ved klosterruinene på Tautra.

29. juli dro vi videre til Tautra inne i Trondheimsfjorden. Her ble vi guidet rundt til *klosterruinene* og til det relativt nye *Mariaklosteret*, hvor åtte cisterciensernonner har etablert seg. For å skaffe seg inntekter til drift av klosteret, produserer og selger de forskjellige typer kremer og såper. Turkomiteen hadde funnet fram til et flott fjordhotell på Inderøy, *Jægtvolden Fjordhotell*, hvor vi overnattet i to netter. Om kvelden overvar vi *Spelet om Heilage Olav* på Stiklestad. Forestillingen begynte kl. 2300, så det var kveldsstemming på Stiklestad da vi ankom. Dette var på selve Olsokdagen, så det var veldig mye folk her med masse forskjellige forestillinger inne i det relativt nye, store kulturhuset på stedet. Før "vår" forestil-

ling fikk vi servert trøndersodd i kulturhuset. Forestillingen om Heilage Olavs slag på Stiklestad var meget imponerende. Med masse lokale stater, dyktige skuespillere og ikke minst flotte og dyktige hester (som kanskje imponerte meg mest). Været var spennende, med tykke skyer som drev over oss, men ikke noe regn. Forestillingen varte til kl. 0100, så etter ankomst på hotellet igjen var det behov for å gå til sengs!

Onsdag 30. juli var vi på utflukt på Inderøy. Her har gårder og kulturinstitusjoner gått sammen om å legge opp til en rundtur på øya, som de kaller for *Den gylne omvei*. I tillegg til å besøke flere store gårder, var vi på Nils Aas Kunstverksted og Muustrøparken, som også inneholdt

flere flotte statuer laget av Nils Aas. På gårdene var det smaksprøver av det de produserte eller utstillinger av forskjellig håndarbeid.

Torsdag 31. juli var det tid for retur tilbake til Lillehammer. For å få en variasjon kjørte vi om Selbu, oppover den vakre Tydal, oppover Stugudalen, hvor vi hadde en fantastisk utsikt mot blant annet Sylane. Etter hvert ankom vi Røros, hvor det ble tid til én times pause. Det var spennende å rusle langs de gamle gatene og å se på de store slagghaugene. Ved *Taverna Alvdal* var det gjort klart en toretters middag for oss. Så gikk ferden videre til Follidal, nedover til vakre Atnasjøen, hvor vi gjorde et lite stopp for å se på utsikten fra Solbergs plass. Det var her Harald Solberg lagde sin skisse til sitt berømte maleri *Vinternatt i Rondane*. Til slutt bar det sørover over Venabufjellet, til Ringebu og Lillehammer!

Vi takker turkomiteen for en flott opplagt tur i samarbeid med *Peer Gynt Tours*. Ikke minst fortjener vår meget dyktige og tjenestevillige sjåfør fra Ringebu bilruter, Asgeir Aarnes, en stor takk.

God høst på Nedre Romerike

Fetsund lenser er ikke «bare» et museum for tidligere tiders tømmerfløting. Det arbeides også med spennende planer for et unikt våtmarksområde. Direktør Anna Kristine Jahr Røine (3) holdt et inspirert og engasjert foredrag på augustmøtet og var etterpå guide på museet.

Tekst og foto: Maj Lindholt

I september dro 30 medlemmer til Prøysenhuset. Prøysens niese, Mary Kristine (1), fortalte så latteren runget og tårene lurte i øyekrokene om onkelen og familien hans.

Solveig Finsrud, vi har nok truffet med temaene. På formiddagsmøtene i Doktorgården på Lillestrøm serveres kaffe/te og hjemmebakte kaker (lokallagslederen baker

deilige kaker (red.anm.)) og så er det utlodning og hyggelig prat. Møtene er åpne og annonseres i lokalpressen.

I oktober sto kommunale utbyggingplaner på dagsorden. Et høyaktuelt tema på Nedre Romerike. Kommunestyrerepresentantene Nina Fjeldheim Hoelsæter fra Ap (2) og Bjørn Ødegaard fra bygdelistas Folkets Røst innledet og debatterte under mild ledelse av lokallags nestleder Tore Lindholt.

Møtene har vært meget godt besøkt og medlemstallet utvikler seg positivt, forteller lokallagsleder



1



2



3

Gardermoen Hotell
Bed & Breakfast

- Henter/bringer døgnet rundt
- Gratis trådløst nettverk
- Priser inkl. frokost

ENKELTROM fra kr **595,-**
 DOBBELTROM fra kr **695,-**

«Syden-hotellet»

Tlf: 6393 0050
www.gardermoenbb.no
 e-post: hotel@gardermoenbb.no

Støtt våre annonsører!

Vi i LOP

LOP Øvre Romerike valgte nærområdet som reisemål i sommer

Eidsvoll og Eidsvollsbygningen har vært i fokus i 2014. De fleste av oss i lokallaget hadde vært i Grunnlovsbygningen før, men alle var spente på resultatet av restaureringsarbeidet.



Tekst: Petter Olsen

For å få mest mulig ut av dagsturen, ønsket vi også en rundtur i Eidsvoll, og vi forberedte oss godt: På et medlemsmøte inviterte vi tidligere redaktør i lokalavisa, eidsvollspatriot John Granly, til å kåsere over emnet "Eidsvoll – fra jord og skog og jernverk til industri- og handelssamfunn". Vi var også så heldige at han ville være guide på turen gjennom Eidsvoll.

Bussen ble fylt av 43 forventningsfulle turdeltakere, og ingen ble skuffet. I nydelig sommervær og i naturskjønne omgivelser fikk vi en turopplevelse av de sjeldne:

Granly kunne alt om Eidsvoll – fra den tidligste bosettingen, om jernverk og skogsdrift, og ikke minst om industrien i tilknytning til fossene i Andelva, og fram til i dag.

Etter en kaffepause i sjarmerende Cafe Svanden, gikk vi over til Eidsvollsbygningen. Der ble vi vist rundt av flinke og kunnskapsrike guider, og ble imponert over arbeidet som er gjort for å få bygningen tilbake til opprinnelig stand.

Men turen var ikke over ennå. Bussen kjørte til Sundet og til Garnityr Restaurant. Der satt vi lenge ved Vormas breidd i nydelig ettermiddagssol og nøt en trerettersmiddag før vi tok fatt på hjemveien.

Hotell i Tromsø



Gunstige kurs- og konferanselokaler

Ypperlig for turgrupper/idrettslag

- Rimeligst i fylket?
Vi har kuttet prisene
- Gratis parkering – også for turbusser
- Gratis oppkobling til trådløst nettverk
- Nylig oppusset

**HOS OSS ER DET
HYGGELIG Å BO!**

Sydspissen Hotell

Strandveien 166,
9006 TROMSØ
Telefon: +47 77 66 14 10
www.sydspissenhotell.no

En kulturhistorisk reise med glimt i øyet til Finnøy og "Vandring i bedehusland"

Å få reise tilbake til barndommens øy sammen med 96 kjekke LOPere fra Sandnes og Jæren ble en uforglemmelig dag. I to busser dro vi til Finnøy, via tre undersjøiske tunneler. Bare det en stor forandring fra fjordabåtene og 2,5 times reise til By`n – dvs. Stavanger, i min barndom.

Av: Synnøve Ladstein

Våre to underholdere og omvisere; Arne Nordbø og Tor Øyvind Skeiseid møtte oss og tok oss med til bedehuset BETHEL på Judaberg, ett av fem på Finnøy. Bethel sto ferdig i 1878 og er et av de eldste bedehusene i Rogaland. Her har det har vært mange vekkelser opp gjennom tidene. Vi fikk en godmodig parodi på hvordan vekkel-sespredikantene fremførte sitt budskap, og mat som alltid hørte til.

Etterpå kjørte bussene til Lauvsnes gartneri, hvor det dyrkes velsmakende små Juanitatomater i ca. 30 mål drivhus. Finnøy står for ca. 30 prosent av alle tomater som dyrkes i Norge. De første drivhusene her kom allerede i 1920- årene.

Neste post på programmet var det lille bedehuset til Pinsevevnene; Zion på Landa. Her fortalte Arne Nordbø med innlevelse hvordan hans far Magne som 20 åring fikk vervet som leder. Han leste opp stiftelsespapiret, som ikke sa noe om verken økonomi eller andre for oss så viktige ting. Derfor ble Magne leder i 59 år, helt til han døde. Denne gruppen var alltid liten, men med trofaste møtedeltakere. De hadde faste plasser, og Arne fortalte med varme om den enkelte (som jeg også kjente godt), og hvor de satt. Nå er det de moderne drengene/arbeids-gjengene fra Polen, Romania og Latvia som ofte låner dette huset til sine sammenkomster.

HESBY KYRKJE er ei gammel stein- kirke fra ca. midten av 1100-tallet. Den ligger åpent og fritt, men værhardt til.



Den gir oss som kommer inn en følelse av høytid og fred, og er stadig like aktuell. Nå også for de mange katolikkene som arbeider på øya. De får katolsk pastor fra Stavanger månedlig til katolsk messe.

På kirkeveggen ute, har i alle år stått et rognebærtre som klorer seg fast i trange kår. Inne i den gamle kirken sang vi alle versene av O jul med din glede. Den lette julesan- gen er diktet av Gustava Kielland som var prestefrue her i soknet fra 1824–37. Hun startet senere den første misjonsforeningen i Lyngdal.

Utenfor kirken står en bautastein over Norges siste drottsete; Ogmund Finnson som hadde sitt hovedsete her på storgarden Hesby i slutten av 1300 tallet. Han styrte landet i to perioder, i slutten av 1300-tallet.

En annen person vi er stolte av er matematikeren Niels Henrik Abel. Hans far var også prest i Finnøy, og vi Finnøybuer liker å si at Abel er herfra, sjøl om han ble født i Nedstrand i 1802. Han har fått sin støtte i preste- garden.

I moderne tid har Finnøy fått sin egen sølvsmed; Folke Helle fra Setesdal. Han tok i mot hele flokken og viste fram arbeidsmetodene for de vakre søljene han lager, og i butikken kunne vi velge blant masse vakkert håndar- beide i sølv og andre metaller.

Vi fikk også tur rundt på øya, og fikk se den fine naturen, og all frodigheten på selve "tomatøya".

En herlig middag på Utsyn Ungdomssenter satte et verdig punktum på en utflukt til både den gamle og nye tid på Finnøy.



**Gravmonumenter
Kvalitetsstein!**



Produsert i Norge for norske forhold.
Størrelse og form etter kundens ønske. Ta kontakt med ditt lokale begravelsesbyrå for kyndig hjelp og veiledning.

Hartvigsen Begravelsesbyrå
Stakkevollveien 49, 9010 Tromsø, tlf: 77 64 10 00

Nord Troms Begravelsesbyrå
Båtnesvn. 7, 9151 Storslett, tlf: 901 65 144

Brødr. Strand Stenhuggeri as
Produsent av gravminner i 5. og 6. generasjon
www.br-strand.no

Medlemsfordeler

SATS

SATS er Nordens ledende treningskjede med 108 egeneide 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 prosent rabatt.

Kontaktinformasjon: **SATS Norge AS**, Nydalen allé 37, Postboks 4949, 0423 Oslo.

Telefon 23 30 70 00. Les mer på www.sats.no

LOP tilbyr rådgivning

Pensjonssaker:

Hans Erik Pettersen

mobil 905 45 413

e-post: hansep@online.no

Arv/booppgjør/testamente:

Birgit Kristensen - mobil 412 18 044 -

e-post: skiftevei@live.no



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 prosent rabatt. Kontaktinformasjon: Finn Carlsen Turistbusser AS, Solheimveien 70, 1473 Lørenskog. Telefon 67 91 20 50. Les mer på www.fcturistbusser.no

escape TRAVEL

Escape Travel AS tilbyr turer over hele kloden. De er største arrangør av elvecruise og spesialister på langreiser og safari. De kan tilby opplevelser på 30 elver og tre kontinenter.

De vil skreddersy turer for LOPs medlemmer.

Kontaktinformasjon: Escape Travel AS, Munkedamsveien 3B Postboks 1591 Vika 0118 Oslo.

Telefon 22 01 71 71. Les mer på www.escape.no.

duka PC

ViKan AS/dukaPc tilbyr LOPs medlemmer PC for seniorer og lese Brett. De tilbyr også god hjelp og veiledning over sin hjelpetelefon og to måneder gratis support-abonnement. Kontaktinformasjon: DuKan AS, Jon Lilletuns vei 3, 4879 Grimstad. Telefon 22 72 26 00. Les mer på www.dukapc.no

nestor seniorutvikling melsomvik

Melsomvikveien 79
3159 Melsomvik
tlf: 33 33 55 00
www.nestorutvikling.no

Nestor seniorutvikling tilbyr kurs til seniorer (55+). Temaer som pensjonsreformen, juridiske spørsmål, økonomi og ernæring står på kursprogrammet. De arrangerer også kurs i data, foto og mye annet. Temakursene og kulturreisene skal inspirere og engasjere til livslang læring og aktivitet. Nestor seniorutvikling er en folkehøgskole for voksne og ligger i vakre omgivelser i Melsomvik, Vestfold. De tilbyr å skreddersy kurs for LOPs medlemmer.


Kontaktinformasjon: Nestor seniorutvikling,

Melsomvikveien 79, 3159 Melsomvik.

Telefon 33 33 55 00. Les mer på: www.nestorutvikling.no

DAG AASBØ TRAVEL

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. Kontaktinformasjon: Dag Aasbø Travel AS, Åsbø, 4980 Gjerstad. Tlf. 37 15 70 31. Les mer på www.dagaasbo.no.

				ORKE	ELV GENI	SVERM	TANG	FORM	DÅR- LIG- STE	
				FOR- BAUSE LETT						
				ÅNDE- LIG						
				FUGLE- LÅT		BYGE				DYR
				RØYTER		REKKE				
TALL		SEN- KET	GLISTE VIA RAMSEN	JORD- ART	PUG- GER	FISK	VERN- TIT- TEL			
TUR				VENUS FRA ...						
						ADV.				
HEL- LIG			BOK- SER	KNÆR- NE TANK			OM- GANG	SEILTE		
BABY- UT- STYR		PARK OM- RÅDE			STEIL	STIK- KER	SAMA- RIUM KLASSE			
ØM	M O R O		DELIKA- TESSE ORG.							
		RØRE ELTE		FREM- MED FRU						
HØYT TEMPO							SNYL- TER			
HIT	A D V.		DYR	TIRRE			AM- BOLT LIK			
DYR				ØVER						
		BARK	RETTE	TAU	GLISE	SPIL- LER	TALL RYTTER- SOLDAT	LIKE		
LEG- DEL										
				MÅL			ODDE	JEG		
FLA- TEN	TINE							FISK		
PASSE			BAK- KER	STØT- TE			TRAVE			
SANS						MØBEL				

Løsning nr 3-2014 :

LOP jubler over selvstendig drøftingsrett

				JOMFRUTUR	STROP	STOFF	DAKPE	KJØNE	M	GRØY	ALP-		
				APPA- BAT	F	O	T	O	B	O	K	S	
				LET	Ø	R	E	S	U	S			
				DEKKE- TYP	R	E	K	E	S	K	Å	L	
				LAZEL	I	S	T	A	L	S	U	R	T
DYVE- TIBTE	T	T	O	T	R	E	S	E	N				
	↓	N	B	E	L	I	V	A	N				
	↓	I	L	L	E	V	A	R	S				
	↓	O	L	S	E	K	R	F	R				
	↓	A	P	S	T	I	T	O	M				
	↓	K	A	T	A	S	T	R	O				
	↓	J	U	L	E	B	L	A	D				
	↓	R	U	L	L	E	B	L	A				
	↓	B	E	V	R	E	V	E	R				
	↓	L	E	I	T	R	O	T	E				
	↓	V	E	N	T	R	O	M					
	↓	R	Y	E	R	M	I	T	O				
	↓	J	E	R	L	A	M	A	K				
	↓	L	O	U	L	E	R	L	A				
	↓	V	A	R	S	E	L	A	M				
	↓	E	N	E	S	E	L	A	M				
	↓	R	I	K	E	O	S	P	A				
	↓	L	S	E	L	V	S	T	E				

Vi gratulerer vinnerne som får 5 flaxlodd hver i posten:

Øyvind Hartberg.
Trondheim

Kari Johannessen,
Lier

Randi Auran Benjaminsen,
Svolvær

Karla B. Log,
Karmsund

Kjartan Kaldhol,
Ulset

**Frist for innsending av
løsning i nr 4-2014 er
28. februar 2015.**



Navn: _____

Adresse: _____

Postnr/poststed: _____

Løsningsord: _____

Send til tomaholt@start.no

eller Vi i LOP, Tømtesvingen 30,2013 Skjetten innen 28. februar 2015.

LOP i eldreråd 2011-2015

Gi innspill, still spørsmål – de arbeider for oss!

Fylkeseldreråd:

Hordaland:

Ingrid Linde,
tlf. 55 95 10 87

Anne-Karin Davidsen (vara)
adav@broadpark.no

Nordland:

Berit Lorentsen,
berit.lo@online.no

Nord-Trøndelag:

Tora Lein (vara),
tora.lein@online.no

Oppland:

Per Rasmussen,
prasmus@online.no

Rogaland:

Johan Risa,
johan.risa@kleppnett.no

Ranveig Løge (vara),
ranveigløge@live.no

Anne-Bjørg Hovda (vara),
anne.b.hovda@haugnett.no

Sogn og Fjordane:

Eivind Skjerven (leder),
eivind.skjerven@gmail.com

Telemark:

Evy Brattland,
brattlan@online.no

Annbjørg Mo (vara),
tlf. 35 52 27 06

Kommunale eldreråd:

Askøy:

John Solvik,
jsolvik@online.no

Tor Tønder (vara),
tlf. 56 14 05 80

Bergen:

Kirsten Utaaker,
kirs-u@online.no

Annelise Olsen (vara),
ao38@online.no

Willy Gustafson,
wilgust@online.no

Jorunn Solberg (vara),
jor-solb@online.no

Bodø:

Audun Spjell,
audun.spjell@gmail.com

Fjell:

Ole Konrad Ekerhovd
(leder), tlf. 56 33 14 74

Kjell Nordahl-Pedersen (vara),
tlf. 56 32 14 63

Fredrikstad:

Kåre Høye
kre.hye@getmail.no

Fusa:

Turid B. Ekeberg,
tlf. 908 79 009

Gjøvik:

Ole Wilhelm Kavli,
wilkavli@online.no

Kristiansund:

Øyvind Wæraas,
owaeraas@online.no

Kongsberg:

Jorunn Ulleberg,
arne.ulleberg@getmail.no

Sigrun Holm (vara),
tlf. 32 73 54 53

Lillehammer:

Aagot Flagstad,
flagstad@bbnett.no

Arne Norborg (vara),
anorborg@start.no

Molde:

Alvhild Søsnes,
alvhilds@bluezone.no

Os:

Olav Djuve,
odjuve@broadpark.no

Johannes Bolstad (vara),
johannes.bolstad@bkkfiber.no

Oslo/Frogner bydel:

Karl Jon Karlsen
tlf. 909 81 126

Osterøy:

Norvald Vedaa,
nvedaa@online.no

Kari Aarestøl (vara),
tlf. 56 39 41 46

Kari Vikesund,
karivikesund@c2i.net

Rana:

Inga Marie Rushfeldt
(nestleder)
Tlf. 75 15 25 04

Tove Lian,
hel-lia@online.no

Hanna Seeger, (vara)
hseeger@signalbox.no

Mary Bjørnå (vara)
mabjorna@broadpark.no

Sandefjord:

Sonja Lausch-Liseth,
lisson@online.no

Sandnes:

Aase Brit Borsheim,
aase-brit.borsheim@lyse.net

Per Egra (vara),
per.egra@lyse.net

Sarpsborg:

Erling Loraas,
eloraas@online.no

Skien:

May-Brith Brekke,
maybrekk@sf-nett.no

Birgit Glomlien (vara),
birgit_glomlien@hotmail.com

Sola:

Jon Solheim, tlf. 51 65 51 46

Stavanger:

Liv Bodil Kallelid,
tlf. 51 55 60 59

Trondheim:

Astrid Seim Ekland,
aseke@broadpark.no

Tromsø:

Jorunn Rasmussen,
krasmu@online.no

Tønsberg:

Oddbjørn Hagen,
od-hage4@online.no

Ullensaker:

Olav Hagen (leder),
olav-hagen@frisurf.no

Arne Myhte (vara),
mythe@live.no

Vefsn:

Turid Mæhre Olsen,
turid.arna.olsen@hotmail.com

Randolf Brattli (vara),
randobra@frisurf.no

Peggy Natvig (vara),
tlf. 996 90 070

Voss:

Kirsten Takvam,
tlf. 56 51 22 47

Gunnar Grove (vara)
tlf. 907 32 720

Vågan:

Bjørg Utne
bjoer-ut@online.no

Ålesund:

Randi Havnevik Devold,
randi.devold@hotmail.no

Thor Magnussen (vara),
thormagn@online.no

Sjur Brande (vara),
sjur.brande@live.no



*Redaksjonen
ønsker leserne
en fin vinter!*

Returadresse:
LOP
Stortingsgt. 2
0158 OSLO

LOKALLAGENE

PRESTEFORENINGEN

Astrid Bjellebø Bayegan 909 29 047 abayegan@online.no

AKERSHUS

Nedre Romerike
Solveig Finsrud 944 16 199 solveig.finsrud@gmail.com

Øvre Romerike
Kjellfrid Frankmo 970 92 474 kjellfrid@pms4u.no

BUSKERUD

Kongsberg
Rolf Wallin 32 73 44 07 908 42 165 rolf.henry.wallin@ebnett.no

HEDMARK

Glåmdal
Anna Stearn 975 45 394 annastearn@gmail.com

HORDALAND

Bergen
Gunda Falao Sparre 55 90 10 53 gunda.sparre@gmail.com

Sunnhordland
Vermund Trohjell 53 42 04 42 918 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 70 13 37 60 911 07 120 sidy@mimer.no

NORDLAND

Midt-Helgeland
Åse Floa Steinrud 977 17 534 tove@wika.no

Rana
Tove Lian 75 15 03 02 456 30 948 hel-lia@online.no

Salten
Brynhild Geiring 75 53 93 68 901 70 180 bgeiring@hotmail.com

Vesterålen
Steinar Henriksen 76 12 32 60 474 17 879 steinar.henriksen@sktv.no

Vågan
Reidun Karjalainen 906 86 174 reidun.karjalainen@vagan.kommune.no

NORD-TRØNDELAG

Namsos
Bjørn Kvatningen 74 27 33 23 992 66 705

Steinkjer
Leif Aune 74 14 36 34 994 32 351 leif.kjetil.aune@ntebb.no

OPPLAND

Gjøvik
Elin Onsrud 61 19 17 58 tryon@online.no

Gudbrandsdal
Terje Lindby 481 72 312 tromlin@online.no

Lillehammer
Per Rasmussen 995 07 051 prasmus@online.no

OSLO

Oslo
Lillian Saxegaard 944 99 320 oslo@lop.no

Mattilsynet O/A/Ø
Karin Tubås Andersen 482 70 235 tea8@online.no

Meteorologisk Inst. Seniorklubb
Norvald Bjergene 908 71 523 norwaldb@online.no

ROGALAND

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

Mattilsynet R/A
Karsten Kjølleberg 916 96 910 kars-tob@online.no

OPPF
Gunnar Nybø 51 69 77 65 nybo.gunnar@gmail.com

Sandnes og Jæren
Synnøve Ladstein 51 66 41 39 916 97 145 sy-lad@online.no

Stavanger
Inger Mydland 51 55 24 33 952 42 079 inger.mydland@lyse.net

SOGN OG FJORDANE

Indre Sogn
Njål Ølmheim 979 56 220 njaalo@online.no

SØR-TRØNDELAG

Trondheim
Annbjørg Ulset Evensen 930 30 739 ul-evens@online.no

TELEMARK

Telemark
Evy Brattland 35 55 78 48 986 72 973 brattlan@online.no

TROMS

Tromsø
Arvid Tangen 911 94 801 artang@online.no

VESTFOLD

Larvik
Odd Bjarne Johansen 33 11 12 91 913 99 944 oddbj@online.no

Sandefjord
Paul Wirkola 974 11 902 pwirk@online.no

Tønsberg
Anne-Lise Aune Lee 903 67 550 leenorge@gmail.com

ØSTFOLD

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

Moss
Kristian Hjortkjær Hansen 69 25 49 88 909 10 091 kleberget@yahoo.no

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