

# Vi i LOP

Medlemsblad for  
LOP – Landslaget for  
offentlige pensjonister

NR. 1 – 2013 – Årg. 68

**Ny nettedaktør**

**Landsmøteverten 2014**

**Flotte reisetilbud til Serbia og Afrika**

**Finn penger-prosjekt i LOP Indre Østfold**

# Innhold

Lederen har ordet .....	3
Nytt fra sentralstyret .....	4
Landsmøteverten 2014 .....	6
Ny nettredeaktør .....	8
Topp Afrika .....	7
Pensjonsutvalget .....	9
Helse- og omsorgsutvalget .....	11
Tur gjennom Serbia .....	12
Frimos fristelser .....	14
LOPs Åshild Hauan .....	15
Arkivering av LOP-dokumenter .....	16
Lokallagssidene .....	17
Leserinnlegg .....	28
Sekretariatets spalte .....	29
Kryssord .....	30
LOP i eldreråd .....	31

## Redaktørens lille hjørne

Nye utfordringer, poengterer leder Kjell Helland i sin faste spalte. En av dem er stortingsvalget hvor ca. 750.000 pensjonister har stemmerett. Programmene som skal vedtas på partiens landsmøter avventes med nøktern optimisme. Disse kommer «Vi i LOP» tilbake til i nr. 2. Flere lokallag har skrevet brev til partiene og oppfordret dem til å nominere flere eldre på listene. Foreløpig ser det ikke ut til at nominasjonskomiteene foreslår så mange seniorer at de kan utgjøre en forskjell i neste periode. Vi får holde trykket oppe!

Oslo lokallag har satt valgkampen på planen og har fire innledere fra politiske partier i vår. I Haugaland lokallag får også kommende valgkamp oppmerksomhet; Ingen eldre på institusjon skal la seg fotografere eller intervjues uten samtykke, uttalte årsmøtet. Eldre skal ikke være staffasje når politikere er på valgkampbesøk – eldre skal delta på egne premisser! I dette nummer presenteres bl.a. landsmøteverten 2014, LOPs nye nettredeaktør og LOP-planer for resten av 2013. Verving er viktig også i år. Skal vi får gjennomslag for våre naturlige og selvfølgelige krav, står vi sterkere jo flere vi er. Lokallagene minnes om at medlemstallet avgjør om eller med hvor mange delegater laget kan stille på landsmøtet. Kan det være en god «gulrot» i vervearbeidet?!

God vår!

Maj Lindholt, redaktør



Medlemsblad for Landslaget for offentlige pensjonister, LOP, som er landets eldste og nest største interesseorganisasjon for pensjonister fra offentlig sektor. LOP er uavhengig, partipolitisk og livsynsnøytral. [www.lop.no](http://www.lop.no)

Utkommer 4 ganger årlig  
ISS 1890-3398  
Opplag: 12.000

### REDAKTØR

Maj Lindholt  
91 72 77 91  
[tomaholt@start.no](mailto:tomaholt@start.no)  
Tømtesvingen 30, 2013  
Skjetten

### REDAKSJONS RÅD

Turid Frimo  
[tfrimo@gmail.com](mailto:tfrimo@gmail.com)  
Lillian Saxegaard  
[lillian.saxegaard@gmail.com](mailto:lillian.saxegaard@gmail.com)  
Randi Frankrig  
[randi.frankrig@gmail.com](mailto:randi.frankrig@gmail.com)

### ANNONSER

Marit J. Nicolaysen  
932 61 966  
[marnicolay@hotmail.com](mailto:marnicolay@hotmail.com)

Ole Sandvik  
926 46 269

Redaksjonen avsluttet 25/2.  
Frist for nr. 2-2013 2/5

Signerte artikler står for skribentens egne meninger.

### SEKRETARIAT

Besøk: Stortingsgt. 2  
Postadr.: Pb 2083 Vika,  
0125 Oslo  
Daglig leder: Thor-Eirik G.  
Mykland  
22 42 22 55  
980 24 939  
[lop@online.no](mailto:lop@online.no)  
Kontortid: man-fre 10.30-18.00

Sekretariatsmedarbeider:

Tove Lian  
75 15 03 02  
456 30 948  
[hel-lia@online.no](mailto:hel-lia@online.no)  
Petter Grubensgt. 9,  
8624 Mo i Rana

Prosjektmedarbeider:  
Marit J. Nicolaysen  
22 33 00 22  
[marnicolay@hotmail.com](mailto:marnicolay@hotmail.com)  
tirs-tors 11.00-17.00

### SENTRALSTYRET

Leder: Kjell Helland  
72 88 62 02  
975 95 484  
[kedhella@online.no](mailto:kedhella@online.no)

Nestleder: Turid Frimo

22 23 05 25  
470 26 939  
[tfrimo@gmail.com](mailto:tfrimo@gmail.com)

### Styremedlemmer:

Åshild Hauan  
75 56 20 32  
948 41 130  
[aa-haua@online.no](mailto:aa-haua@online.no)

Magne Helland  
51 97 99 34  
475 10 794  
[magne.helland@lyse.net](mailto:magne.helland@lyse.net)

Aagot Flagstad  
61 25 41 79  
900 29 966  
[flagstad@bbnett.no](mailto:flagstad@bbnett.no)

Johannes Bolstad  
56 30 12 79  
924 44 479  
[johannes.bolstad@bkkfiber.no](mailto:johannes.bolstad@bkkfiber.no)

Nils Kristian Lie  
62 50 90 24  
952 19 026  
[ragnils@gmail.com](mailto:ragnils@gmail.com)

### Varamedlemmer:

Turid Mæhre Olsen  
75 17 09 25  
924 56 568  
[turid.arna.olsen@hotmail.com](mailto:turid.arna.olsen@hotmail.com)

Sigurd Dybvik  
911 07 120  
[sidy@mimer.no](mailto:sidy@mimer.no)

### NETTREDAKTØR

Margaretha Hamrin  
952 32 131  
[mgoer@online.no](mailto:mgoer@online.no)

### PENSJONSUTVALGET

Hans Erik Pettersen  
905 43 413  
[hansep@online.no](mailto:hansep@online.no)

### HELSE- OG OMSORGS- UTVALGET

Ove Kr. Mjølnerød  
480 74 032  
[ove@mjolnerod.com](http://ove@mjolnerod.com)

### KURS-KONTAKT- KONFERANSEUTVALGET

Turid Mæhre Olsen  
75 17 09 25  
924 56 568  
[turid.arna.olsen@hotmail.com](mailto:turid.arna.olsen@hotmail.com)

### TURUTVALGET

Magne Helland  
51 97 99 34  
475 10 794  
[magne.helland@lyse.net](mailto:magne.helland@lyse.net)

### LAYOUT OG TRYKK

Merkur-Trykk AS  
[www.merkurtrykk.no](http://www.merkurtrykk.no)

Forsidebilde og illustrasjons-  
foto: shutterstock.com



Merkur-Trykk er  
PSO-sertifisert  
Vi tar kvalitet på alvor!



Merkur-Trykk er  
godkjent som  
svanemerket bedrift.

# Nytt år og nye utfordringer

Det er alltid spennende med et nytt år. Vi vet aldri hva det kan bringe av glede og sorg. Heldigvis får vi si. Ute i lagene registrerer vi stor aktivitet. Sentralstyret har allerede vært på besøk hos flere av våre lokallag. I disse lagene opplever vi et stort engasjement, som lover godt for det videre arbeidet. Diskusjonene viser også at vi som organisasjon fortsatt står ovenfor mange og krevende utfordringer. Ikke minst er de bekymret over de innskrenkninger og den skjevhet beskatningen av oss som pensjonister er blitt til del.

Dette er en trend som vi vet har foregått over en del år, og som hvis den videreføres, vil føre til en stadig forverring av pensjonistenes levekår. Da vi hadde vårt første drøftingsmøte med regjeringen 7. desember, for å presentere kravene til statsbudsjettet for 2014, la vi nettopp vekt på disse forholdene. Her har både vi i LOP og de øvrige pensjonistorganisasjonene en stor jobb å gjøre. Dette gjelder både i forhold til regjering som storting. Noe som selvsagt vil prege sentralstyrets arbeid i det året vi nå har gått inn i.

## Vervearbeidet

En annen stor utfordring vi har, er å øke oppslutningen om vår organisasjon. Det er ikke å komme bort fra at dagens pensjonister har langt flere tilbud enn tidligere. Dermed er også konkurransen hardere. Derfor er det viktig å skape forståelse for den betydning det har å være organisert i en pensjonistorganisasjon. Skal vi som pensjonister bli hørt når det gjelder våre krav ovenfor myndighetene, er det også viktig at vi kan vise til at vi er mange som står bak disse kravene. Det gjøres allerede et godt arbeid i lokallagene når det gjelder verving. Samtidig ser vi at potensia-

let er langt større. Derfor er min oppfordring til det enkelte lokallag å la 2013 bli det året hvor innsatsen når det gjelder vervearbeidet styrkes ytterligere. Sentralstyret for sin del vil øke innsatsen opp mot de offentlige fagforbund, slik at de velger LOP som sin pensjonistorganisasjon. Lykkes vi i dette arbeidet vil vi også kunne møtes på Landsmøtet i Bergen neste år, hvor vi også skal feire vårt 75 års jubileum som en styrket organisasjon. Det vil i tilfelle bli en flott jubileumsgave.

## En trygg og aktiv alderdom

For en tid tilbake lanserte vår Helse- og omsorgsminister Jonas Gahr Støre et nytt slagord i stedet for Eldreomsorg. Den nye betegnelsen er Trygg og aktiv alderdom. Dette har selvsagt en langt mere positiv valør enn eldreomsorg. Men for at dette ikke bare skal bli et positivt slagord, forventer vi at det også kommer til uttrykk i form av en aktiv politikk i forhold til oss eldre.

I denne sammenheng skjer det også mye forskning i forhold til oss eldre. I fjor høst startet Generasjon 100, et av verdens største folkehelseprosjekt blant eldre i Trondheim. I dette prosjektet studerer de den helsemessige tilstanden til innbyggere i alderen 70 – 75 år. De undersøker hvilke effekter fysisk trening har på sykkelighet og dødelighet, gjennom en treningsperiode på tre år. Her får deltakerne sjekket maksimalt oksygenopptak, kroppssammensetning, blodtrykk, hvilepuls, lungefunksjon, gripestyrke, beinstyrke og gangfunksjon. I tillegg kartlegges aktivitetsnivå, livsstil, kosthold og mental helse. Så får vi håpe at denne forskningen vil bidra til økt kunnskap om framtidige



løsninger for bedre helse for oss som eldre.

## Hva skjer med pensjonsalderen?

I de seneste årene har vi som pensjonister vært utsatt for det mange vil kalle et «ran» når det gjelder den økonomiske utviklingen. Jeg tenker her blant annet på økning i trygdeavgiften, underreguleringen og minstefradraget. I følge ulike media planlegger nå våre myndigheter å fjerne aldersgrensen for pensjonister. Det er mulig bakgrunnen er et ønske om at vi skal kunne arbeide så lenge vi vil, uten at en alder skal sette begrensninger. Nå vil vel ikke dette berøre oss som allerede er pensjonister, men de som kommer etter oss. Uansett bør dette gi grunn til bekymring. Hva vil dette innebære? Vil dette kunne påvirke de fremtidige pensjonene? Når vil da den enkelte kunne gå av med pensjon? Spørsmålene er mange. Det er derfor å håpe at hvis myndighetene nå planlegger å fremme et slikt forslag så vil vi be om at dette fremmes så raskt som mulig, slik at vi kan få klarhet i hva dette faktisk vil innebære. Det bør vi ha krav på.

*Kjell Helland, leder*

# Nytt fra sentralstyret

Årets første måneder er aktive måneder for alle i LOP. De fleste lokallag har sine årsmøter i denne perioden, og vi håper at årsmøtene har gått greit og at dere er flinke til å sende inn referatene med den nye styresammensetningen slik at alt blir riktig både her i bladet og på nettsidene. Det er fint om lokallagsstyrene sjekker baksiden av bladet om leder-/kontaktpersonopplysningene er riktige med navn, telefonnummer og e-postadresser.

Tekst: Turid Frimo. Foto: Maj Lindholt

Da Maj Lindholt ønsket å fratre sin stilling som nettredaktør, ansatte vi i sentralstyremøtet 19. februar ny nettredaktør, Margaretha Hamrin, se eget intervju! Vi takker Maj Lindholt for innsatsen gjennom fem år og er svært glade for at hun fortsetter som redaktør av bladet vårt. Vi håper at lokallagene sender mye stoff til nettsidene, slik at de til en hver tid kan være oppdaterte.

Sentralstyret oppnevnte nytt turutvalg med følgende sammensetning: leder Magne Helland, medlemmer: Lillian Saxegaard, Oslo og Ole Henrik Røine, Tønsberg. Vi takker det avgåtte turutvalget med leder Jan Eirik Svae for innsatsen og ønsker det nye utvalget lykke til.

Etter ønske fra Helse - og omsorgsutvalgets leder Ove Kr. Mjølnerød oppnevnte vi som nytt medlem i utvalget: Torleiv Robberstad, Sandnes & Jæren. Vi ønsker utvalget lykke til med arbeidet.

Etter ønske fra redaktøren oppnevnte vi Randi Frankrig som nytt medlem av redaksjonsrådet for «Vi i LOP» og forlenget samtidig funksjonsperioden som gikk ut ved årsskiftet.

Regionsinndelingen (se side 5) som ble vedtatt på styreseminaret i november 2012 fungerer veldig bra,



*Fra v. Åshild Hauan, Nils Kristian Lie, Aagot Flagstad, Magne Helland, Turid Mæhre Olsen og Johannes Bolstad. Sittende: Kjell Helland og Turid Frimo.*

de regionsansvarlige avla rapporter på sentralstyremøtet 19. februar. Det skjer mye positivt arbeid for LOP ute i lokallagene og denne rapporteringen gjør at vi får greie på alt arbeidet som blir lagt ned. Takk til årsmøtene i Bergen og omland lokallag og Haugaland lokallag for innspill til sentralstyret.

Det jobbes med å få et lokallag i Halden igjen, vi har hatt to møter og et innlegg i Halden Arbeiderblad. Det var ikke mange som møtte verken på første eller andre møtet, men de som møtte var veldig positive, og i ettertid har vi fått flere positive henvendelser og blitt bedt om ikke å gi opp. Men da vi hadde

det første møtet regnet det ”vannrett” og da vi hadde det andre møtet lå ”halve” Halden i influensa som en skrev i en e-post. Vi er blitt bedt om å ta et nytt initiativ når det blir lysere i været, slik at hele Østfold blir dekket med LOP lokallag.

Når det gjelder verving har flere lokallag gjort en flott jobb og de som har vervet flest i lokallaget har mottatt sine vervepremier, godt jobbet!

## Din kontaktperson i sentralstyret

Under arbeidet med handlingsplanen 2011-2014 på fjorårets siste møte vedtok sentralstyret en regioninndeling for kontakt med lokallagene. Saksbehandler var sentralstyrets nestleder Turid Frimo. Kontaktpersonene skal rapportere om kontakt, samarbeid, status m.v. på sentralstyrets møter.

**Region 1. Sentralstyremedlem Åshild Hauan:**

Tromsø, Salten, Vågan, Rana, Namsos, Steinkjer og Kristiansund.

**Region 2. Sentralstyremedlem Magne Helland:**

Haugaland, Mattilsynet Rogaland/Agder, OPPE, Sandnes og Jæren og Stavanger.

**Region 3. Sentralstyremedlem Johannes Bolstad:**

Bergen, Sunnhordland, Molde, Ålesund, Voss og Indre Sogn.

**Region 4. Sentralstyremedlem Nils Kristian Lie:**

Den norske Presteforeningen, Glåmdal, Gjøvik, Trondheim, Øvre Romerike og Asker.

**Region 5. Sentralstyremedlem Aagot Flagstad:**

Gudbrandsdal, Lillehammer, Kongsberg, Telemark, Mattilsynet Oslo/Akershus/Østfold og Nedre Romerike.

**Region 6. Nestleder Turid Frimo**

Oslo, Meteorologisk Institutt Seniorklubb, Larvik, Sandefjord, Tønsberg, Fredrikstad, Indre Østfold, Moss, Sarpsborg og Halden.

## Kurs-Kontakt-Konferanseutvalget

- Vi er godt i gang med planleggingen av kursene, og i år har vi vedtatt å gjennomføre tre kurs. Onsdag 4. april inviterer vi til en sammenkomst i Eldres Hus i Trondheim, og de andre to kursene gjennomfører vi på Gardermoen onsdag 4. september og onsdag 16. oktober.

Vi i kursutvalget ser fram til å møte dere og å utveksle erfaringer fra møtene vi hadde i fjor. Vi skal ha tema på møtene, og generelt styrearbeid og verving er viktige innslag på programmet. Vi håper at kursene i år også gir påfyll og inspirasjon til videre organisasjonsarbeid i lagene, sier utvalgets leder Turid Mæhre Olsen.

Støtt våre annonsører!

## 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](http://www.sydspissenhotell.no)



Illustrasjonsfoto: shutterstock.com

# Landsmøteverten 2014 – Bergen og omland lokallag!

På fjorårets siste møte godkjente sentralstyret søknaden fra Bergen om å bli teknisk arrangør for landsmøtet 2014. – Vi gleder oss, sier lokallagsleder Gunda Falao Sparre.

Tekst: Maj Lindholt

– Forrige landsmøte ble arrangert av Sandnes og Jæren på Sola. Det var meget vellykket. Blir det som «å hoppe etter Wirkola»?

– Ja, det er jo alltid en utfordring å følge opp en suksess. Men vi sier det samme som Marit Bjørgen forteller at hun sier til seg selv før viktige løp: ”Dette skal du klare!” Og hun tar jo gull! Så vi har fokus på å legge alt til rette for nok et vellykket Landsmøte i LOP!

13.-15. juni 2014 samles delegater fra hele landet for å fatte vedtak om veien videre for Norges eldste og nest største pensjonistforbund. Omgivelsene er Clarion Airport Hotel, et av flyplasshotellene ved Flesland.

– Det er mer enn et år til det store arrangementet, men dere er allerede i gang med forberedelsene?

– Ja, vi har opprettet en komité som er i full gang med å inngå avtaler når det gjelder innslag under samlingen og utflukter for deltakerne. Og så vil vi også ha et tilbud bare for ledsagere. Så vi føler at vi er kommet godt i gang. Men det gjenstår selvsagt veldig mye enda for å få i havn et så stort arrangement.

– LOP fyller 75 år i 2014 – planer for markering?

– Ja, det er jo litt spesielt at Landsmøtet faller sammen med 75-årsjubiléet for LOP sentralt. Men vi i Bergen er jo ikke uvante med å feire jubileer, så vi har ikke tenkt å la 75-årsjubiléet gå upåaktet hen.

## FAKTA

### Bergen og omland lokallag av LOP

Lokallaget dekker: Askøy, Sotra (med kommunene Fjell, Sund og Øygarden), Os, Fusa, Osterøy, og Nordhordlandsregionen med Meland, Lindås og Masfjorden. Laget er representert i eldrerådet i flere av kommunene i dekningsområdet.

Bergen og omland LOP har i dag ca 650 medlemmer. Det holdes medlemsmøter en gang i måneden fra august til april. Da er det foredrag, enkel lunsj, informasjon fra styret, og som avslutning alltid et kunstnerisk innslag med sang og/eller musikk. I de par siste sesongene har vi hatt opptredener fra studenter ved Griegakademiet, Bergen Kulturskole og elever fra musikklinjen ved Langhaugen videregående skole.

Vi har også en egen turkomité som lager tilbud om reiser for medlemmene. Vi har pleid å tilby to reiser innenlands, og to reiser utenlands i hver sesong. Dette er et populært tiltak.

# Bli med på LOP sin medlemstur til Kenya. – i Karen Blixen´s fotspor! 12 dager – avreise 26. oktober. Påmeldingsfrist 1.mai. Erfaren norsk reiseleder blir med på turen. Pris 29.800,-

Denne turen tar oss med til Karen Blixen´s Kenya, kanskje det fremste safarilandet i Afrika. Vi besøker den verdenskjente nasjonalparken Masai Mara med store mengder dyr. Vi overnatter i flotte camper på ekte Karen Blixen vis. Vi er med på safari med safaribiler – men også gående safari, vi spiser middag ute under åpen himmel i lyset fra oljelamper ute på savannen. Vi bader og koser oss på Swahilikysten og fornemmer denne spesielle kulturen som gir oss en 1001 natt følelse. Vi vil også oppleve Nairobi med Karen Blixen´s hjem!

**Reiserute:** Nairobi, Masai Mara, Lake Nakuru, Mombasa kysten.

## Reiseleder David Lilleheim:

Denne turen er kun for LOP medlemmer + en ledsager per LOP medlem. Reiseleder er David Lilleheim. Han har bodd 6 år i Kenya og Nairobi, han kjenner landet og kulturen godt og han snakker Swahili flytende. Dette gjør han til en enestående reiseleder.

## Prisen Inkluderer:

- Rutefly på turistklasse fra Værnes, Ålesund, Flesland, Sola, Kjevik, Torp el. Gardermoen - Nairobi KLM tur/retur. Du velger din utreiseflyplass fra Norge til Amsterdam, felles fra Amsterdam til Nairobi
- Innenlands fly Nairobi – Mombasa – Mombasa –Nairobi
- Alle utflukter som er beskrevet i program
- Måltider som er beskrevet i program
- Full pensjon på safari og rikelig med vann i safaribilene
- Engelsktalende dyktig guide/sjåfør
- Henting og bringing til alle flyavganger, ikke i Norge
- Alle parkavgifter
- Norsk reiseleder under hele turen, fra Amsterdam

Topp Afrika er medlem av reisegarantifondet.

For informasjon og dag til dag program se:

**www.toppafrika.no** eller **www.lop.no**

For ytterligere info. og bestilling:

Tlf: 52 76 04 00 eller til: [info@toppafrika.no](mailto:info@toppafrika.no)



# toppafrika

Topp Afrika er en kunnskapsbasert ledende leverandør av kvalitetsreiser til Afrika. Topp Afrikas grunnleggere har unike kunnskaper om reisemåtene. Vår kunnskap er din garanti for store opplevelser som strekker seg lengre enn det å "bare være turist."

# Ny nettredeaktør!



Sentralstyret i LOP har ansatt ny nettredeaktør. Margaretha Hamrin var eneste søker, men har kompetanse som hadde tålt konkurranse. Nå tar hun LOP et steg videre og oppretter Facebook-side!

Tekst: Maj Lindholt. Foto: Privat

Til daglig er hun webredaktør og leder for Norges offisielle informasjonsportal for Nord-Sør-informasjon som er et nettsted eid av NORAD/ Utenriksdepartementet. samt styreleder for FH Norge (Forening for Familiær Hyperkolestrolemi).

- Jeg liker å ha mye å gjøre, sier Margaretha, og å arbeide med nettsider er virkelig morsomt. Selv om jeg har vært politisk aktiv, har jeg ikke vært spesielt engasjert i eldrepolitikk. Imidlertid ser jeg at samtidig som det blir flere eldre, er det en interessant utvikling at eldre nå framstår som en stor og mangfoldig gruppe. Det ser ut som «eldre» er blitt et nytt begrep – med andre behov og krav enn tidligere generasjoner hadde. Flere av dere er på nett, dere reiser mer og er opptatt av mye. Jeg gleder meg til arbeidet og ønsker meg mange henvendelser til [mgoer@online.no](mailto:mgoer@online.no) og telefon 95 23 21 31.

---

## Legeattest etter fylte 75 år

Fra 19. januar 2013 var det slutt på ordningen med «liten legeattest» i tillegg til ditt førerkort. Ditt 100-års førerkort er gyldig til du fyller 75 år uten at du behøver å ha med eller fornye den «lille legeattesten». Etter fylte 75 år må du først til legen for å få attest og deretter fornye selve førerkortet.

Husk at ingen må føre motorvogn ved kortvarig sykdom eller helse-svekkelse, eller hvis bruk av medikamenter gjør at man ikke kan kjøre på en trygg måte. Legen har plikt til å melde fra til fylkesmannen dersom du over lengre tid (6 måneder eller mer) ikke fyller helsekravene.

Ønsker du å fortsette kjøringen etter fylte 75 år, må du innhente ny helseattest og få utstedt nytt førerkort for så lang tid som helseattesten sier.

Etter besøket hos legen må du heretter levere helseattesten på en av Statens vegvesen sine trafikkstasjoner som utsteder et nytt førerkort. Trafikkstasjonene utsteder ikke midlertidig kjøretillatelse dersom du ikke har fått ny helseattest i tide.

Det er din fastlege eller annen lege som utsteder helseattesten.

(Kilde: [www.vegvesen.no](http://www.vegvesen.no))







# Endret levealdersjustering i offentlig tjenestepensjon

Departementets forslag av desember 2012 innebærer at brutto pensjonsnivå svekkes med opp mot 10 prosent sammenliknet med dagens system. Det skyldes at en vil endre måten å beregne levealdersjusteringen på.

Levealdersjusteringen i folketrygden og i offentlig tjenestepensjon skjer ved henholdsvis forholdstall og delingstall.

Forholdstallet brukes for folketrygden ved gammel opptjeningsmodell, som gjelder fullt ut tom 1953-kullet og som deretter avvikles gradvis slik at den er helt borte for 1963-kullet. Forholdstallet brukes også for privat AFP, og har så langt også vært brukt for offentlig tjenestepensjon.

Delingstallet brukes ved ny opptjeningsmodell i folketrygden. Delingstallet innføres gradvis fra 1954-kullet av og brukes fullt ut fra 1963-kullet.

Delingstallet øker langt kraftigere fra årskull til årskull enn hva forholdstallet gjør, og begge disse tallene øker kraftigere enn faktisk forventet levealder.

I departementets presentasjon for organisasjonene desember 2012 la en opp til at offentlig tjenestepensjon skulle gå over til å levealdersjusteres ved delingstallet etter hvert som folketrygden gjorde det samme. Det vil innebære at en bruker forholdstallet tom. 1953-kullet og delingstallet fom. 1963-kullet, med flytende overgang for de mellomliggende kullene.

Resultatet av en slik overgang betyr at pensjonsnivået vil reduseres med fra 7 opp mot 10 prosent for kullene etter 1963 ved overgang til delingstall, sammenliknet med ytelsesnivået om en fortsetter med å bruke forholdstallene når pensjonen skal levealdersjusteres.

LOPs pensjonsutvalg har laget et notat som beskriver dette i detalj. Notatet er lagt ut på LOPs hjemmesider.

## Ta vare på pensjonsdokumenter

Av [Elen Lein](#), medlem av Pensjonsutvalget.

I min rolle som rådgiver i pensjons-spørsmål, får jeg en del henvendelser. Disse kan ofte ikke besvares godt nok uten at de som spør, finner fram de gamle pensjonsdokumentene sine. Dette er dokumenter de fikk tilsendt fra folketrygden, eller i dag NAV, og fra den offentlige pensjonskassen da de gikk av med pensjon. Pensjonsdokumenter ektefellen fikk, bør en også ta vare på, da de kan være interesse i forbindelse med etterlattepensjon.

Ved mange henvendelser har spørre-ren dette ryddig og klart, men det er også en del som har problemer med å finne dette. Min oppfordring er

derfor å samle disse dokumentene i en pensjonsmappe. Riktignok skal dette materialet finnes hos NAV og i den off. pensjonskassen en har vært medlem av, men i praksis viser det seg at det ikke er så enkelt i alle tilfelle å få tak i dette. Noen greier å finne opplysningene på internettsider.

### Hva bør en ta vare på og langtidslagre:

- Brev fra Trygdekontor eller nå NAV om uttak av tidlig folketrygd eventuelt uføretrygd.
- Brev fra Trygdekontor/NAV og/eller offentlig tjenestepensjonskasse om AFP.

- Pensjonsbrev fra Folketrygden/NAV om alderspensjon når du går av f.eks. ved 67 år.
- Pensjonsbrev/utbetalingsbrev fra offentlig tjenestepensjonskasse (SPK, KLP, kommunal...) ved avgang fra offentlig tjeneste. Du trenger ikke langtidslagre de utbetalingsslippene du får hver måned, men jeg synes det er greit å ha dem til jeg har levert selvangivelse for det aktuelle året.

Hvis du eller ektefelle/samboer har private forsikringsavtaler og utbetalingsbrev, kan det også være lurt å ta vare på dem.



## Fortsatt stram kommuneøkonomi

Jan Mønnesland, medlem av pensjonsutvalget

Skatteinntektene for 2012 ser nå ut til å bli på 2,6 mrd.kr. mer enn en antok da kommune-proposisjonen for 2013 ble lagt fram sist mai. Budsjetter har likevel valgt å fastholde nivået for kommunesektorens inntekter for 2013. Det medfører at inntektsveksten fra 2012 til 2013 blir tilsvarende lavere.

Endringer i folketall og aldersfordeling gjør at ressursbehovet øker med 3,3 mrd. kroner fra 2012 til 2013, gitt uendret standard på tjenestene. Av dette må minst 3 milliarder dekkes av frie inntekter (skatt pluss rammetilskudd).

Mens Statens pensjonskasse betaler pensjoner løpende uten fondsoppbygging, må kommunale pensjonskasser sette av fonds for å møte framtidige forpliktelser. Det er staten som

fastlegger kravene til fondsoppbygging og kravene til løpende utgiftsføring av fondsavsetningene i de årlige regnskapene. Svakere avkastning på fondsmidlene de senere årene har medført økte krav til fondsavsetninger, som må dekkes ved utgiftsføring i regnskapene. En anslår nå at disse utgiftene vil øke reelt med nærmere 1,5 milliarder kroner i 2013.

Nasjonalbudsjettets anslag for underskuddet i kommunesektoren er nå på 22 milliarder i 2012, og satt til samme beløp for 2013. Det gir en netto gjeldsøkning på tilsvarende beløp, med tilhørende økende gjeldskostnader.

Sammen med øvrige kostnadsendringer har KS meldt at en minst må ha en vekst i de frie inntektene på 5 milliarder dersom en skal klare å opprettholde tjenestetilbudet.

2013-budsjettet gir en realvekst i de frie inntektene på 2,2 milliarder regnet i 2012-kroner, eller 2,3 milliarder regnet i 2013-kroner. Regnet fra hva en i kommuneproposisjonen per mai 2012 trodde skulle bli inntektsnivået i 2012, er realveksten i de frie inntektene på 4,8 milliarder kroner regnet i 2012-kroner og 5 milliarder regnet i 2013-kroner.

Dersom kommunene har lagt hele den ekstra skatteinngangen for 2012 i stabburet, for å spare dem til neste år, skulle dette nesten gi penger nok til å overleve i 2013. Dersom pengene er gått med til å klare seg i 2012, noe det avgjort ser ut til, betyr det at en vil møte en kraftig velferdsinnstramming i 2013. Dette vil etter all sannsynlighet ramme eldreomsorgen, som allerede er kraftig presset etter at samhandlingsreformen ble innført fra 2012.

## Enkemenn før 1994

Kommentar til leserinnlegg fra Jakob E. Ågotnes i nr. 4/2012 ved Elen Lein, medlem av Pensjonsutvalget

LOP har vært klar over at mange som ble enkemenn før 1994, og som hadde vært medlem av offentlig pensjonskasse før 01.10.1976, ikke kom inn under etterbetalingsordningen. LOP tok opp at dette var urimelig med departement og Storting i flere omganger under forberedelsene til lovendring.

I Ot.prp. nr. 101 (2008-2009) s.18 går det fram at LOP mente at lovendringen burde gjelde for enkemenn tilbake til 1976, slik at de fikk samme ordning som enker. Flere andre organisasjoner var av samme oppfatning. LOP viste til at Norge fikk Lov om likestilling som trådte i kraft i 1979, og mente at denne loven burde tillegges minst like stor vekt som EØS-avtalens likestillingsdirektiv. Departementet mente imidler-

tid at utvidelsen av rettighet til å gjelde enkemenn burde begrenses til tjenestetid opptjent etter 1. januar 1994 slik kravet fra EFTA-domstolen var.

Flertallet i Kommunal- og forvaltningskomiteen (Ap, H, Sv, Sp, KrF) i Stortinget hadde ingen merknader til Regjeringens forslag vedr. dette punktet i lovendringsforslaget (Innst. 55 L 2009-2010, s. 3).

Ågotnes undrer på om han er den eneste enkemannen i LOP som ikke fikk etterbetalt pensjon. Det er han nok ikke. Jeg har hatt telefon eller brev fra flere, og en av dem undres på om noen burde slå seg sammen til eventuelt å vurdere en juridisk gjennomgang.

Det er 4-5.000 enkemenn som har fått etterbetaling fra de offentlige pensjonskassene, og etterbetalinga utgjør om lag 1 mrd. kr samlet for de 17 årene fra 1994- 2010. Av de som var innmeldt i offentlige pensjonskasser før 01.10.1976, må en vel regne med at det var en del færre fram til ut 1993 som ble enkemenn, men det finnes ikke noe tall på dette i ovennevnte lovproposisjon, og heller ikke noe godt økonomisk overslag over kostnaden. Etterbetalingen ville blitt mye høyere fordi tallet på tjenestear som skulle regnes inn ville blitt høyere fordi årene mellom 1976 og 1993 ville komme i tillegg i tjenestetiden for den avdøde.

*Se også artikkel om saken i nr 3/2012.*

# Kreft i en aldrende befolkning

Kreft er en utpreget alderssykdom. Gjennomsnittsalderen ved diagnose er rundt 70 år. En aldrende befolkning vil derfor medføre en sterk økning i antallet eldre personer med kreft med behov for behandling og oppfølging. Dette skaper utfordringer for vårt offentlige helsevesen i årene som kommer.

Av Astri Syse, NOVA og Steinar Tretli, Kreftregisteret

Vi har derfor studert antallet nye og fremtidige krefttilfeller, antallet personer som lever med en kreftshistorie og overlevelse etter kreft blant personer 65 år og eldre i Norge ved å benytte data fra Kreftregisteret. Studien er publisert i et spesialnummer om *Aldring og eldre helse* i Norsk Epidemiologi (<http://www.ntnu.no/ojs/index.php/norepid>).

Mer enn 400 000 krefttilfeller ble diagnostisert blant personer 65 år og eldre i perioden 1975-2009. Denne aldersgruppen delte vi i to: i yngre eldre (65-79 år) og de aller eldste (80+ år). Årlig diagnostiseres rundt 10 700 tilfeller i aldersgruppen 65-79 år og 6 600 blant de over 80 år. Antallet pasienter over 80 år er tredoblet siden rundt 1980. De vanligste kreftformene blant eldre er tarm-, lunge-, prostata- og brystkreft.

Overlevelsen etter kreft er heldigvis langt bedre i dag enn den har vært. De siste 15-20 årene har den gjennomsnittlige levetiden for de aller eldste kreftpasientene økt med rundt 40 prosent. Dette høres mye ut, men i faktisk levetid er dette bare en økning fra 1,4 år til 2,0 år. Dette skyldes at mange av de eldste dør med sin kreft og ikke nødvendigvis av den, siden de også har mange andre alvorlige sykdommer av betydningen for livslengden.

I 2011 var det mer enn 47 000 personer over 80 år som levde med

en «kreftshistorie». Det er betydelig variasjon i allmenntilstanden til disse pasientene og likeså i antall plager og alvorlighetsgrad knyttet til kreftsykdom og/eller behandling.

Pasienter over 80 år krever relativt store ressurser i behandlingssammenheng. De trenger for eksempel i snitt dobbelt så mange liggedøgn på sykehus som yngre pasienter. Effekten av kreftbehandling er lite studert siden eldre kreftpasienter i liten grad inkluderes i slike studier fordi pasientene i denne aldersgruppen har høy dødsrisiko og ofte flere sykdommer – i gjennomsnitt fire andre alvorlige sykdommer som vil prege deres liv og dermed også innvirke på kreftbehandlingen. For eksempel kan det være vanskelig å planlegge en stor og omfattende operasjon dersom pasienten har en hjertesykdom som gjør at både anestesi og blødninger kan utgjøre en risiko. Likeledes kan en stråle- og kjemoterapibehandling gi store og uønskede bivirkninger hos eldre og også påvirke øvrig medisinbruk og virkninger.

Mangel på studier fører til en mangel på retningslinjer for god behandling av denne store og voksende pasientgruppen. Resultatet er at det fattes skjønnsmessige avgjørelser med begrenset gyldighet. Samtidig vil slike avgjørelser i stor grad påvirkes av den enkelte leges holdninger, samt pasienters og



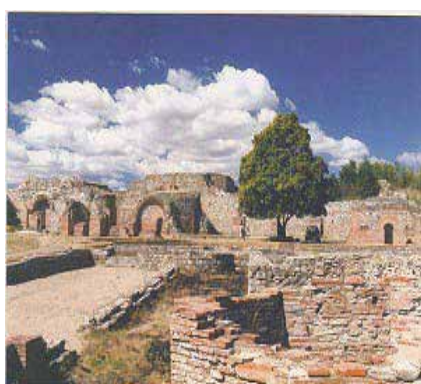
Ill.foto: shutterstock.com

pårørendes "stå-på-vilje" og -evne. Avgjørelsene kan også avhenge av bosted og sykehus. Dette gjør at noen eldre pasienter vil få dyr og tidskrevende behandling med svært begrenset effekt, mens andre igjen løper en risiko for ikke å dra nytte av behandlingstiltak som er relativt rimelige og livsforlengende eller livskvalitetsforbedrende.

Frem mot 2050 forventer vi at antall kreftpasienter over 80 år vil ytterligere fordobles. Dette skaper store ressursmessige utfordringer for kreftdiagnostikk, behandling og oppfølging og vil kreve nytenkning. Det er behov for mer forskning og en systematisk gjennomgang av behandlings- og omsorgsrutiner på alle nivåer i helsesystemet for å sikre et best mulig utfall i forhold til overlevelse med god livskvalitet. Det er ikke alltid slik at *mer behandling* er det beste alternativet, da risikoen for komplikasjoner og død er mye større hos de aller eldste pasientene sammenliknet med yngre. Det vil derfor være viktig fremover å finne en avveining mellom en mulig økning i pasienters levetid, tid brukt til behandling, potensielle bivirkninger og den generelle innvirkningen behandlingsvalg har for pasienters livskvalitet.

Oslo lokallag inviterer til en minnerik opplevelse:

# Tur gjennom Serbia 7.-14. september



Rådgiver og veileder for planleggingen av turen er et styremedlem i lokallaget vårt som har Serbia som sitt opprinnelsesland, men har bodd i Norge i mange, mange år. Derfor tror vi at denne turen blir spesiell. Å reise gjennom Serbia med kjentfolk er det ikke alle som er så heldige å bli invitert til.

Vi i Oslo LOP håper mange LOP-medlemmer finner det spennende å bli med. Vi lover at det blir en tur du husker. Og at det blir masse hyggelige mennesker som deltar, det er vi sikre på.

## Praktiske opplysninger:

### • TIDSPUNKT:

**Avreise: Lørdag 7. september fra Oslo Gardermoen.**

**Retur: Lørdag 14. september fra Beograd til Oslo Gardermoen.**

### • Pris

Pris pr. person i dobbeltrom kr 6.300 alt inkludert!  
Tillegg for enkeltrom 50 euro (ca. kr 400).

### • Bindende påmelding innen 15. april ved betaling av depositum kr 1.500.- til konto 15033270191 (DNB).

Ved påmelding oppgis navn og medlemsnummer – for ikke-medlemmer oppgis medlemsnr. til LOP-medlem. **Restbeløpet, kr 4.800, betales innen 25 mai.**

### Spørsmål om turen?

Ring lokallagsleder Lillian Saxegaard på telefon 944 99 320.



*Fortet i byen Smederevo ved Donau ble bygd i 1428 og 1430. Det er det største militære monumentet i Serbia.*

*Foto: shutterstock*

## **Smakebiter fra programmet:**

**DAG 1.** Ankomst flyplass Beograd, sightseeing. Middag på restaurant Skadarlia.

**DAG 2.** Sightseeing på Kalemegdan festning i sentrum av Beograd, besøk ved St. Sava katedral. Middag på båtrestaurant.

**DAG 3.** Sightseeing med båt på elvene Sava og Donau. Kalemegdan festning, busstur til Avala-fjellet.

**DAG 4.** Heldagstur til provinsen Srem. Besøk Sirmium, Zasavica, Fruska Gora fjellet, Sremski Karlovci, Novi Sad, sightseeing fra båt og «spesiallunsj». Besøk på Kloster Krusedol, Patriarch's Palace, etterfulgt av vinsmaking.

**DAG 5.** Tur til byen Smederevo, omvisning ved Europas største festning. Overnatting på hotell Lepenski Vir i Donji Milanovac.

**DAG 6.** På vei til Vrnjacka Banja besøkes klostrene Ravanica og Manasija, Resava grotter og foss. Besøk i vinregion i Aleksandrovacka Zupa hvor de har druefestival. Besøk til Familia Katic i Trstenik. Vi smaker grillet svin og lam i landsbyen Veluce. Overnatting i byen Vrnjacka Banja.

**DAG 7.** Besøk på ved Serbias mest populære kurbad og rekreasjonssenter, Byen Vrnjacka Banja er Unesco-beskyttet og har en lovende fremtid. På returen besøkes Kloster Zica, byen Topola og Katedral St Georg med museum for kongedynastiet Karadjordjevici, og besøk i kongelig vinkjeller med mulighet for smak og kjøp av de beste viner fra de kongelige vingårdene fra hjertet av Sumadija i sentrum av Serbia. Overnatting på hotell Royal i Beograd.

**DAG 8.** Frokost, tid på egenhånd og hjemreise til Oslo.



*Fra Beograd. Foto: shutterstock.*

# Den beste biffen

Av Birger Frimo

Vi nordmenn elsker biff og er villig til å bruke mye penger på denne råvaren, men hva er egentlig biff?

Jeg går så langt som å kalle dette en fellesbetegnelse for et kjøtt stykke skjært av storfe, for det er ingen som kan si om en biff skal være av indrefilet, ytrefilet, mørbrad eller entrecote.

## Hvordan sikre den beste biffen!

Kjøp biff som er mørk i fargen, og som er så nærme best før datoen som mulig.

Ta den ut av kjøleskapet et par timer før den skal stekes, og ha på godt med salt og pepper.

Stek den på høy varme i en blanding av olje og smør, til den gir fra seg små kjøtt kraft perler på oversiden, før du snur den og steker den videre til du får nye kjøtt kraft perler.

Jeg anbefaler alltid å servere dette med en hjemmelaget bearnaise saus, som er mye enklere å lage enn sitt rykte. Her er en link til en video som forklarer hvordan man lager bearnaise: <http://www.klikk.no/mat/spise/article433525.ece#>

For meg vil alltid den beste biffen være entrecote!



Ill.bilde:  
shutterstock.com

## Vintips til biffen:

*Alento Reserva 2008*

Kr. 149,90. Varenummer: 9568501

*Rodáno Chianti Classico 2007*

Kr. 189,90. Varenummer: 4338101

*Ch. la Tour de By 2004*

Kr. 189,90. Varenummer: 1528401

## Tanker om styrke



Styrke kan være å gi av seg selv det koster så lite men kan flytte fjell.

Styrke kan være å være ærlig i alt selv om det koster så blir det betalt.

Styrke kan være å hjelpe vår neste selv om vi ikke straks ser at det er til vårt beste.

Styrke og svakhet er nesten det samme ord som kan settes i den samme ramme.

Styrke kan være å vise vår svakhet å vise frem sider som få andre vet.

Anders Stende



## Muren



Når du er lei og sturen og utveier synes stengte, så fins det en bresje i Muren, så du kan håpe og lengte.

Muren – mellom nasjoner, mellom to systemer, - vi øyner lysere toner med løsning på problemer.

En åpning – mer en vi fatter, en åpning ingen vil hindre. Slektninger møtes atter, hva det kan støtte og lindre!

Synbare Murer kan falle, men Muren kan være et stengsel som låses inni oss alle, og gjør vårt sinn til et fengsel.

Den trenger sitt Nåleøye, passasje for utstrakte hender.

I støvet du må deg bøye, men rekker da dine venner!

Hedvig Wist





## LOPs Åshild Hauan - blant foregangskvinnene!

I år feires at kvinnene fikk alminnelig stemmerett for 100 år siden. Vi i LOP presenterer en oversikt over viktige milepæler for kvinner i moderne historie. LOPs sentralstyremedlem og styremedlem i Midt-Helgeland lokallag Åshild Hauan er blant de kvinner som har vært den første på et av områdene.

- 1860** - Kvinner får bli lærere i folkeskolen på landet.
- 1863** - Ugifte kvinner over 25 år får samme myndighet som voksne menn, men mister den når de gifter seg.
- 1869** - Ugifte kvinner får samme myndighetsalder som menn, 21 år.
- 1874** - Charlotte Lund tar middelskoleeksamen i Stavanger.
- 1882** - Kvinner får rett til å ta artium. Cecilie Thoresen blir den første kvinnelige student.
- 1884** - Kvinner får rett til å studere og avlegge eksamen ved alle fakulteter ved landets eneste universitet, Det Kongelige Fredriks Universitet i Oslo.
- 1884** - Norsk Kvinnesaksforening blir stiftet med Gina Krog som leder.
- 1885** - Ragna Nielsen oppretter den første fellesskole for jenter og gutter. Landskvinnestemmeretsforeningen stiftet med Gina Krogh som første forMANN.
- 1889** - Kvinner får adgang til skolestyret. Fyrstikkarbeideresker streiket mot elendig lønn og helsefarlige arbeidsforhold samt dannet egen fagforening.
- 1898** - Landskvinnestemmerettsforeningen stiftes med Fredrikke Marie Qvam leder.
- 1890** - Stortinget stemte ned forslag om stemmerett for kvinner.
- 1900** - Kvinner får adgang til «Fattigstyret» i kommunene.
- 1901** - Kvinner får begrenset stemmerett valgbarhet i kommunene.
- 1905** - Kvinnesakskvinner samler 300.000 underskrifter blant kvinner over 25 år for oppløsningen av unionen med Sverige etter å ha blitt nektet deltakelse i folkeavstemningen
- 1909** - Kvinner får inntektsbegrenset stemmerett ved stortingsvalg.
- 1911** - Den første kvinne som møtte på Stortinget Anna Rogstad (vararepresentant).
- 1912** - Norsk Sykepleierskeforbund stiftet.
- 1913** - Full stemmerett for kvinner, med unntak av kvinner som fikk støtte fra fattigkassen. Katti Anker fremmet krav om selvbestemt abort.
- 1919** - Kvinner som fikk støtte fra fattigkassen fikk også stemmerett.
- 1921** - Første innvalgte kvinnelige stortingsrepresentant: Karen Platou.
- 1926** - Norges første kvinnelige ordfører: Åsa Helgesen i Utsira.
- 1939** - Ny lov forbyr oppsigelse av kvinnelige arbeidstakere som gifter seg.
- 1945** - Første kvinnelige statsråd: Kirsten Hansteen. Første kvinnelige komiteleder på Stortinget: Claudia Olsen.
- 1948** - Sykepleierloven vedtatt. NSF skiftet navn til Norsk Sykepleierforbund.
- 1959** - Norge ratifiserte ILO-konvensjon nr. 100 om lik lønn for likt arbeid for kvinner og menn for arbeid av lik verdi.
- 1961 - Første kvinnelige varastortingspresident: Magnhild Hagelia. Første kvinnelige prest ordinert: Ingrid Bjerkås.
- 1962** - Lovfestet sykepleierpensjon.
- 1964** - Ny lov åpner for legal abort etter vedtak i nemnd med to leger.
- 1965** - Første kvinnelige visepresident i Lagtinget: Aase Lionæs.
- 1971** - «Kvinnekuppet» i kommunestyrene i Oslo, Trondheim og Asker.
- 1972** - Norges første kvinnelige ambassadør: Kirsten Ohm. «Sykepleieraksjonen»; første gang sykepleierne streiket.
- 1973** - Første kvinnelig lagtingspresident: Torild Skard.
- 1978** - Lov om selvbestemt abort vedtas.
- 1979** - Likestillingslov vedtatt. Verdens første likestillingsombud: Eva Kolstad.
- 1981** - Første kvinnelige statsminister Gro Harlem Brundtland.
- 1985** - **Første kvinnelige odels- tingspresident: Åshild Hauan.**
- 1986** Gro Harlem Brundtland utnevner 8 kvinnelige av totalt 18 statsråder i regjeringen.
- 1988** Lovfestet: Alle offentlige styrer, råd og utvalg skal ha minst 40 prosent representasjon av begge kjønn.
- 1993** Første kvinnelige universitetsrektor (Universitetet i Oslo): Lucy Smith. Første kvinnelige biskop: Rosemarie Køhn. Første kvinnelige stortingspresident Kirsti Kolle Grøndahl.
- 2001** Første kvinnelige LO-leder: Gerd Liv Valla.
- 2010** Likestillingsombudet blir likestillings- og diskrimineringsombud: Sunniva Ørstavik.
- 2013** Norge er på førsteplass i verden mht. kvinner i arbeidslivet. Det er flere kvinnelige enn mannlige studenter, og flere kvinner enn menn tar doktorgraden.

# Arkivering av LOP-dokumenter



I følge LOPs vedtekter §10 Arkiv, skal lagene sørge for å arkivere viktig materiell. Styret i LOP Sandnes og Jæren har drøftet hvordan vi skal ta vare på dokumenter som laget har samlet gjennom 15 år. Vi kontaktet Sandnes kommune for å spørre om råd. Der ble vi rådet til å ta kontakt med Statsarkivet i Rogaland. Her var det gode råd å få: De kunne ta imot bevaringsverdig materiale.

Av Inger Marie Nese, arkivgruppa i LOP Sandnes og Jæren

Men, hva er så bevaringsverdig materiale for en frivillig organisasjon som LOP?

Etter en gjennomgang med en arkivar i Statsarkivet satt vi igjen med følgende liste:

- Styreprotokoller
- Årsmeldinger
- Referat fra årsmøte
- Program for året
- Medlemslister (for hvert år)
- Korrespondanse (brev ut/inn)
- Regnskapsoversikt og budsjett (lagt fram på årsmøtet)\*

Som en «tommefingerregel» kan en si at det vi har produsert selv og svarbrev på skriftlige henvendelser, vil være verdt å ta vare på! Både bilder og avisoppslag er viktige å ta vare på. Dessuten er det viktig å tenke på hva som er interessant å vite om foreningen om 100 år!

På Statsarkivet fikk vi utlevert materiale, slik som arkivbokser og omslagsmapper i syrefritt papir, som vi kunne bruke.

Så var det å gå i gang! Vi dannet en arkivgruppe bestående av tre personer. På første møtet tok vi for oss styreprotokollene for de ti første åra i laget. Vi sorterte med innkallingslista først og så selve protokollen. Hver årgang ble markert med et mellomlegg og så la vi fem «årganger» i ett omslag. Omslaget ble så merket med innholdet og lagt i en arkivboks. Utenpå boksen ble det laget etikett som forteller om innholdet.

Årsmeldinger, referat fra årsmøtene, program for året, medlemslister og korrespondanse er sortert på samme måte og lagt i omslag og arkivbokser. Når det gjelder medlemslister, kan vi opplyse om at vi la lister for annet hvert eller tredje hvert år i arkivboksen. Dette fordi det kunne være liten variasjon i medlemsmassen.

**NB Binders og stifter skal fjernes – de ruster!**

Materiellet for de ti første årene er registrert og levert til Statsarkivet.

Det er viktig å lage liste over innlevert materiell. Ved overlevering til neste leder/styre, må dette selvsagt opplyses.

En «huskeliste» for styreleder/styre, kan være aktuelt. For eksempel et oppsett som står foran i styreprotokoll-permen.

Vi håper at dette kan være en hjelp til andre for å få arbeidet gjort! Det som er viktig: Våg å kaste dubletter! Ta en rydderunde før du leverer materiell videre til neste leder/styre!

\*For regnskap med bilag er det spesielle regler. Disse skal oppbevares i ti år. Etter hva vi forstår, kan dette materialet da makuleres og behøver derfor ikke leveres inn som bevaringsverdig materiale.



Landslaget for offentlige pensjonister  
(LOP)  
har samarbeid med:

Sykepleierforbundet  
Presteforeningen  
Skolelederforbundet  
Mattilsynet

Meteorologisk Institutt  
OPPF (Oljedirektoratet/  
Petroleumsdirektoratet)



# Bergen: Offentleg tenestepensjon under press

Tirsdag 29. januar ble det avholdt årsmøte i Bergen og omland lokallag med vel 50 medlemmer til stede. Et godt årsmøte med god stemning, og som vanlig avsluttet med en minikonsert ved Bergen Pensjonistorkester som viste friske takter under sin dirigent Inge Fjørtoft.

Av Gunda Falao Sparre, leder

Tirsdag 29. januar ble det avholdt årsmøte i Bergen og omland lokallag med vel 50 medlemmer til stede. Et godt årsmøte med god stemning, og som vanlig avsluttet med en minikonsert ved Bergen Pensjonistorkester som viste friske takter under sin dirigent Inge Fjørtoft.

Også i år hadde laget gleden av å ha LOPs leder, Kjell Helland til stede. Før selve årsmøtet begynte, orienterte han om hvilke saker LOPs sentralstyre har arbeidet med i året som ligger bak oss. Bergen lokallag har vært spesielt opptatt av at tannhelsetjeneste for eldre skal være organisert på samme måte som annen helsetjeneste. Det var derfor særlig gledelig å høre at arbeidet med å få tannhelsen til eldre anerkjent som en del av helsearbeidet for denne gruppen, nå begynner å vise resultater, og at LOP har vært en av pådriverne for å få dette til.

Helland overrakte en forseggjort møteklubbe til lederen. Den ble raskt tatt i bruk av Karin-Marie Flo som ledet årsmøtet med erfaringens dyktighet. Møteklubben vil komme godt med på Landsmøtet i 2014!

Ingen medlemmer hadde meldt inn saker. Styret la fram et forslag til uttalelse: «Offentleg tenestepensjon under press», som ble enstemmig vedtatt.

«Gjennom massemedia har det dei første vekene i 2013 kome sterke åtak på den modellen som gjeld for offentlig tenestepensjon. Representantar frå næringslivet og politikarar ynskjer å reforhandla og gjera til inkjes den avtalen som UNIO, NTL (LO) og YS greidde å få i hamn i 2009, ein avtale som berga bruttogarantien om pensjon på 66 prosent av sluttløna, og som sikra ei god AFP-ordning. Takka vere at organisasjonane har forhandlingsrett i denne saka,



*Fra venstre: Svein Njaastad, Anne Karin Davidsen, Johannes Bolstad, Gunda Falao Sparre (leder), Jorunn Solberg (nestleder), Aud Reiso, Ragnhild Toft, Annelise Olsen. Ikke til stede da bildet ble tatt: Jon Rasmussen, Willy Jan Lønne*

makta dei å forhindra at offentlege tenestepensjonar vart like dårlege som dei fleste private tenestepensjonar er.

Desse talsmennene frå næringsliv og politikk ynskjer altså å innføra same eller liknande ordningar for offentlig tenestepensjon som for privat tenestepensjon. Men private tenestepensjonar er stort sett dårlegare enn den offentlege tenestepensjonen, i alle fall dei private pensjonane som fungerer etter innskotsordninga, og det er dei fleste. Private tenestepensjonar er heller ikkje kome i stand etter forhandlingar mellom partane; dei er einsidig bestemte av lovverket og arbeidsgjevarane.

I debatten om offentlege tenestepensjonar har det kome fram feilaktige påstandar, t.d. at levealderjusteringa tek bort effekten av garantien om pensjon på 66% av sluttløna. Dette er direkte feil for dei fleste offentleg tilsette som er fødte før 1959. For dei som er fødte etter 1958 kan ein kanskje med ein viss rett hevda at effekten av garantien er borte, men levealderjusteringa gjeld alle modelar for pensjon og er ikkje spesifikk for den modellen som gjeld offentlig tenestepensjon. Det har også blitt hevda at offentlig tilsette ikkje kan kompensera for levealderjusteringa ved å stå lenger i jobben til såkalla ”nødvendig pensjonsalder”, men det

kan dei . Det dei ikkje kan etter gamal modell dersom dei vil behalda bruttogarantien, er å ta ut såkalla ny fleksibel alderspensjon frå folketrygda frå dei er 62 år samstundes som dei står i full offentlig jobb. I sume aviser er dette forholdet hausa opp til å bli ei svær ulempe for offentlig tilsette, og er det kanskje også for eit lite mindretal, men svært sannsynleg ikkje for fleirtalet av offentlege pensjonistar.

Det har vidare kome fram usaklege karakteristikkar av offentlig pensjon i uttrykk som ”de luksuriøse offentlege pensjonsordningene” og i påstanden om at offentlig tilsette er ”en pensjonsadel!” (Dagens Næringsliv 15.og 16, januar i år). Unio-leiar Anders Folkestad gav eit høveleg svar då han spurde om dei her tala om pensjonsordninga til t.d. ein sjukepleiar som etter eit langt yrkesliv får utbetalt om lag kr 300.000 i årleg pensjon!

Heldigvis avviser sentrale krefter i fagrørsla i offentlig sektor at dei angrar på oppgjeret i 2009; dei har ingen planar om omkamp. Ei anna sak er at ein kan tinga om detaljar, men altså ikkje om sjølve modellen for offentlege pensjonar. Særleg klår avvising høyrer vi frå UNIO, men også NTL avviser omkamp. Vidare er det positivt at krefter i LO ynskjer forhandlingsrett også om private tenestepensjonar, sjølv sagt ynskjer LO det, for å kjempa mot dei vanlege minimumsløysingane og til dels uoversiktlege tilhøva som rår mellom dei mange private tenestepensjonsordningane.

Årsmøtet i Bergen og omland lokallag av LOP støttar UNIOs klare standpunkt i denne saka og reknar med at UNIO (saman med NTL/LO stat) viser musklar og står imot presset på offentlig tenestepensjon frå private næringslivsinteresser og frå politisk hald.

# Til Mosel- og Rhindalen med LOP Sandnes

25 ivrige LOP medlemmer møttes på Sola "grytidlig" 18. september for en tur til Mosel- og Rhindalen. Forventningene var meget store, ikke minst til vår guide Bitte Edit Sofie Steinmoen, senere bare Bitte, fra Grimstad og Norsk Tur. Etter hvert er vi ganske utskjemt med turoperatører og vi vet alle veldig godt hva vi vil ha.

Av Magne Helland  
Foto: Pål Borsheim

## Norsk Tur

Turen gikk med fly til Frankfurt og buss videre til Trier. Vi var en tur over i Luxemburg, en båttur på Mosel og busstur til Bingen. Bingen ligger på sørsiden av Rhinen med Rüdeshheim på andre siden av elva. Det var også lagt opp til en båttur på Rhinen.

Det er vanskelig å beskrive en slik fantastisk tur med få ord men jeg forsøker: fantastisk, flott, opplevelsesrik.



Norsk Tur hadde igjen lagt opp en tur med dyktig reiseleder, en utrolig dyktig sjåfør, ja på alle måter til alles tilfredshet. Jeg hørte ingen klager under veis.

Vår guide var over alt og passet på at alle hadde det bra. Det som også er en stor fordel er at alle "tips" er betalt på forhånd slik at vi slipper fra spørsmål, hvor mye legger vi igjen? Et opplegg helt etter vår smak.

## Fantastisk syn

Se for deg en Mosel- og Rhindal som er dekket av drueplanter så

langt du kan se og der det bugner av hvite og blå druer som venter på å bli høstet. Det er ufattelige mengder som produseres og drikkes. Utrolig mange vinprodusenter som legger sin ære i å produsere vin av meget høy kvalitet.

Det er et fantastisk syn som møter oss. Vi reiser sammen med pensjonister og vi må ta vare på alle uten at noen prioriteres. Alle, også de som har behov for hjelp, er med på samme betingelser som alle andre turdeltakere.

Mosel- og Rhindalen er på det vakreste nå. Dette er siste halvdel av september og vinbladene har akkurat begynt å få den lille fargen som forteller at det er høst. Ikke bare drueplantene bugner men også alle frukttrær, et flott syn. På en måte kan vi si at frukttrærne "blomstrer" to ganger om året. Første gang under selve blomstringen om våren og neste gang om høsten med all frukt.

Tyskland er mest kjent for hvitvin laget på druesorten Riesling som gir en frisk vin og derfor drikkes ung. Senere er det også kommet til en del produksjon av rødvin. Men, du kan ikke reise i dette området uten å



Synnøve Ladstein (t.v.) og Magne Helland var blant fornøyde turdeltakere.

# og Jæren

smake "Federweiser og Svibel-cuche". Kaken er en løkkake og Federweiser er en drikk som lages ved å ta ut noe av vinen etter at årets druer har startet å gjære. Det smaker friskt og godt.

## Trier og Luxembourg

De første dagene bodde vi i den eldste byen i Tyskland, Trier. Trier var også et senter under romerriket og bar preg av dette gjennom mange ruiner og store imponerende bygninger. Det er ikke langt til Luxemburg og selvfølgelig var det lagt opp til et besøk. Landet er et senter for økonomi med bankvesen og handel. Utrolig med alle bank- og finanssenter som er bygget innenfor et relativt lite område.

## Lorelei

Selvfølgelig må vi ha en båttur i som er så vant å se sjø. Det ble to turer, en på Mosel og en på Rhinen. Det er utrolig så mange borger det finnes på toppene rundt Rinen. Det ser også ut til at de fleste er restaurert etter at bla. Napoleon var ute og kriget og rev ned det meste. Dette er noe som imponerer oss nordboere. Vi har ingen slike bygninger å vise til og vi måtte selvfølgelig besøke en. Etter en tur på Rhinen, som gikk fra Rüdesheim forbi Lorelei-klippen besøkte vi den eneste borgen som ikke var ødelagt og dermed fremsto slik den ble bygget. Vi kan godt forstå hvorfor slike festningsverk ble plassert på toppen av et fjell. Hvilken utsikt og hvilken mulighet det er til å følge med alt som skjer på elven og i dalene rundt.

Etter vårt besøk er vi ikke overrasket over at Mosel- og Rhindalen er et av, om ikke det mest besøkte området i Tyskland. Vi kommer gjerne tilbake.

# Gjenvalg "over hele fjøla" på LOP Øvre Romerikes årsmøte

Årsmøtet ga lagets leder, Kjellfrid Frankmo (bildet), applaus for utmerket ledelse og arbeid gjennom året. Festkomiteen og resten av styret fikk også rosende ord, og alle ble gjenvalgt for et nytt år.

Av Petter Olsen



Styret består dermed av Kjellfrid Frankmo (leder), Arne Mythe (nestleder), Ellen Nystuen (kasserer), Tore

Eriksen (styremedlem) og Petter Olsen (sekr.)

Av årsberetningen gikk det fram at det igjen har vært et aktivt år i lokallaget: Størst satsing var det på lagets 20-årsjubileum i september. Til jubileumsfesten der LOPs leder Kjell Helland holdt festtalen, overrasket Ingrid Korslund med flott sang, og i forkant hadde lagets veteraner laget en fin beretning om lagets arbeid i disse 20 årene.

Den årlige sommerturen, "Fra Romerike til Ringerike" denne gang, var også vellykket.

På medlemsmøtene som blir holdt på Lykkebo en gang i måneden, har det vært interessante kåserier, mye nyttig informasjon for pensjonister, fin underholdning og godt fram-møte.

Lokallaget har nå ca. 120 medlemmer, men det er plass til flere, og styret ser fram til at flere pensjonister slutter seg til laget i tiden som kommer.



## Turer i inn og utland Flotte opplevelser i våre moderne turbusser

### Albir- Det gode liv i Spania

15. - 29. April

### Tyrol Bodensjøen

22. - 29. Mai

### Nordkapp

(3) 4. - 7. Juni

### Telemark med Sørlandskysten

5. - 11. Juni

### Gotland m/Stockholm

12. - 18. Juni

### Tallinn m/Helsinki

(27) 28. Juli - 2. August

### Øst Finnmark

(31/7) 1. - 6. August \*

### Rhin & Moseldalen

6. - 13. August

### Mjøsområdet med Røros

13. - 17. August

### Kystriksveien m/Lovund og Træna

(12) 13. - 17. August \*

### Normandie og Paris

14.- 23. August

### Spatur til Levi

(14) 15. - 18. August\*

### Lofoten m/Hamsundsentret

(19) 20. - 23. August \*

### Julemarkedstur til Lübeck & Kiel

2. - 6. Desember

### Julemarkedstur til Tallinn

5. - 8. Desember

\* Tilslutning med fly. Turstart i Tromsø

Resten av turene påstigning Tromsø eller Oslo

**Program/påmelding**  
**Bussring AS**  
**Tlf. 776 38 005**  
**tromso@bussring.no**  
**www.bussring.no**

# Før stortingsvalget



Dette halvåret inviterer Oslo lokallag representanter for de fleste partiene på Stortinget til å legge frem sine planer når det gjelder eldre-politikk i neste periode. På de to første møtene kom Robert Eriksson (FrP) og Michael Tetzschner (H). 21. mars får vi høre Line Henriette Hjelmeland (KrF) og 18. april en representant for Arbeiderpartiet.

Av Jon Lange

## Fremskrittpartiet

17. januar var det Robert Eriksson fra FrP (leder av Stortingets arbeids- og sosialkomite) som på malmlfullt nord-trøndersk gikk gjennom sitt partis synspunkter på en del av det som angår oss eldre i dag og i tiden fremover, og som FrP ønsker å gjøre endringer i. Det første han tok for seg, var under-reguleringen av pensjon i forhold til lønn ved lønns- og pensjonsoppgjørene (en forskjell på 0,75 prosentpoeng og en avkortning i pensjon for gifte og samboende). Han har retorisk spurt om avkortning også skal gjelde for dem som er i jobb. Jens (Stoltenberg) har svart nei på det spørsmålet, "for begge er i jobb". Men, sier Eriksson, pensjon er jo ingen gave, men noe man har tjent opp. Han nevnte begrepene «inntekstpensjonsbeholdning» og «garantipensjonsbeholdning». Det er i garantipensjonen det skal kuttes. Det innebærer at de høytlønte slipper avkortning. Dette blir dobbelt urettferdig, så FrP vil fjerne avkortningen. Han mente også at bruttogarantiordningen «er en gedigen bløff». Som eksempel nevnte han en sykepleier som står i arbeid fra alder 25 til 67. Hun får 53 prosent av lønnen i pensjon, ikke 2/3 som det skulle være. Eriksson mener man må

gjøre om på systemet, og helst beholde den gamle ordningen. Men hva når/hvis FrP kommer i regjering? - Vi vil ikke få Høyre og KrF med på det. Men vi må få til forhandlinger for å gjøre endringer og få vekk de verste urettferdighetene, Målet må være trygg økonomi og trygg omsorg for eldre.

Hvordan gi verdighet til dem som har bygget opp velferdssamfunnet? Han får dårlig samvittighet når han besøker eldre på sykehjem. Han opplever ensomhet og for få pleiere. De ensomme er ikke bare ensomme før jul, men 365 dager i året. Han sier til Jonas (Gahr Støre): La oss innføre bemanningsnormer, både i eldreomsorgen og helsevesenet ". Han liker forresten ikke ordet eldreomsorg. Det er pleiebehovet som avgjør hva slags og hvor mye omsorg som trengs. Olav Thon og Drillo trenger ikke mye. Han nevnte også 10 åringen i Kristiansand med en sjelden sykdom, der svært få lever til de er 10 år. Han trenger en spesialseng til kr 100.000. Det har ikke velferdssamfunnet råd til, så den er det « Se og Hør» som har betalt. Vi må få til et folketrygdsystem som betaler for det det er behov for.

To grupper vil han ha ut av sykehjemmet, nemlig de trafikkskadde og

stoffmisbrukerne. De (som til tider har venner på støyende besøk) bør ikke være i avdelinger for senil-demente.

Vi har brukt mye tid på å tenke ut systemer, og så må folk tilpasse seg systemet. Og hvorfor er det lov å diskriminere 70 åringer ved å si dem opp? Han nevner "bedriftsinterne avtaler som gjør at noen må slutte når de er 67. Akademikerne og noen LO forbund begynner å bli enige med FrP om slike spørsmål.

Vår styreleder, Lillian Saxegaard, påpekte hvor ulike gamle folk er, og også hvor ulike stoffmisbrukerne er, for eksempel forskjellen på forhenværende og aktuelle misbrukere.

Et annet spørsmål fra salen gjaldt seniorsentrene. FrP er veldig for dem. "Sørg for at æ blir plasert i regjering, så ska' æ sørg for det." Men riktig så enkelt er det antagelig ikke, og han nevnte de frivillige organisasjonene, som Røde Kors og Kirkens Bymisjon som har sine tilbud. Kan vi sette oss ned sammen og finne et bedre samspill frivillige /offentlige?

Et annet spørsmål gjaldt nedlagte kjøkken i eldreinstitusjoner i Oslo, hvor sentralisering fører til ensidig

(dårlig) smak og mye kasting av mat. Lillian nevnte hvordan matlysten lider når matlukten fra kjøkkenet blir borte. - Ernæring som folkehelseaktør ble nevnt.

Mot slutten av foredraget måtte Eriksson motstrebende gi ros til Jonas (Gahr Støre) for samarbeidet med kokkelandslaget.

Alt i alt, et meget interessant møte med en sympatisk representant for et parti som det hersker svært motstridende meninger om.

## Høyre

I møtet 21. februar var det Michael Tetzschner fra Høyre, medlem av Kommunal- og forvaltningskomitéen innværende periode. Han er utdannet cand. jur., arbeidet i SIFO i Sverige 1991-2001, var høgskoledirektør ved BI i Oslo 1995-99 og drev advokatpraksis i Oslo 2001-2009. Av andre politiske verv må nevnes at han var leder av Oslo Byråd 1989-1991, at han er leder av Oslo Høyre fra 2006 og at han er medlem av Stortingets delegasjon til Nordisk Råd denne stortingsperioden.

Tetzschner synes politikken preges av at politikerne ofte ikke har vært i vanlig arbeidsliv. Noen mangler også utdanning. "Det er bare politikere og journalister som ikke trenger utdanning." Han ga også til beste anekdoten om de to gamle damene i Seilduksgata som sa at de stemte Høyre og at de aldri hadde hatt det så godt som etter at de begynte å stemme Høyre.

I Norge i dag er det enighet om velferdsstaten, den norske, også kalt den nordiske modellen. De siste årene har Norge vært heldig ved det at prisen på eksport går opp, mens prisen på import går ned. Det er også enighet om ikke å skusle bort oljeformuen. 15 % av statens inntekter kommer fra oljevirkksomheten. Høyre er mer opptatt av investering enn andre partier. Høyre vil bruke mer bl.a. på bane, vei og bygninger, der det er et vedlikeholdsetterslep på antage-

lig omkring 150 mill. Heller det enn å øke dagpenger til soldater etc. Her er Høyre uenig med AP.

Høyre er for økt barsel/omsorgspermisjon og mener at foreldrene bør bestemme selv. Regjeringen har "fedrekvoten" som forsvinner dersom far ikke bruker den i løpet av 57 uker.

Høyre reagerer på at det skal være så farlig å slippe til andre enn statlige sykehus. Ordningen er at godkjent diagnose gir rett til helsehjelp. For tiden er 270.000 pasienter i kø for slik helsehjelp. Køene blir ikke borte med en ny regjering, men de kan bli kortere. Køene gjelder ikke dem som har rett til øyeblikkelig hjelp, altså ved akutte tilfeller. Høyre mener vi trenger bedre ordninger for dem med flere sykdommer, og for lindrende pleie ved kroniske lidelser.

Noen hevder at Høyres løsninger på problemene vil føre til en betalingsordning. Tetzschner sammenligner med taxi-næringen, der det er en ordning som sikrer at man får taxi, selv om de enkelte sjåfører eller selskaper er selvstendig næringsdrivende. Støre sier at private sykehus vil ta med seg legene og sykepleierne fra det offentlige, mens Tetzschner sier at de som vil bemanne de private klinikkene, er folk som stort sett allerede er ute av det offentlige. Høyre mener også at forholdene kan bedres ved bedre lønns- og arbeidsvilkår. "Ikke bare bryggeriarbeidere, men også helsepersonell bør kunne leve godt før de får 2/3 pensjon."

De offentlig ansatte har godtatt at de som er født etter 1953 må regne med en viss nedgang i pensjonen, men at det kan justeres ved at man jobber lengre.

Sykehusutgiftene er utrolig konstante i det siste leveåret. Vi lever lengre, men er også friske lengre. Så "den siste tiden" blir ikke lengre. Det er ingen grunn til å tro at helseutgiftene trenger øke like mye som levealderen.

Det skal ikke bare være en Høyre-sak å sørge for orden og sikkerhet. Det bør ikke være åpne grenser og åpne kasser. Tetzschner har sagt at vi ikke ønsker tigging. Han kunne forstå tigging da vi ikke hadde velferdsordningene. Men vi har mindre strenge regler enn Sverige og Danmark, og det gjør at tiggerne kommer hit. Lokale politikere bør ha myndighet til å regulere dette.

Turid Frimo spurte om arveavgift og formuesskatt. Etter at boligprisene har økt så sterk, er det flere som "støter opp i taket" og er "rike på papiret" uten at de har mer penger. Tetzschner nevner også at bedrifter betaler 28 prosent skatt på overskuddet, og dersom eier tar ut utbytte, er det 28 prosent skatt på det og. Dermed betales det i realiteten vel 48 prosent skatt på fortjenesten. I tillegg altså formuesskatt på antatt verdi. Det synes Høyre er for mye.

Arveavgiften er for tiden ikke urimelig, men Høyre ønsker å sette den ned og gradvis fjerne den. Nå er den progressiv for alle arvinger og mer så jo fjernere i arverekkefølgen man er. Men det er lurt å orientere seg om reglene, så man kan oppnå lavest mulig avgift.

Tetzschner sier at Høyres program for neste periode ikke er ferdig skrevet, så partiet er glad for innspill. Han synes dertil at partiene i vår valgordning har alt for mye å si om personvalg. Da noen i salen beklaget at Astrid Nøklebye Heiberg ikke rakk opp til sikker plass i Oslo Høyre, sa han at dersom vi får en borgerlig regjering ved høstens valg, vil antagelig minst én representant fra Oslo Høyre komme inn i regjeringen og en bli statssekretær, og dermed kommer hun inn likevel, fra sin 9. plass på listen.

Fra salen ble det uttrykt forargelse over at de eldre offentlige pensjonister skal betale for økt minstepensjon.

# Prosjekt dataopplæring

Indre Østfold lokallag har i februar gjennomført Prosjekt dataopplæring.

Av Randi Frankrig

Bakgrunnen for igangsetting av prosjektet var at styret så behovet for å ha alle tillitsvalgte og flest mulig av medlemmene på "nett". Dette er viktig for å lette kommunikasjon og informasjonsflyt. Det vurderes som nødvendig å ha basiskunnskaper i data for de som har / skal ha styreverv.

Kurset ble gjennomført ved hjelp av en ungdomsbedriften TUR / RETUR UB ved Mysen videregående skole hvor kurset ble holdt 7.



Full konsentrasjon og stor innsats på kursdagene!

og 14. februar med 12 deltakere av 14 påmeldte. "Taket" for antall deltakere var satt til 15.

Temaene var: Introduksjon i tekstbehandling og e-post. Innføring i generelle søkemotorer, kulturelle og historiske attraksjoner på internett, reisebyråer, reisearrangører, NSB, flyselskap og hvordan sette sammen en reiseopplevelse.

Elevene hadde utarbeidet kursinvitasjonen som styret sendt til alle lagets medlemmer. De hadde også utarbeidet nyttige informasjons-



kompandier til de temaene det ble undervist i. Datamaskiner ble ved ankomst delt ut til deltagerne. I pausen serverer ungdomsbedriften kaffe, kake og frukt. I tillegg ble det holdt et kurs i bruk av iPad 12. februar med fire deltakere. At ungdom kan fungere som veiledere for eldre er positivt. Tilbakemeldingen fra kurset er svært positive.

Laget søkte LOP sentralt om prosjektmidler til gjennomføring av kurset, dette fikk vi positivt svar på. Det takker vi for.



## Opplevelsestur til Svalbard og Barentsburg

23. – 26. JUNI 2013

Avreise Gardermoen kl. 1000 via  
Tromsø

Sightseeing og omvisning på Øya  
Båttur til Barentsburg og

Estmarkbreen

Full pensjon

Reiseleder fra LOP

Pris d/rom kr. 12.000,- fra Oslo

kr. 9.900,- fra Tromsø

Påmelding tlf. 926 66 269

innen 14. april 2013

Arrangør

Kurs og Reiser – Spitsbergen Travel

## Tar du utfordringen?

Vi søker en blid og utadvendt annonsekonsulent med "stå-på-vilje" til salg av annonser i vårt medlemsblad "Vi i LOP". Medlemsbladet er rettet mot våre medlemmer som alle er pensjonister fra offentlige etater, institusjoner, m.v. Noe erfaring ønskelig.

Det er en forutsetning at du disponerer egen kontorplass. Tiltredelsestidspunkt snarest.

Provisjon 35 % av annonsepris.

Se [www.lop.no](http://www.lop.no)

Spørsmål rettes til:  
Thor-Eirik Gul. Mykland, mobil 980 24 939.  
Søknad sendes [lop@online.no](mailto:lop@online.no) eller LOP,  
Stortingsgaten 2, 0158 Oslo,



Indre Østfold:

## Finne penger til prosjekter?

Å finne penger til prosjekter var temaet da ildsjeler møttes for å få et innblikk i ulike muligheter for tilskudd lag og foreninger kan søke om.

Av Randi Frankrig

2. februar deltok kasserer Inger Elise Solheim og leder Randi Frankrig fra IØ lokallag på et 6-timers kurs arrangert av Eidsberg kommune. 50 personer deltok. Kurset ble ledet av Anders A. Vik fra Kristiansund. Det handler ifølge



Bildet er fra nettavisen Mysen Posten

foreleseren om å lære litt av onkel Skrue – å vite hvordan man skaffer penger til spennende prosjekter.

Kurset varte i seks timer. Vi fikk informasjon om hvilke tilskuddsordninger som finnes og hvordan vi kan finne fram til disse. Det ble gitt tips til hvordan søknader bør skrives, samt hvilke muligheter som finnes ved å samarbeide med andre. Målet var at kurset skulle være motiverende og gi et lite spark for å komme videre.

Vik informerte om at det finnes over 25 milliarder kroner som hvert år blir delt ut til kommuner og frivillige.

## Minnerikt på Bodø krigshistoriske museum

**LOP Saltens første åpne møte i 2013 var lagt til Bodø Krigshistoriske museum. Det ble et møte med minner fra barndoms- og ungdomstid som har satt spor hos mange av våre medlemmer.**

Av Brynhild H. Geiring

Museet holder til midt i byen, i en bygning oppført i 1940 som del av den tyske militære flyplassen. Alt arbeid med museet utføres på dugnad, og vi ble mektig imponert over arbeidet som er utført og over entusiasmen de frivillige viser.

Utstillingene omfatter både hæren, sjøforsvaret og luftforsvaret. Her er bilder av bombingene av byen 27.mai 1940 og stand med plankeflyplassen tyskerne bygde der museet nå ligger. Ei svær, uhandterlig trillebår av solid tre står foran bildet av utmagrede fanger fra en av leirene i byen. Hvordan klarte fangene å kjøre trillebåra? Kjempetung og uhandterlig er også brannvogna



som ble brukt på flyplassen. Bilder og gjenstander viser oss til fulle krigens vold mot mennesker og samfunn.

Ja, her er det mye å se og reflektere over, og mer blir det hvis de frivillige får holde på. Vi ønsker dem lykke til med en viktig dokumentasjon om Bodøs historie! Som en fange skrev på en brakkevegg i konsentrasjonsleiren Auschwitz: **”Den som glemmer historien må leve den om igjen!”**

## Betal kontingenten i tide!

Viktig melding til styrene i alle lokallag, lokallagsmedlemmer og medlemmer direkte tilsluttet LOP: Vi gjør oppmerksom på at kontingentkravene bør betales innen de fastsatte fristene.

De enkelte lokallag bestemmer selv sine forfallsdatoer, men betalingsfristen for medlemmene bør settes så tidlig som mulig. Da rekker lokallagene å sende en purring før kontingenten til LOP sentralt skal betales innen 30. april hvert år.

Lokallagene skal underrette LOPs sekretariat om medlemmer som ikke har betalt innen fristen og heller ikke etter 1. purring, slik at «Vi i LOP» kan stoppes inntil kontingenten er betalt. Lokallagene gir fortløpende melding til sekretariatet når skyldig kontingent blir betalt, slik at medlemmet igjen mottar «Vi i LOP».

Det har vært gjeldende regel i lang tid, men vi finner det nødvendig å minne om dette på en måte som når alle, ikke bare styrene i lokallagene.

Så ønsker vi lykke til med dette arbeidet, og all annen aktivitet lokallagene har i sine planer for 2013.

Hilsen oss i sekretariatet ved Tove Lian

## Trondheim hos Kristiansund

For et par år siden var medlemmer i Kristiansund LOP på besøk hos lokallaget i Trondheim. 13. og 14. februar i år var tiden inne for en «gjenvissitt».

Tekst og foto: Kjell Helland

Lokallagsederen Karl A. Johansen og hans styre var et fortreffelig vertskap! Ved siden av å oppleve operaen «Madame Butterfly» besøkte vi på utstillingen «Kristiansund i gamle dager» og fotoutstillingen «På musikalske ville veier» som er et samarbeidsprosjekt med Operaen i Kristiansund. Her fikk vi oppleve portretterte musikere i Kristiansund Sinfoniette. For øvrig innebar selvsagt besøket også god mat med ulike fiskesorter som ingredienser, noe som selvsagt hører med når en besøker klippfiskbyen!



## LOP Sarpsborg på juletur til Sverige

Sarpsborg LOP hadde 11. desember 2012 sin vanlige juletur. Denne gangen til Strømstad.

Tekst og foto: Hans Fladstad

Først hadde vi en kjølig halvtime i Strømstads Røgeri med omvisning og orientering ved innehaveren. Turen gikk videre til Tanums Gestgifveri, Sveriges eldste serveringssted fra 1663. Eierfamiliens frue fortalte om

stedets og familiens historie. Et artig poeng var at familien kom fra vårt nordlige Hamarøy! Etter inntak av köttbullar och prinskorv, Janssons Frästelse, «sill och nubbe», fikk vår utmerkede sjåfør fra Jules Bilruter alle trygt hjem.



*Per og Vigdis Fyrvik fra Hamarøy har overtatt Sveriges eldste gjestgiveri i Tanumshede.*



## Moss: En sykepleier ser tilbake

På medlemsmøtet i Moss i februar innledet Inger Lise Echoldt om sykepleierne gjennom 100 år.

Tekst og foto: Inger Myhre

Echoldt startet sin karriere som sykepleier på Diakonissehusets sykepleierskole i 1963 og er fortsatt i tjeneste i Helse- og omsorgsetaten. Hun innledet med historien om de 44 av landets sykepleiere som samlet seg i Kristiania i september 1912 da Norsk Sykepleierskeforbund ble stiftet.

Initiativtager var Ullevålsøster Bergliot Larsson.

Det har vært en lang vei å gå for sykepleieren for å oppnå status og gode arbeidsforhold.

Yrkesidealet sto å lese i emblemet "SOL GJENNOM SKY" Sykepleierne skulle lindre der det så mørkt ut, og i regulativet var det forutsatt "dyktighet samt et pliktoppfylgende og hederlig liv"

Forbundets parole var først Dyktighet – så Rettferdigheter.

De hadde lange arbeidsdager, fra kl. 07.00-20.00. Men en sykepleierelev



Styret i Moss lokallag Liv Andersen, Inger Myhre, Jan Erik Hellstrøm og Unni B. Roksvåg.

fra Betesta sykehus skrev i 1918 hjem «Vi har meget fri, en time hver dag, fri efter kl.8 hver aften. Fri annenhver søndag hele dagen.»

Sykepleieryrket som et kall er ikke så fremtredende i dag, men forholdet til pasientene står alltid i fokus, i dag som for 100 år siden.

Årsmøte ble avviklet på en god måte og følgende styre ble enstemmig valgt:

Leder Unni Bjerkholt Roksvåg, kasserer Jan Erik Hellstrøm, sekretær Inger Myhre og medlem Liv Andreassen.



Inger Lise Echoldt og leder Unni Bjerkholt Roksvåg

## Årsmøte i Telemark

Av May-Brith Brekke

Det møtte opp vel 70 personer på møtet 7. februar som startet med at Olav Vesaas kåserte om sine foreldre, forfatterparet Halldis Moren Vesaas og Tarjei Vesaas, kalt: "Dikterparet på Midtbø". Olav Vesaas trollbandt oss alle med sin fortellerglede, sin varme og

humoristiske omtale av foreldrene sine og små illustrerende anekdoter om livene deres, kjærlighet til hverandre, til Telemark og om tilblivelsen rundt noen av bøkene og diktene de skrev.

Etter kåseriet ble det servert kaffe, snitter og kaker før årsmøtet startet med bl.a. valg av nytt styre.

Leder Evy Brattland ble gjenvalgt. Styremedlemmer ble Marit Kronseth (ny), Isak Rosenvold (ny), Gerd Skjerven (ny) og Turid S. Sølland (ikke på valg) og forskjellige komiteer, samt vanlige årsmøtesaker. Til slutt var det "tak for innsatsen-taler" og utdeling av blomster og gaver.

# Lokale tema på Lillestrøm

Nedre Romerike lokallag har hatt to interessante møter med lokale tema.

Tekst og foto Maj Lindholt

## Lokal pressemann og politiker

Først ute var Terje Granerud som har vært kommunestyremedlem i Nannestad, ordfører i Rælingen, stortingsrepresentant og presse-mann, p.t. avtroppende redaktør i Eidsvoll Ullensaker Blad med kurs mot AFP. 61-åringen var blitt stadig mer opptatt av oppvekstårene, og mimret om velstands- og teknologisk utvikling de siste 50 år. – I dag her har bilen finere hus enn det jeg vokste opp i, men noe er blitt borte på veien, slo han fast. I 2011 hørte han to kvinner i 70-årene snakke om at «verre enn det er nå kan det ikke bli!» En generasjon tidligere ville ikke han kunnet forestille seg velstanden i dag.



Terje Granerud takkes av leder Solveig Finsrud og kasserer Ole Aunøien.

Naturlig nok var Granerud opptatt av utviklingen innen pressen. Da han startet på 70-tallet ble avisene satt med bly, i dag har datamaskinene overtatt. Mørkerommene til fotoproduksjonen er nedlagt. Det er korrekturlesingen også – med unntak for dødsannonse! Oppgaven med å drive folkeopplysning er nok også svekket, det er ikke det samme fokus på dette nå, sa han, litt forsiktig. Granerud oppfordret pensjonister til å være med i samfunnsdebattene og nevnte særlig to aktuelle tema: Hva skjer i distriktet 20 år etter vedtaket om Gardermoen og hva ønsker vi skal skje? Hvordan møte det økende antall eldre?

## Fra husklynge til by

Asbjørg Samuelsen åpnet medlems-treffene i år. Lederen i historielaget har uttalt seg hyppig i lokalpressen om utbyggingsplanene i Lillestrøm. Medlemmene i LOP fikk høre mest om Lillestrøms historie fra ca. 1850 da befolkningen var på beskjedne 50 mot 14.000 i byen i dag. «Revolusjonen» kom med Hovedbanen i 1860, understreket hun. Da privilegiene knyttet til sagbrukene opphørte, økte antallet og sysselsettingen. Lillestrøm var en tilflyttingskommune og dialekten utviklet seg med innflytterne. Et kuriosum er de engelske ordene som kom med jernbanefolk – og at krokett ble populært. Barnearbeid er i fokus i dag – det var også vanlig på Lillestrøm rundt 1870. De limte fyrstikker på «fritiden». Inntektene betydde mye når familien hadde sesongarbeid. Den neste revolusjonen kom med flyplassen. Med



Tove Lian ble takket med rødvin av leder Solveig Finsrud.

Gardermoen kom nye krav til infrastrukturen i området. I dag går debatten om utviklingen av byen, om høyhus og signalbygg. – Vi har nok ikke vært flinke til å ta vare på alt vi burde, sa Samuelsen.

## LOPs spesialrådgiver

Etter årsmøtet orienterte Tove Lian om «de mest stilte spørsmål» hun får som LOPs spesialrådgiver innen områdene arv/gaver/booppgjør. *Skattefrie gaver* opptar mange eldre. Lian sa at hovedregelen er at de skal være under 1G (ca. kr 82.000). men ved uskiftet bo og for enslige fraskilte er beløpet en halv G. Da skal det ikke sendes arvemelding. Store julegaver kan begrense øvrige gavetildelinger samme året, det anbefales å sjekke reglene for tidsbegrensninger. Men husk at det faktisk er store beløp som kan gis før arveavgift utløses, understreket Tove Lian.

-Noen har *fritidseiendofore og spor side*

# Jubileumslunsj i Oslo

Tekst og foto Maj Lindholt

regler for gunstig overføring, fortalte hun. Et godt råd kan være å nedfelle bruksrett i skjøtet.

*Pliktarv* er et viktig tema. Livsarvingene kan protestere hvis man gir bort alt og de får vite om det innen ett år.

- Å opprette *testament* kan være lurt, mener spesialrådgiveren, det er tydelige formkrav til et testament. Husk å føre på personnumrene til de to myndige og ikke-begunstigede vitnene slik at de alltid kan oppspores. Et testament kan med fordel oppbevares i Skifteretten. Selv om det ikke er informasjonsplikt om at testament er opprettet til arvingene, kan det være en fordel.

Hun anbefaler alle pensjonistpar å få pensjonen inn på hver sin konto. Det har vist seg å være lønnsomt både ved skifte og ved beregning av vederlagsbetaling i forbindelse med innlegging på sykehjem. – For øvrig, ikke klag på prisen på sykehjem. Det er «all inclusive»! sa Tove Lian med et stort smil.

Årsmøtet ble effektivt ledet av Solveig Finsrud som ble valgt til lokallagsleder. Med seg i styret fikk hun Tore Lindholt (nestleder), Sigrid Samstad Stavik (sekretær), Ole Aunøien (kasserer) og styremedlemmene Lisa Sand, Randi Haukland, Agnes Radich og Ingrid Falkenberg.



Fra v. Astrid Lunde, Turid Frimo, Jon Lange, Lillian Saxegaard og Belka Korshavn.

Det eldste lokallaget i LOP, Oslo, ble stiftet i 1951. Egentlig var 60-årsdagen i 2011, men da hadde vi ikke tid, sa lokallagsleder Lillian Saxegaard muntert under jubileumslunsjen på Theatercafeen i november 2012. Drøyt 40 medlemmer koste seg i hyggelig selskap med deilig bevertning. Nestleder Turid Frimo hilste fra sentralstyret og Jon Lange holdt en festlig tale for dagen. Styret delte ut informasjon om LOP og minnet om at LOP er landets eldste pensjonistorganisasjon – stiftet som Landslaget for Statspensjonistene i 1939. Først i 1952 ble det vedtatt å opprette lokallag, to ble stiftet samme år. Det første var Oslo, det andre Bergen og omland. Ivar Grotnæss var initiativtaker til lokallaget i Oslo. Han var senere sentralstyreleder i perioden 1989-98 da han gikk bort.

Viktige tema på møtene har i alle år vært offentlige pensjoner «i lys av inntektsutviklingen i samfunnet», fyldige orienteringer om «etter-slep», «knekkpunkt», enkepension

og finansiering, underreguleringen etter 1975 og samordningen med folketrygden som ville ha ført SPK-pensjonen ned mot null i løpet av få år, forteller styret. Fra 1985 reiste pensjonistorganisasjonene seg i protest og fikk brutt trenden. - Det er i årenes løp blitt skrevet artikler i avisen om at pensjonister må beskattes hardere, lokallagsleder Lillian Saxegaard minnes Aftenposten 13. oktober 1999. Dette førte til en storm av protestinnlegg ikke minst fra sentralstyret og Oslo lokallag!

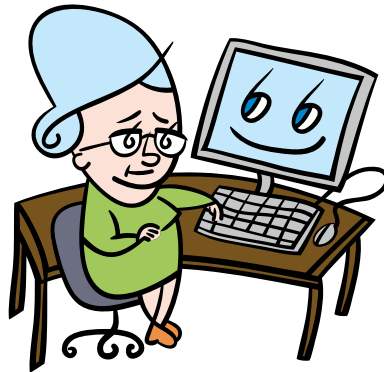
Styret mener lokallaget har et godt tilbud til offentlige pensjonister i Oslo; - Vi avholder åtte medlemsmøter årlig på Peppes Pizza i Stortingsgaten 4. Her serveres føde både for hjernen og magen. LOP Oslo arbeider for å videreutvikle helse- og velferdstilbudet i byen i tillegg til rettigheter for pensjonister i samarbeid med sentralstyret. Lokallaget er medarrangør ved Eldredagen 1. oktober i Oslo Rådhus.

# Restarbeidsevne – for hvem?

Av **Per Rasmussen**,  
leder i LOP Lillehammer

For brukere av NAV-systemet og det gjelder vel i praksis oss alle i en eller annen sammenheng er ordet kjent og betyr vel enklest slik:

- at i hovedsak i arbeidssammenheng er vi nesten aldri helt friske eller helt syke men noe i mellom
- at en vedrørende sykdom og skader før var en enten 100 prosent frisk eller 100 prosent syk, men dette retter en på nå.
- at i mange tilfeller (f.eks. beinbrudd) så vil en som f.eks. jobber mot en PC kunne utføre de fleste jobber
- at det er utrolig hva en kan greie dersom viljen er stor nok, programmene om fysiske handikap og mulighetene er bl.a. vist i "Uten grenser" programmene.
- at det er en voksende forståelse av at å være på jobb – også delvis – er den beste medisinen, ofte bedre enn piller og å ikke gjøre noe.
- at det er ulønnsomt for alle.
- at en fortere kan komme tilbake i full jobb på en eller annen måte.



Det er erkjent at tankegangen er riktig for de som er i jobb i vanlig arbeidsfør alder mellom 16 og 67 år – og det begynner å bli akseptert for våre uføretrygdede.

Jeg kan derimot ikke se at en har fanget opp de eldre og heller ikke mange som dropper ut av skolen eller studier, mange – utrolig mange – bruker urimelig lang tid på å fullføre sin utdanning.

Hva så:

Jo, det ligger en svært stor REST-ARBEIDSEVNE både hos eldre, uføretrygdede og studerende som ikke utnyttes. Vi har ca. 750.000 eldre over 67 år og dersom 10 prosent av disse jobber, om ikke fullt så nesten fullt, har vi en arbeidskraftreserve på 50.000-60.000 personer med god kompetanse – faktisk også på moderne arbeidsmetoder – det viser seg når det gjelder frivillig arbeide.

Vi har også fleksibilitet her – det etterlyses også.

Det er viktig å utnytte denne reserven. Vi eldre har selv ett ansvar.

## LOP tilbyr rådgivning

### Pensjonssaker:

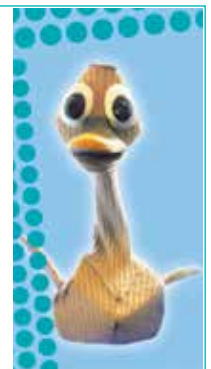
Elen Lein tlf. 71 25 35 23, mobil  
915 58 954,  
e-post: lein.aas@online.no

### Arv/booppgjør/testament

Tove Lian 75 15 03 02 eller  
mobil 456 30 948,  
e-post: hel-lia@online.no

## «Den stygge andungen»

Ifølge Kreftforeningen bør du se etter det de omtaler som «den stygge andungen» når du sjekker føflekkene dine. Dette er en føflekk som ikke ligner de andre du har, og som: vokser eller endrer form, endrer farge (spesielt til svart, klør/blørdanner eller et sår som ikke vil gro. Hvis du merker noen slike forandringer er det altså svært viktig å gå tidlig til legen fort.



Du kan også sjekke ut fra «ABCDE-regelen» til hudleger:

**A - Asymmetri.** Er føflekken asymmetrisk og uregelmessig?

**B - Begrensning.** Har føflekken uregelmessig begrensning mot huden?

**C - Kulør/farge.** Har føflekken flere fargevariasjoner? Malignt melanom vil ofte være svart eller ha svarte partier.

**D - Diameter.** Er føflekken over 6 millimeter i diameter?

**E - Endring.** En ny føflekk, eller en føflekk som forandrer størrelse, tykkelse, form eller farge.

- Bestill verve-/standsmateriell (brosjyre, store plakater, rollups (kan ikke sendes), t-skjorter, pins, kulepennar m.m.) via e-post, telefon eller postadresse til kontoret i Oslo.
- Innkreving av kontingent bør skje i januar sammen med innkalling til årsmøtet og programmet for halvåret. Påminnelse til de som ikke har betalt kontingent, sendes i månedsskiftet februar/mars. Fristen for innbetaling av den sentrale kontingentdelen på kr 200 er 1. mai hvert år. Da bør to påminnelser ha vært sendt ut til de som ikke har betalt.
- Vervepremie: Lokallaget får kr 50 for hvert nye medlem. Kontingenten må være betalt.
- Nestleder i laget bør ha ansvar for medlemsvervingen.
- På anmodning sender sekretariatet oppdaterte medlemslister og lister over direkte-medlemmer som kan verves til lokallagene. Oppgi laveste og høyeste postnummer i lokallagets dekningsområde. Kontakt Tove Lian.
- Sentralstyret blir orientert om medlemstallene i hvert lag på alle møtene.
- Avtalen med Norsk Sykepleierforbund (NSF) gjelder bare sykepleiere som er medlemmer i NSF, og NSF betaler den sentrale kontingenten for dem. Sykepleiere som ikke er medlem i NSF – eller ikke oppgir medlemsnummer i NSF, må betale full kontingent. Lokallaget må sende innmelding og NSF-medlemsnummer til LOP-sekretariatet. Sykepleiere får «Vi i LOP» i henhold til registrering i NSF, ikke som medlem av lokallaget.
- Navn på nye medlemmer, adresseendringer, utmeldinger m.m. sendes sekretariatet snarest mulig slik at medlemmer får neste medlemsblad eller det kan stoppes ved dødsfall. Gi opplysning om årsak til utmelding (ubetalt kontingent, utmelding, sykehjem, død e.l.).
- Medlemsblad som kommer i retur medfører stopp i abonnementet. Derfor fører sene endringsmeldinger til at bladet stoppes unødvendig!
- Ektepar/samboere får bare ett medlemsblad. Gi beskjed om dette ved innmelding. Normalt registreres «Vi i LOP» på kvinnen.
- Medlemskartoteket bygger på medlemsnummer som må oppgis ved henvendelser til sekretariatet.
- Send aldri inn hele medlemslister til sekretariatet, bare endringene.
- Dobbelregistrering skjer dessverre altfor ofte. Lokallagene må oppgi når direkte-medlemmer melder seg inn i laget. Det må skilles mellom nye medlemmer og medlemmer som overfører sitt medlemskap til lokallagsmedlemskap.
- Noe du vil snakke med daglig leder, sekretariatsmedarbeider eller prosjektmedarbeider om? Se kontaktinformasjon på side 2.
- Innmeldings- og endringstalongen kan brukes av alle!

### Jeg vil bli medlem av LOP!

- som medlem av nærmeste lokallag. Kontingent kr 200 + lokallagskontingent ledtatt på årsmøte.
- som direkte av LOP sentralt. Kontingent kr 200 pr. år.

Navn: .....

Adresse: .....

Postnr.:..... Poststed:.....

LOP  
Petter Grubensgt. 9  
8624 MO I RANA

### Jeg vil melde fra om.....

Nytt navn: .....

Ny adresse: .....


Postnr.:..... Poststed:.....

Innsendt av: .....

Navn: .....

Medlemsnummer .....

LOP  
Petter Grubensgt. 9  
8624 MO I RANA



		BLAN- DER SPRE			LØR HVILTE SKRYT			SLUTTET	☆
	TRANG		RED- SKA- PET	?				←	←
	↳							FER- SKE	
	SLAG							KV- NAVN	GRESK BOK- STAV
	UDELT	SKRIK			NORM FORE- NING				
	RASE					SANG- EN			
BOI- KOT- TET	S K I P		GRØNN- SAKEN	EKTE	LEIE			SPORTS- UT- STYR	
↳									LEDER
				BE- VISST- LØS		PINE ANSTEN- DIG	HUS- DYR	TIRRE	GAUGE
RENNE									STATER PLAGG- DEL
NISTE									
FØR- LANG- ER							BLØFF		
			NAVN		FUGL			MUNN REKKE	
MORO							KANT RØRER		MORET
FLASKE						ØY		JEG	
						UTROP		SPREKK	
UHELL		GRØN- NE	BELTE SPO- RET				TIT- TEL DUNST		LAG- TINGET GARN
↳								BLI ENIGE	
ID- RETTS- LAG		BARSK			FUGL- EN				↑ TONE
↳					KLI- NER	NØLER			
PREP.		SVIR SANG					KORKE		
AVSKY			BRYGG LUE		SKRIK	☆		DER- ETTER	ALDRI MORO
MÅL			FART LOTT- LAG		TUR- ENE				
					☆		SEN- KER		
HJEL- PE- MIDDEL									KV.- NAVN

**Løsning nr 4-2012 :**  
**Mørketiden er over oss, men**  
**snart kommer et nytt lyst**  
**LOP-år!**



	VEKT: LØFT- ZNE	S	UND BEKANT	A	HÅR FASE	E	RNA	Ø	RENE SKIN- HE
	FARET	T	AN	NN	L	Ø	S	T	
	TONE TØSE HOMET	R	E	☆	ET	☆	ET	☆	N
	DYRET	U	K	A	KORGE	+	SJEL SKRET KORP	Å	ND
		E	L	G	E	N	Y	R	
ØY	↓	M	R		☆	T	M	S	T
UT- GANG		M	A	D	E	I	R	A	L
	↳	D	Ø	R	I	S	T	E	N
ØY- LØY		K	A	L	O	R	I	E	R
ØY- HETER		E	L	G	E	N	Y	R	
ÅBT		S	T	E	K	E	G	N	E
		I	S	T	E	R	E	V	A
PETT		R	E	V	I	S	O	R	S
TIT- TEL		N	A	N	M	A	I	S	A
BAD		S	E	G	U	T	B	E	G
ØY ØY ØY		G	R	E	S	S	E	N	N
		S	E	G	U	T	B	E	G
ØY- LØY		E	R	L	E	N	E	L	O
FØR- ØY		V	I	S	E	N	E	K	T
SANG- ØY		S	E	N	E	T	K	L	Ø

**Vi gratulerer vinnerne**  
**som får 5 flaxlodd**  
**hver i posten!**

Gunnar L. Johansen,  
 Mysen

Evelyn Ulriksen,  
 Stokmarknes

Paul Sumstad,  
 Brandbu

Liv Mossige Johannsen,  
 Sandnes

Liv Røstberg,  
 Molde

**Frist for innsending av**  
**løsning i nr 1-2013 er**  
**2. mai 2013.**



Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr/poststed: \_\_\_\_\_

Løsningsord: \_\_\_\_\_

Send til tomaholt@start.no

eller Vi i LOP, Tømtesvingen 30, 2013 Skjetten innen 2. mai 2013.

# 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](mailto:adav@broadpark.no)

### *Nordland:*

Berit Lorentsen,  
[berit.lo@online.no](mailto:berit.lo@online.no)

### *Nord-Trøndelag:*

Tora Lein (vara),  
[tora.lein@online.no](mailto:tora.lein@online.no)

### *Oppland:*

Per Rasmussen,  
[prasmus@online.no](mailto:prasmus@online.no)

### *Rogaland:*

Johan Risa,  
[johan.risa@kleppnett.no](mailto:johan.risa@kleppnett.no)

Ranveig Løge (vara),  
[ranveigløge@live.no](mailto:ranveigløge@live.no)

Anne-Bjørg Hovda (vara),  
[anne.b.hovda@haugnett.no](mailto:anne.b.hovda@haugnett.no)

### *Sogn og Fjordane:*

Eivind Skjerven (leder),  
[eivind.skjerven@gmail.com](mailto:eivind.skjerven@gmail.com)

### *Telemark:*

Evy Brattland,  
[brattlan@online.no](mailto:brattlan@online.no)

Annbjørg Mo (vara),  
tlf. 35 52 27 06

## **Kommunale eldreråd:**

### *Askøy:*

John Solvik,  
[jsolvik@online.no](mailto:jsolvik@online.no)

Tor Tønder (vara),  
tlf. 56 14 05 80

### *Bergen:*

Kirsten Utaaker,  
[kirs-u@online.no](mailto:kirs-u@online.no)

Annelise Olsen (vara),  
[ao38@online.no](mailto:ao38@online.no)

Willy Gustafson,  
[wilgust@online.no](mailto:wilgust@online.no)

Jorunn Solberg (vara),  
[jor-solb@online.no](mailto:jor-solb@online.no)

### *Bodø:*

Audun Spjell,  
[audun.spjell@gmail.com](mailto:audun.spjell@gmail.com)

### *Fjell:*

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

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

### *Fusa:*

Turid B. Ekeberg,  
tlf. 908 79 009

### *Gjøvik:*

Ole Wilhelm Kavli,  
[od-hage4@online.no](mailto:od-hage4@online.no)

### *Kristiansund:*

Øyvind Wæraas,  
[owaeraas@online.no](mailto:owaeraas@online.no)

### *Kongsberg:*

Jorun Ulleberg,  
[ulleb@c2i.net](mailto:ulleb@c2i.net)

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

### *Lillehammer:*

Torkjell Haustveit,  
[thautsve@online.no](mailto:thautsve@online.no)

Aagot Flagstad (vara),  
[flagstad@bbnett.no](mailto:flagstad@bbnett.no)

### *Os:*

Olav Djuve,  
[odjuve@broadpark.no](mailto:odjuve@broadpark.no)

Johannes Bolstad (vara),  
[johannes.bolstad@bkkfiber.no](mailto:johannes.bolstad@bkkfiber.no)

### *Osterøy:*

Norvald Vedaa,  
[nvedaa@online.no](mailto:nvedaa@online.no)

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

Kari Vikesund,  
[karivikesund@c2i.net](mailto:karivikesund@c2i.net)

### *Rana:*

Ketil Ryssdal,  
[ryssdal@online.no](mailto:ryssdal@online.no)

Hanna Seeger,  
[hanna.seeger@rananett.no](mailto:hanna.seeger@rananett.no)

Inga Marie Rushfeldt,  
tlf. 75 15 25 04

Tove Lian (vara),  
[hel-lia@online.no](mailto:hel-lia@online.no)

### *Sandefjord:*

Kåre Hoel, [kare.hoel@sfjbb.no](mailto:kare.hoel@sfjbb.no)

Sonja Lausch-Liseth (vara),  
[lisson@online.no](mailto:lisson@online.no)

### *Sandnes:*

Aase Brit Borsheim,  
[aase-brit.borsheim@lyse.net](mailto:aase-brit.borsheim@lyse.net)

Per Egra (vara),  
[per.egra@lyse.net](mailto:per.egra@lyse.net)

### *Sarpsborg:*

Erling Loraas,  
[eloraas@online.no](mailto:eloraas@online.no)

### *Skien:*

May-Brith Brekk,  
[maybrekk@sf-nett.no](mailto:maybrekk@sf-nett.no)

Birgit Glomlien (vara),  
[birgit\\_glomlien@hotmail.com](mailto:birgit_glomlien@hotmail.com)

### *Sola:*

Jon Solheim, tlf. 51 65 51 46

### *Trondheim:*

Astrid Seim Ekeland,  
[aseke@broadpark.no](mailto:aseke@broadpark.no)

### *Tromsø:*

Jorunn Rasmussen,  
[krasmu@online.no](mailto:krasmu@online.no)

### *Tønsberg:*

Oddbjørn Hagen,  
[od-hage4@online.no](mailto:od-hage4@online.no)

### *Ullensaker:*

Olav Hagen (leder),  
[olav-hagen@frisurf.no](mailto:olav-hagen@frisurf.no)

Arne Myhte (vara),  
[mythe@live.no](mailto:mythe@live.no)

### *Vefsn:*

Turid Mæhre Olsen,  
[turid.arna.olsen@hotmail.com](mailto:turid.arna.olsen@hotmail.com)

Randolf Brattli (vara),  
[randobra@frisurf.no](mailto:randobra@frisurf.no)

Peggy Natvig (vara),  
tlf. 996 90 070

### *Voss:*

Kirsten Takvam,  
tlf. 56 51 22 47

### *Vågan:*

Bjørg Utnes  
[bjoer-ut@online.no](mailto:bjoer-ut@online.no)

### *Ålesund:*

Randi Havnevik Devold,  
[randi.devold@hotmail.no](mailto:randi.devold@hotmail.no)

Thor Magnussen (vara),  
[thormagn@online.no](mailto:thormagn@online.no)

Sjur Brande (vara),  
[sjur.brande@live.no](mailto:sjur.brande@live.no)

*Redaksjonen ønsker  
alle en fin påske!*



Returadresse:  
 LOP  
 Petter Grubens gate 9  
 8624 Mo i Rana

## LOKALLAGENE

<b>AKERSHUS</b>				<b>Lillehammer</b>			
<b>Asker</b>				Per Rasmussen	995 07 051		prasmus@online.no
Jorid Nørholm	66 78 41 07 995 34 250	jorid.norholm@gmail.com					
<b>Nedre Romerike</b>				<b>OSLO</b>			
Solveig Finsrud,	944 16 199	solveig.finstad@gmail.com		<b>Oslo</b>			
				Lillian Saxegaard	22 61 21 62 944 99 320	lillian.saxegaard@gmail.com	
<b>Øvre Romerike</b>				<b>Mattilsynet</b>			
Kjellfrid Frankmo	970 92 474	p_olsen@combitel.no		Karin Tubås Andersen	482 70 235		anter2@online.no
<b>BUSKERUD</b>				<b>Meteorologisk Inst. Seniorklubb</b>			
<b>Kongsberg</b>				Norvald Bjergene	90871523		norwaldb@online.no
Rolf Wallin	32 73 44 07 908 421 65	rolf.henry.wallin@ebnett.no		<b>ROGALAND</b>			
<b>HEDMARK</b>				<b>Haugaland</b>			
<b>Glåmdal</b>				Kristin-Elfi Flåto	952 25 342		krisflaa@getmail.no
Jan Nicolay Aas	915 30 560	annastearn@gmail.com		<b>Mattilsynet R/A</b>			
<b>Presteforeningen</b>				Per Astrup Filseth	916 25 202		
Astrid Bjellebø Bayegan	909 29 047	abayegan@online.no		<b>OPPF</b>			
<b>HORDALAND</b>				Wilhelm K. Trym	51 55 57 97		gunnarnyboe@c2i.net
<b>Bergen</b>				<b>Sandnes og Jæren</b>			
Gunda Falao Sparre	55 90 10 53	gunda.sparre@gmail.com		Synnøve Ladstein	51 66 41 39 916 971 45		sy-lad@online.no
<b>Sunnhordland</b>				<b>Stavanger</b>			
Vermund Trohjell	53 42 04 42 918 25 257	vermund.trohjell@haugnett.no		Kjell Espedal	51 58 65 89 976 72 610		kjell.espedal@lyse.net
<b>Voss</b>				<b>SOGN OG FJORDANE</b>			
Ragnhild Mølster Lidal	901 18 013	rmlidal@broadpark.no		<b>Indre Sogn</b>			
<b>MØRE OG ROMSDAL</b>				Ivar Nesbø	57 69 53 74 991 569 22		ivarnesboe@hotmail.com
<b>Kristiansund</b>				<b>Nordfjord</b>			
Karl A. Johansen	971 87 545	karl.johansen@nktv.no		Roar Løddøen	57 85 10 52		g-loe@online.no
<b>Molde</b>				<b>SØR-TRØNDELAC</b>			
Bitten Linge	71 25 21 56	bitten.l@online.no		<b>Trondheim</b>			
<b>Ålesund</b>				Annbjørg Ulset Evensen	930 30 739		ul-evens@online.no
Sigurd Dybvik	70 13 37 60 911 07 120	sidy@mimer.no		<b>TELEMARK</b>			
<b>NORDLAND</b>				<b>Telemark</b>			
<b>Midt-Helgeland</b>				Evy Brattland	35 55 78 48 986 72 973		brattlan@online.no
Åse Floa Steinrud	977 17 534	tove@wika.no		<b>TROMS</b>			
<b>Rana</b>				<b>Tromsø</b>			
Tove Lian	75 15 03 02 456 30 948	hel-lia@online.no		Laila Jernsletten	476 010 39		laila@jernsletten.no
<b>Salten</b>				<b>VESTFOLD</b>			
Brynhild Geiring	75 53 93 68 901 701 80	bgeiring@hotmail.com		<b>Larvik</b>			
<b>Vågan</b>				Odd Bjarne Johansen	33 11 12 91 913 99 944		oddbj@online.no
Turid Hansen	992 59 829	turidulvaag@hotmail.com		<b>Sandefjord</b>			
<b>NORD-TRØNDELAC</b>				Kåre Hoel	33 47 54 72 908 034 62		kare.hoel@sfjbb.net
<b>Namsos</b>				<b>Tønsberg</b>			
Bjørn Kvatningen	74 27 33 23 992 66 705			Ole Henrik Røine	900 94 360		oroine@online.no
<b>Steinkjer</b>				<b>ØSTFOLD</b>			
Leif Aune	74 14 36 34 994 34 351	leif.kjetil.aune@ntebb.no		<b>Fredrikstad</b>			
<b>OPPLAND</b>				Ivar Berntsen	69 34 09 89		ivar1935@online.no
<b>Gjøvik</b>				<b>Indre Østfold</b>			
Elin Onsrud	61 19 17 58	tryon@online.no		Randi Frankrig	922 80 706		randi.frankrig@gmail.com
<b>Gudbrandsdal</b>				<b>Moss</b>			
Terje Lindby	61 23 08 50	tromlin@online.no		Unni Roksvåg	69 25 85 44		bjaroks@online.no
				<b>Sarpsborg</b>			
				Ellen-Marie Mikkelsen	69 15 48 87		ellen-mm@online