

# Vi i LOP



Medlemsblad for  
LOP – Landslaget for  
offentlige pensjonister

NR. 1 – 2014 – Årg. 69



# LOP JUBILERER

1939–2014



# Innhold

Lederen har ordet .....	3
Nytt fra sentralstyret .....	4
Møt ny daglig leder i LOP .....	5
Turutvalget .....	6
Pensjonsutvalget .....	9
Helse- og omsorgsutvalget .....	12
Språkproblemer i helsevesenet .....	13
Om i ta og «gi» i politikken .....	14
Suksess for pensjonist med reiseselskap .....	16
Om pensjonsreformene .....	17
Frimos fristelser .....	18
Eldreråd .....	28
Leserinlegg .....	20
Lokallagssider .....	21
Medlemsfordeler .....	28
Sekretariatets side .....	29
Kryssord .....	30
LOP i eldreråd 2011-15 .....	31

## Redaktørens lille hjørne

### Kjære leser,

LOP er fylt 75 år. Feiring av Norges eldste pensjonistorganisasjon blir det på landsmøtet i juni, men lokallagene oppfordres til å bruke milepælen lokalt. Trondheim lokallag fyller 60 mens «Vi i LOP» går i trykken og gratuleres! Det er en prestasjon i seg selv at LOP fremdeles er levende i en tid da mange organisasjoner sliter med oppslutningen. Hovedæren for det har tillitsvalgte som har brukt tid og krefter på organisasjonsarbeid istedenfor å nyte sitt otium – eller kanskje er det nettopp det de har gjort?!

LOP startet som LSP før pensjonistene fra fylker og kommuner kom med. Leder Kjell Helland utdyper dette noe på side 3. Bladet har skiftet navn hele tre ganger – fra «Statspensjonisten» via «SFK-pensjonisten» til dagens «Vi i LOP». Medlemsbladets historie startet i 1946, og bladet er derfor et ekte fredsbarn! I dette nummer starter et samarbeid mellom nettsiden/Facebook og bladet. Noen av artiklene er lagt ut på nett og leserne oppfordres til å debattere temaene som behandles der.

Mye skjer for tiden. Ny daglig leder er ansatt. Turutvalget er på banen med to spennende turtillbud. Det arbeides kontinuerlig med å få forbund til å velge LOP som pensjonistorganisasjon. På agendaen er også flere saker som er viktige for pensjonister. Derfor gjentas at «kjøttvekta» er viktig for den vil bli hørt – husk medlemsverving!

Den beste 75-årsdagen er flere medlemmer!

God verve-vår!

Maj Lindholt, redaktør



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

ISS 1890-3398  
Opplag: 12.000

**REDAKTØR**  
Maj Lindholt  
91 72 77 91  
[tomaholt@start.no](mailto:tomaholt@start.no)

**REDAKSJONSRAÐ**  
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)

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

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

Ole Sandvik  
926 46 269

Redaksjonen avsluttet 27/2.  
Frist for nr. 2-2014 2/5.

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

**SEKRETARIAT**  
Adresse: Stortingsgt. 2,  
0158 Oslo

Daglig leder Karin S. Woldseth  
22 42 22 55  
[post@lop.no](mailto:post@lop.no)

Kontortid: man–fre 09.00–15.00

**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 69  
924 44 478  
[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**  
Anne-Karin Davidsen  
559 35 513  
[adav@broadpark.no](mailto:adav@broadpark.no)

**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**  
Lillian Saxegaard  
944 99 320  
[lillian.saxegaard@gmail.com](mailto:lillian.saxegaard@gmail.com)

**LAYOUT OG TRYKK**  
Mercur-Trykk AS  
[www.mercurtrykk.no](http://www.mercurtrykk.no)

Forsidebilde og illustrasjonsfoto: shutterstock.com



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



Mercur-Trykk er  
godkjent som  
svanemerket bedrift.



# Gratulerer med dagen!

15. februar i 1939 ble LOP etablert som pensjonistforbund. Med andre ord feirer vi i år 75 år. I første omgang var navnet Landslaget for Statspensjonister. Bakgrunnen for etableringen var at i dyrtiden i trettiåra ble pensjonene ikke regulert i samsvar med levekostnadsindeksen, og statspensjonistene merket at de stadig sakk akterut. Dessuten var det stor harme over at de i tillegg til sine 10 prosent til Statens Pensjonskasse, var nødt til å betale inn avgift til Alderstrygden som ble innført i 1936, men som svært få av medlemmene i pensjonskassen fikk nyte godt av. Alderstrygden den gang var nemlig behovsprøvd, og de fleste statspensjonister hadde for høy pensjon. Karl Øldergard, som var lærer, var lagets første leder. Årskontingenten var 2 kroner, og livsvarig medlemskap kostet 20 kroner.

Mye har skjedd siden den gang. I dag organiserer LOP pensjonister fra kommune, fylke og stat. Vi er landets eldste pensjonistorganisasjon. Vi har blitt en landsdekkende organisasjon, med lokallag over hele landet. Vi deltar i drøftinger med regjeringen når det gjelder statsbudsjett og trygdeoppgjør. Vi deltar også aktivt når det gjelder høringer fra de ulike departementene når det gjelder saker av betydning for oss som pensjonister og eldre. Vi har vårt eget medlemsblad med variert stoff, egen nettside og er også på Facebook. Vi er med andre ord en viktig stemme for offentlige pensjonister i det offentlige rom. Landsmøtet i Bergen 13.-15. juni vil derfor

stå i 75 års-jubileets tegn. Et landsmøte som vil bli åpnet av Bergens ordfører og hvor arbeids- og sosialministeren vil være hovedtaler.

## Er dagens pensjonister den nye overklassen?

I den senere tid har det i en rekke aviser både i artikler og innlegg vært forsøkt skapt inntrykk av at dagens pensjonister er den nye overklassen, og at vi surfer på første klasse. Havner vi på eldresenter aksepterer vi ikke noe annet enn suiter med roomservice og velfylt minibar. Vi pantsetter våre verdifulle eiendommer, reiser til Syden og er ikke villig til å overlate noe til den neste generasjon. Vi er med andre ord dessertpensjonister. Det er både trist og beklagelig at ulike aviser gir plass til denne type påstander. Vi opplever også i en del sammenheng at det blir hevdet at vi som eldre/pensjonister kun utgjør en byrde for samfunnet. Vi utgjør en for stor kostnad. Hva bygger så media sin påstand på? I en av hovedstadens tabloidaviser ble det vist til en person som var blitt 62 år og som fortsatt var i fullt arbeid, og som nå hadde valgt å ta ut sin pensjon i tillegg. Vi vil påstå at her hadde ikke vedkommende journalist gjort hjemmeleksa si. Vedkommende person var ikke på noen måte pensjonist, og heller ikke på noen måte representativ for dagens pensjonister. De faktiske forhold er at vi fortsatt har 165 000 minstepensjonister. Disse har fra 12 500 til 13 600 kroner i bruttopensjon pr. måned. I tillegg vet vi at svært mange pensjonister bare har mindre



tilleggspensjoner ved siden av minstepensjonen. Hvorledes en hovedtyngde av våre pensjonister skal ha mulighet til å surfe på første klasse, faller på sin egen urimelighet.

Fortsatt er det dessverre slik at mange pensjonister har mer enn nok med å få det hele til å gå rundt i hverdagen. For pensjonister som har opparbeidet seg en god pensjon kommer det gjerne av at de også har hatt en eller flere tilleggspensjoner som de har betalt inn til i gjerne både 30 og 40 år. Hvorfor skal ikke disse få nyte litt av det de har bygd opp selv gjennom mange år? Jeg vil også minne om at dagens pensjonister deltar i ulikt frivillighetsarbeid over hele landet som årlig utgjør 30-40 milliarder kroner. Vi betaler også fortsatt skatt av vår pensjon. La oss derfor i framtiden slippe denne type vrangforestillinger om oss pensjonister i ulike media. Isteden bør man se på verdien dagens pensjonister har vært med på å bygge opp, og at vi som pensjonister fortsatt tilfører samfunnet verdier som i mange sammenhenger ikke kan måles i kroner alene.

*Kjell Helland, leder*

# Nytt fra sentralstyret

Tekst: Turid Frimo.  
Foto: Maj Lindholt

Hele LOP har hatt en travel tid etter nyttår med årsmøter og programmer for medlemsmøtene framover. Sentralstyret merker aktiviteten gjennom at vi er tilstede på årsmøter, og får oversendt lagenes aktiviteter for 2014.

LOP trenger flere medlemmer. Derfor har vi startet et arbeid med å få flere organisasjoner innenfor Unio-paraplyen til å velge oss som sin pensjonistorganisasjon. Det er sendt ut skriftlig informasjon om LOP. Sentralstyrets medlemmer tar nå kontakt direkte og avtaler møter, slik at vi kan orientere mer om vår organisasjon. Vi håper at dette arbeidet vil ha en positiv virkning.

Språkforståelse i forholdet mellom brukere og utøvere av helsetjenester



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

kan i mange situasjoner være et problem. Dette er spørsmål Helse- og omsorgsutvalget har tatt opp med myndighetene på vegne av sentralstyret. Foreløpig har dette ikke gitt noen resultater om bredere opplæring av helsepersonell, men vi jobber videre med saken og håper å få forståelse for de problemene vi

alle kan stå overfor i et møte med helsetjenesten. Pensjon og pensjonsspørsmål er hele tiden aktuelle saker for LOP, i dette nummeret av "Vi i LOP" har pensjonsutvalget tre artikler om ulike pensjonsspørsmål som gir gode og lettfattelige opplysninger om svært vanskelige spørsmål.



Nye Hyundai i10

## Ny sjarmør på veien

Hyundai i10 Eco-Entry

**kr 133 850,-**

**HYUNDAI** | NEW THINKING. NEW POSSIBILITIES.

Alle våre utvalg jobber på vegne av sentralstyret, dette letter vårt arbeid og gjør det mulig for LOP å være en skikkelig høringsinstans når vi får anledning til det.

Sentralstyret ønsker den nye daglige leder, Karin Ståhl Woldseth, velkommen og ser fram til et godt og positivt samarbeid med henne. Sentralstyret takker Eli Vinje og Ragnhild Meyer for stor innsats og vel utført arbeid som hhv daglig leder og kontormedarbeider i sekretariatet.

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

Få er den her! Les mer på [www.hyundai.no](http://www.hyundai.no)

Innebygd pris levert Oslo/Tranmen inkl. leveringstribeslenger kr 3 300,- i tillegg forbeholder selskapet Oslo/Tranmen, årlig avgift, vederlag og metalldekk kommer tillegg. Sjø- og fabrikkgeometri. For vilkår og betingelser, se [www.hyundai.no](http://www.hyundai.no). Vi tar forbehold om trykktill og endringer. Avbildet modell kan avvike fra tilstede modell. Driftstofforbruk i liter per 100 km: i10 Eco-Entry: 9,4 (0,4) i pr mil. CO<sub>2</sub>-utslipp: 9,4 (0,4) g/km. i10 Eco-Entry: 9,4 (0,4) g/km.

**KONTAKT JØRAN LIEN PÅ BILTREND FOR ET GODT TILBUD. TLF 46842970**



# Møt ny daglig leder i LOP

1. april tiltrådte ny daglig leder i sekretariatet i Stortingsgaten i Oslo. Karin S. Woldseth ble innstilt som nr. 1 av flere gode søkere i sentralstyremøtet i mars, og har akseptert tilbudet med glede og forventning.

Tekst: Maj Lindholt Foto: Privat

Vår nye administrative leder er i full gang med (ulønnet!) opplæring tre uker før tiltredelsen. – Jeg vil gjerne være best mulig forberedt, understreker hun, og følger oppmerksomt med når fungerende daglig leder Eli Vinje og kontormedarbeider Ragnhild Meyer forteller og demonstrerer på skjerm.

Noen «programerklæring» for stillingsutøvelsen er det for tidlig å komme med, men Karin ser det som må ligge i bunn for at organisasjonen skal fungere og ønsker etter hvert å bidra til at LOP blir mer synlig og kjent slik at medlemstallet øker.

Karin framhever to viktige faktorer for å søke på jobben og akseptere tilbudet om stillingen. Hun har vært sterkt engasjert i eldresaker og at pensjonister blir behandlet med respekt på alle områder i samfunnet. Arbeidskapasiteten er stor, sier hun som i likhet med LOP jubilerer i år – men Karin blir bare 60, da.



Daglig leder Karin Woldseth er oppvokst i Oslo og har økonomiutdannelse fra Handelsakademiet samt kurs ved Forsvarets Høyskole. Senere bodde hun i Bergen hvor hun jobbet med økonomi og personalsaker i ca. ti år før hun ble innvalgt på Stortinget for Hordaland i tre perioder til 2013. Her var hun blant annet medlem av Familie-, kultur- og administrasjonskomiteen og Familie- og kulturkomiteen. Karin Woldseth har også bred kommunal- og fylkeskommunal erfaring. Nå får LOP en daglig leder med politisk innsikt og stort engasjement!

## BRA Å KOMME TILBAKE TIL LOP!

I februar kom følgende gla' melding fra Steinar Henriksen: «På årsmøtet i laget vårt, Offentlige Pensjonisters Forening Vesterålen, ble det enstemmig vedtatt innmelding i LOP. Det blir bra å komme tilbake til LOP!»

Vesterålen lokallag meldte seg ut av LOP i 2010 og sentralstyret er svært fornøyd med at forholdene nå ligger til rette for å komme tilbake til organisasjonen.

## 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 HYGGEÅ BO!

## Sydspissen Hotell

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

# EVIG UNDERVEIS!

Escape Travel står på listen over «medlemsfordeler» og LOPs turutvalg satser på byrået for årets første turtilbud. Escape ble grunnlagt og drives av en ekte senior! Bli litt mer kjent med Tove Voss! Reiselivsbransjens Grande Dame!

Tove Voss er nok ukjent utenfor reiselivsbransjen, men i *bransjen* er hun en levende legende! Bare les: 38 år i reiselivsbransjen, hvorav 15 utenfor Norges grenser. Jobbet i Star Tour. Administrerende direktør i Globetrotter. Startet Select ca. 50 år ung og drev selskapet i åtte år. Startet Escape Travel i 2004 etter fylte 60 år – i dag med 26 ansatte. Har i tillegg etablert to datterselskaper, Carpe Diem (singel-reiser) og Iceland Explorer.

## Hodetrim

Tove Voss forstår ikke mas om alder og har ingen planer om pensjonering. Hennes hobby er å reise, og det er også levebrødet. Hobbyen fikk hun i 12-årsalderen da hun var med sine foreldre til Panama. I den familien var mottoet at man skulle ”ut”! Ikke rart at reiselivsbransjens ”Grande Dame” må finne sine egne destinasjoner og ønsker å dele dem med andre.



## Først med elvecruise!

Det var Tove Voss som introduserte elvecruise på det norske markedet, riktignok før markedet var modent for den slags, men er man forut for sin tid, viser det seg at tiden kommer etter! Enhver eventyrer som ikke tiltrekkes av charterreiser til Syden, kan komponere sin egen reise hvor som helst i verden, med god hjelp av Tove og medarbeiderne. Vil man ha skreddersydd pakke med norsk guide, kan hun skaffe det.

Det påstås at Tove er hekta på denne ferieformen, som er en av pilarene i Escape Travel. Hva med å cruise på Mekong? Er det for langt unna, kan du cruise i Europa. – Våre gjester ønsker seg nye horisonter, annerledes opplevelser og personlig service, forteller Tove – som trives best når hun kan levere nettopp det kundene vil ha. Hun mener det er mange nok om beinet når det gjelder charter, og folk ordner billetter selv på internett. Escape satser derfor på litt ”tyngre” produkter, og særlig når

det gjelder Kina og Sør-Amerika trenger folk råd og veiledning.

## Må oppleve det selv først

Tove Voss sender ikke folk til steder hun ikke selv har opplevet. En gang i året til går ferden til ett nytt land. Nå mangler hun bare noen tidligere sovjetrepublikker og øyer i Stillehavet. Hun er bevisst på at folk skal tilbys reisemål som passer for dem og synes hun er heldig som ikke behøver å «prakke» en «vare» på noen.

## Gode råd

– Gode råd til reiselystne? - Det kan være krevende å reise, det krever en innsats. Jeg anbefaler alle å orientere seg om pengesystemet, og utstyre seg med et godt kart. Jeg kan jo forstå at mange mennesker velger hytta si år etter år, det er deilig å reise til et sted man kjenner godt. Men selv vil jeg helst oppleve noe nytt. Mitt fokus er mest på alt jeg ikke har sett. Det er stadig mer å oppdage. Og kommer jeg til et nytt sted, da plukker jeg brosjyrer, mange flyplasser har turistkontor, jeg stikker alltid innom! Det kan også være lurt å vurdere hvor mye du skal være på hotellet. Jo lengere opphold dess bedre hotell anbefaler jeg, og det du sparer på å bo rimelig utenfor byer, det bruker du opp på taxi. Man sparer tid på å bo sentralt, og er standarden enklere enn det du er vant til kan det fort bli et irritasjonsmoment.

*(Utdrag av et intervju ved Trine Lise Sell for «Glad i mat»)*

***NOR DIESEL A.S***  
LEVERANDØR AV ALT TIL BILEN  
OG INDUSTRIEN

- Diesel-, skips- og bilelektrisk spesialverksted
- Autorisert Bilverksted  
**BOSCH Servicesenter**

Stakkevollvn. 69 • 9292 Tromsø  
Tlf. sentralbord 77 61 56 00  
Verksted 77 61 56 09  
Se våre hjemmesider:  
[www.nordiesel.no](http://www.nordiesel.no)



# Elvecruise på Rhinen med LOP

Sveits, Frankrike, Tyskland og Nederland

En uke – fire land på en av verdens mest romantiske vannveier. La deg trollbinde av bølgende vinmarker og gamle ridderborger og nyt synet av den imponerende katedralen i Köln. Opplev vakre Rhindalen og smak på utsøkte dråper i den gamle vinbyen Rudesheim. Kjenn på følelsen av historisk sus og sjarm i Strasbourg, Heidelberg og Koblenz. Og avslutt reisen med kanalcruise i Amsterdam. Inntrykkene er mange – akkurat slik det skal være på et elvecruise.

**21.–28. september 2014**

Nedre dekk	kr 13 920
Midtre dekk	kr 14 980
Øvre dekk	kr 16 070

*Pris pr. pers. i delt dbl. lugar  
Dbl. lugar brukt som enkeltlugar,  
på forespørsel.*

**Prisen inkluderer:**

- Fly Oslo-Basel/Amsterdam-Oslo
- Flyskatter og havneavgifter
- 7 netters cruise på valgt dekk
- Helpensjon om bord
- 5 utflukter iht. program
- Transport mellom flyplass og skip
- Engelsktalende guide på utfluktene
- Norsk reiseleder fra Escape



Påmelding innen 23. april til [info@escape.no](mailto:info@escape.no) eller ring 22 01 71 71. Pass på å oppgi at du er LOP-medlem.

[www.escape.no](http://www.escape.no)  
tlf. 22 01 71 71 • [info@escape.no](mailto:info@escape.no)



**escape**  
TRAVEL



# Julemarkeds- tur til Berlin!

Foto: [shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)

**Berlin er en reise verdt – til alle årets tider. Berlin har mer å by på enn de fleste av Europas store byer – både på godt og vondt. I dag har byen reist seg igjen som en fugl Fønix fra asken. Siden Muren falt for 25 år siden, er den todelte byen transformert både politisk og bygningsmessig. I den tidligere «dødssonen» gjennom byen er nye byggverk reist og paradegaten Unter den Linden syder igjen av liv. Stormagasiner har flyttet inn i Friedrichstrasse som var preget av krigsruiner fram til slutten av 80-tallet.**

Mot årets slutt domineres Berlin av julemarkedene – fra Alexanderplatz i øst via Gendarmenmarkt til Kaiser Wilhelm Gedächtniskirche i vest. Da dufter Berlin av bratwurst, currywurst og frankfurtere, av øl og glühwein og i bodene kan det meste kjøpes – fra julepynt og skjerf til oster og smykker.

LOPs turutvalg arrangerer en tur til Berlin med **avreise fredag 28. november og retur onsdag 3. desember**. Turutvalget står som ansvarlig arrangør. Prisen, som



Julemarked ved  
Alexanderplatz i Berlin.

baseres på selvkost, er foreløpig beregnet til ca. kr 6.250 pr. person i dobbeltrom og ca. kr 7.500 for enkeltrom. Prisen inkluderer flyreise t/r Gardermoen-Berlin Tegel, transfer flyplass/hotell, hotell m/stor frokostbuffet, fem middager, sightseeing og fellestransport under oppholdet.

Vi bor på et firestjerners hotell sentralt i tidligere Øst-Berlin, ikke langt fra Unter den Linden. Programmet, som ikke er klart i detalj i det Vi i LOP går i trykken, inkluderer julemarkeder, sightseeingtur med buss, besøk ved Stasi-museet og DDR-museet i tidligere Øst-Berlin, tur til Kaiser Wilhelm Gedächtniskirche, Europazentrum og KaDeWe. De velkjente historiske stedene og moderne byggverkene i

Berlin (Brandenburger Tor, Riksdagen, Holocaustminnesmerket, Potsdamer Platz, Checkpoint Charlie, rester av Muren, terror-museet der Gestapohovedkvarteret lå m.v.) besøkes gjennom gatevandring. **Det er derfor en forutsetning at deltakerne er rimelig bra til bens.** Berlin har mye å by på for enhver smak, bl.a. imponerende museer, og programmet vil gi anledning til utforskning på egen hånd.

#### **Påmelding og informasjon:**

Antall deltakere er begrenset til 25. Ved overtegning vil «først til Berlin» gjelde! Frist for foreløpig påmelding og melding om dobbelt- eller enkeltrom til turutvalgets leder, Lillian Saxegaard, [lillian.saxegaard@gmail.com](mailto:lillian.saxegaard@gmail.com), er **30. april**.



## Planlegger dere ny tur?

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



Vi har reiseledere som kan være med!



Personlig oppfølging



Best på pris!



Tur med buss, fly eller båt? Dere bestemmer



**DAG AASBØ**  
TRAVEL



@ [post@dagaasbo.no](mailto:post@dagaasbo.no)

👍 [www.dagaasbo.no](http://www.dagaasbo.no)

📞 37 15 70 31

📘 [facebook.com/dagaasbotravel](https://facebook.com/dagaasbotravel)





# Svekkelse av alderspensjonen for uførepensjonister

Stortingskomiteen har ferdigbehandlet endringer i lov om Statens pensjonskasse hva gjelder uførepensjonister.

Av Hans Erik Pettersen, leder av Pensjonsutvalget

Flertallet legger til grunn at endringene også vil gjøres gjeldende for andre offentlige pensjonsordninger, mens de rødgrønne partiene viser til at det for eksempel i kommunal sektor er tariff-festede ordninger og dermed gjenstand for forhandlinger.

Som "gammel forhandlingssjef" som deltok i forhandlingene om de offentlige tjenestepensjonene i 2009, har det overrasket meg at arbeidstakerorganisasjonene har akseptert en lovprosess med drøftinger i stedet for forhandlinger. Så nådde de da heller ikke fram i den prosessen det ble. Jeg ble særlig overrasket fordi spørsmålet om forhandlingsrettigheter med hensyn til pensjon er et brennbar tema i privat sektor der LO presser på for forhandlingsretten.

Arbeidstakerorganisasjonene ville ha forbedringer i vilkårene for offentlige uførepensjonister. LOP støttet i hovedsak dette i sin høringsuttalelse.

Stortingskomiteen hadde en høring der LOP deltok med undertegnede som talsmann. Vi konsentrerte oss om foreslåtte endringer i alderspensjonen for de som har vært uføre.

Departementet foreslo at overgangen fra uførepensjonist til alderspensjonist for de med aldersgrense 70 år, blir endret fra 70 til 67 år. Dette aksepterer LOP. Men departementet vil samtidig endre opptjeningen i tjenestepensjonen slik at opptjeningen stopper ved 67 år og ikke blir regnet fram til 70 år som i dag.

Dette betyr at opptjeningstiden blir redusert med tre år, noe som vil redusere alderspensjonen for alle de som ved 67 år ikke har full opptjening, 30 år.

I verste fall kan det bety en reduksjon på tre tredelte-deler eller 10 prosent. Dette er en kraftig innstramming for de det berører. KLP anslår at totalt vil ca. 10 prosent bli berørt av innstrammingen i kommunesektoren, hvor mange som får den kraftigste reduksjonen er vi ikke kjent med. Dette vil først og fremst ramme de kvinnegenerasjonene som nå nærmer seg alderspensjon.

Fødselspermisjonen den gang var tre måneder og barnehager var ikke utbygd i særlig omfang. Derfor var det utstrakt bruk av ulønnet permisjon, deltidsarbeid og ulønnet arbeid hjemme i periodene med små barn.

Uførepensjonister kan i prinsippet heller ikke motvirke manglende opptjening i tjenestepensjonen ved ytterligere arbeid, noe yrkesaktive kan. Departementets argumentasjon er derfor i utgangspunktet feil når det argumenterer ut fra gjennomsnittlig overgang til alderspensjon. Uføre har hatt en nominell inntekt på om lag to tredjedel av pensjonsgrunnlaget for overgang, altså relativt lavere

inntekt enn om de var yrkesaktive. LOP ser ingen grunn til den innstramningen som er foreslått.

LOP kan ikke se at det er noen tekniske vansker med en overgang ved 67 år og en tjenestetidsberegning fram til 70 år. Vi ba komiteen sørge for at så skjer.

LOP var på linje med arbeidstakerorganisasjonene i dette spørsmålet. Vi fikk ikke gjennomslag i komiteen. I en særmerknad fra de rødgrønne partiene ble det vist til at de som har vært uføre foreløpig får halv levealdersjustering ved overgang til alderspensjon.

I proposisjonen ble halv levealdersjustering for uføre ikke omtalt. Dette gjelder foreløpig i hvert fall for uføretrygdede i folketrygden, men vil det også gjelde for uføredelen fra de offentlige tjenestepensjonene? Det siste tok vi opp med komiteen. Vi fikk ingen avklaring utover særmerknaden fra de rødgrønne.

*Endringene for uførepensjonistene vil bli iverksatt fra 1. januar 2015.*

## Vil du bli spesialrådgiver i pensjonsspørsmål?

**Gratis rådgivning i pensjonsspørsmål er en populær medlemsfordel for våre medlemmer.**

LOPs spesialrådgiver slutter 1. juli etter flere års flott innsats, og hennes etterfølger søkes. Spesialrådgiveren samarbeider med Pensjonsutvalget. Lønn etter avtale.

Spørsmål om og interesse for stillingen rettes til styreleder Kjell Helland, epost [kedhella@online.no](mailto:kedhella@online.no) eller mobil 975 95 484 **innen 1. juni.**



# Redusert avkortning av pensjon for gifte og samboende

I et av punktene i regjeringserklæringen fra Sundvollen heter det: "Regjeringen vil redusere avkortningen av pensjon for gifte og samboende pensjonister fra 15 til 10 prosent". Det er så langt ikke kommet noe konkret forslag om dette.

Tekst: **Jan Mønnesland**, medlem av Pensjonsutvalget

Dagens folketrygd består av grunnpensjon og tilleggspensjon. Grunnpensjonen er 1G for ugifte og 0,85G for gifte/samboere. Den sistnevnte satsen vil en øke til 0,9G.

Minstepensjonen er normalt på 1,85G for gifte/samboere og 2G for enslige. Økt grunnpensjon vil her nulles ut om ikke minstepensjonen økes tilsvarende, dvs. fra 1,85G til 1,9G for gifte/samboere. Regjeringserklæringen må tolkes som at en vil foreta en slik økning.

## Effekter for dagens folketrygd

En økning i grunnpensjonen på 0,05G med tilsvarende økning i minstepensjonen vil gi gifte/samboere økt utbetaling fra folketrygden med 0,05G uansett pensjonsinntekt. Grunnpensjonen er en del av samlet utbetaling uansett hvor mye tilleggspensjon en har.

Jo senere en er født jo mer blir pensjonen levealdersjustert. Det gjelder også økningen på 0,05G. Tar en ut alderspensjon ved alder 67 år i 2014 vil økningen på 0,05 G gi en økning etter justering på 0,04902G.

## Effekter for dagens tjenestepensjon

Offentlig tjenestepensjon er en bruttopensjon på 66 prosent av sluttlønn ved full opptjening. Pensjonen samordnes med folketrygden slik at en etter samordningen sitter igjen med en samordningsgevinst. Bruttopenpensjonen er lik uansett sivilstand. Samordningen blir imidlertid påvirket av folketrygdens satser for grunnpensjonen.

For lave inntekter kan folketrygdens ytelser bli høyere enn bruttopensjonen. Da vil en beholde folketrygdens ytelse fullt ut, og virkningen av økt grunnpensjon for gifte/samboere blir som beskrevet ovenfor.

Samordningen med folketrygden skjer ved at bruttopensjonen avkortes fullt ut mot folketrygdens tilleggspensjon og/eller sært tillegg. Grunnpensjonen avkortes med 0,75G.

Ugifte får dermed en samordningsgevinst på  $(1G - 0,75G) = 0,25G$ , mens gifte/samboere får en samordningsgevinst på  $(0,85G - 0,75G) = 0,10G$ . Økes grunnpensjonen for gifte/samboere til 0,9G vil samordningsgevinsten øke til 0,15G. Også for deltidsansatte vil økningen i grunnbeløpet gi tilsvarende økning i samordningsgevinsten.

Økt grunnbeløp med 0,05G for gifte/samboere vil dermed gi tilsvarende økning i samlet pensjon for offentlige pensjonister, regnet før levealdersjustering. Det gjelder uansett hvor høy pensjonen er i utgangspunktet.

## Virkninger ved ny opptjening i folketrygden

Ny opptjening i folketrygden iverksettes gradvis fra 1954-kullet av. 1954-kullet får 9/10 av pensjonen beregnet etter gamle og 1/10 beregnet etter nye regler, så nedtrappes gamle regler mens nye regler opptrappes med 1/10 per årskull. Første årskull som får hele opptjeningen etter nye regler blir 1963-kullet.

Oppdelingen i tilleggspensjon og grunnpensjon blir borte med ny

opptjening. Inntekts-pensjonen er uavhengig av sivilstand. Minstepensjonen endrer navn til garantipensjon og beholder skillet mellom ugifte og gifte/samboere. Satsene tilsvarende dagens minstepensjon: for gifte/samboere 1,85G og for ugifte 2G. Det er rimelig å tolke regjeringserklæringen slik at garantipensjonen for gifte/samboere skal økes fra 1,85G til 1,9G før levealdersjustering.

Garantipensjonen avkortes mot 80 prosent av inntektspensjonen. Det gjør at en vil beholde en del av garantipensjonen også når samlet folketrygd havner på et noe høyere nivå. Skal en ha full garantipensjon forutsetter det null i pensjonsgivende inntekt fra en er 13 år. Det er bare aktuelt for en forsvinnende liten gruppe pensjonister.

Jo sterkere avkortning, jo svakere blir effekten av at full garantipensjon økes med 0,05G for gifte/samboere. Garantipensjonen, og dermed effekten av en økning på 0,05G, vil være halvert med en snittinntekt over 40 år på 182.700 kroner ved dagens G-verdi.

## Virkninger for offentlige pensjonister ved ny opptjeningsmodell i folketrygden

Dagens samordning av offentlig tjenestepensjon med folketrygden er tilpasset dagens opptjeningsmodell. Forhandlingsprotokollen fra 2009 sier at offentlig tjenestepensjon skal være en bruttomodell. Det må da lages nye samordningsregler tilpasset ny opptjeningsmodell i folketrygden. Slike nye regler er så langt ikke laget.



Ut over garantipensjonen har ny folketrygd ingen gradering etter sivilstand. Dersom nye samordningsregler viderefører skillet etter sivilstand vil det neppe gjelde ut over samordning med garantipensjonen. Selv en slik videreføring er i høyeste grad usikker.

Det er bare for de med aller lavest inntekt at en kan tenke seg en effekt for offentlige tjenstepensjonister av økt garantipensjon for gifte/samboere. Utfallet kan godt bli slik at ingen får merke noen slik effekt.

### En sak for trygdeoppjøret?

Det kan tenkes at forslaget om økt grunnpensjon for gifte/samboere tas opp i trygdeoppjøret enten i år eller senere.

Da minstepensjonen ble økt til 2 G for ugifte og 1,85 G for gifte/samboere ble dette i trygdeoppjøret motregnet mot G-reguleringen. Organisasjonene protesterte mot en slik motregning og krevde at slikt ikke måtte gjenta seg.

Det vil være meget skadelig om en nå skulle få en ny runde med motregning av økt grunnpensjon for gifte/samboere. Effekten av en slik økning vil være av kort varighet, den blir så godt som borte ved innføringen av ny opptjeningsmodell i folketrygden. En eventuell motregning mot G-reguleringen vil derimot ha varig negativ effekt.

Det er positivt om regjeringen gjennomfører sitt løfte fra regjeringserklæringen. Det må da skje ved full statsfinansiering. Ethvert forsøk på å avregne et slikt tiltak i trygdeoppjøret bør en motsette seg.

Støtt våre annonsører!

Vi i **LOP**

# Norske pensjonister bosatt i utlandet – skatteregler

Tekst: Elen Lein, medlem av Pensjonsutvalget

## Utflytting - regler

Etter skattelovens § 2-1 tredje – sjette ledd gjelder følgende bestemmelser ved utflytting fra Norge (oppsummert slik i brev fra Skatteetaten til pensjonist i 2010):

*For at skattemessig bosted i Norge skal opphøre ved utflytting må skattyter godtgjøre*

- at han har tatt fast opphold i utlandet,
- at han ikke oppholdt seg i Norge i en eller flere perioder som overstiger 61 dager i inntektsåret, og
- at han eller hans nærstående (ektefelle, samboer, barn) ikke disponerer bolig i Norge.

*Har han bodd mindre enn 10 år i Norge før det inntektsåret han tar fast opphold i utlandet, opphører skattemessig bosted i Norge i det inntektsåret samtlige av disse tre vilkårene er oppfylt.*

*Har han bodd i Norge i til sammen 10 år eller mer før det inntektsåret han tar fast opphold i utlandet kan det skattemessige bosted i Norge først opphøre etter utløpet av det tredje inntektsåret etter det året han tok fast opphold i utlandet. Da må kravene til opphold og bolig som er nevnt ovenfor, være oppfylt i hvert av de tre inntektsårene etter at han tok fast opphold i utlandet.*

*For personer som har bodd i Norge i 10 år eller mer, medfører dette at en person som flytter til utlandet i 2010, vil være skattemessig bosatt i Norge minst til og med inntektsåret 2013.*

## Kildeskatt til Norge - regler

De nye reglene om kildeskatt som ble innført i 2010, gjelder for en utflytter først fra det tidspunkt da skatteplikten til Norge som bosatt er opphørt.

Kildeskatten når den inntreer er 15 prosent av brutto pensjon og omfatter:

- Grunn- og tilleggspensjon fra folketrygden
- Offentlige tjenstepensjoner
- Private tjenstepensjoner
- Andre private pensjoner

Skatten til Norge kan være enten kildeskatt eller vanlig norsk skatt.

## Flytteplaner til annet land?

Har du som pensjonist planer om utflytting til et annet land, er det viktig og sette seg inn i regelverket før ev flytting. Det er fornuftig å ta kontakt med Skatteetaten i Norge for å få informasjon om skatteavtaler med aktuelt land – for disse avtalene kan variere en god del.

Samtidig bør en før utflytting sette seg inn i regler for muligheten for pensjonister til å fortsette å være frivillig medlem i folketrygdens helsedel og betale norsk trygdeavgift på 4,7 prosent pluss en avgift på 2,3 prosent til NAV internasjonalt. Skatteetaten har brosjyrer og nærmere informasjon finnes på [www.skatteetaten.no](http://www.skatteetaten.no).

# Refusjon av tannbehandling hos eldre

Av **Ove Kr. Mjølnerød**, leder i Helse- og omsorgsutvalget

Gratis tannbehandling blir gitt til eldre, uføre og kronisk syke som oppholder seg i somatisk/psykiatrisk institusjon som sykehjem, aldershjem og sykehus. Forutsetningen for gratis nødvendig tannbehandling på offentlig tannklinik er at oppholdet vil vare ut over tre måneder. Kun akutt hjelp dersom oppholdet er kortere.

Det samme gjelder for pasienter som mottar hjemmebaserte somatiske/psykiatriske tjenester i åpen omsorg på grunnlag av vedtak etter Kommunehelsetjenesteloven. Forutsetningen er at hjelpen gis minst en gang i uken og forventet varighet ut over tre måneder. Praktisk hjelp etter lov om sosiale tjenester gir ikke rett til gratis tannbehandling.

Det samme tilbudet gjelder også personer i pleie av pårørende. Behovet må attesteres av lege og vare ut over 3 måneder. Det er en forutsetning at brukeren ikke mottar lønn, sykepenger eller arbeidsavklaringspenger.

## **Forandringer i statsbudsjettet som har betydning for oss eldre**

I forbindelse med at fradragsordningen for store sykdomsutgifter bortfalt, ble det i statsbudsjettet for 2014 innført en ny stønadsordning med 30 mill. kr til behandling med implantatfestede proteser for personer uten egne tenner i underkjeven og 10 mill. kr til tannhelsehjelp til personer med medisinske sykdommer eller lidelser, og som har store tannhelseproblemer.



Forslaget til bevilgning for 2014 økes med 55 mill. kr som fordeler seg slik: 15 mill. kr til økning av stønad til tannløse. Av disse går 10 mill. kr til behandling med implantatfestede proteser i underkjeven for personer uten egne tenner i underkjeven. Dette forslaget innebærer refusjon på 75 prosent av honorartakst. Det foreslås også å øke refusjonen til 100 prosent. I beløp utgjør det ca. kr 10.000 per person. 5 mill. kr til nødvendig behandling med ny protese i overkjeven for dem som er helt eller delvis tannløse i den. Kostnadsoverslaget er lavere fordi det ikke krever implantatforankring.

Videre er der foreslått 20 mill. kr til økning av stønad til tannbehandling ved munntørrehet ut over de 10 mill. kr til stønad for tannbehandling hos personer med medisinske sykdommer.

## **Munntørrehet**

Munntørrehet er mer omfattende enn hva man har vært klar over og kan enkelt diagnostiseres av tannlegen. Personer med omfattende

munntørrehet kan i dag få stønad fra folketrygden dersom munntørreheten skyldes enten sykdom, aldring eller bivirkning ved bruk av legemidler. Munntørrehet er ofte noe den enkelte selv ikke kan hindre. For mange medfører munntørrehet ekstra utvikling av karies og økt behov for tannbehandling, samt plager med å spise og snakke. Stønaden i dag er imidlertid begrenset til om lag 50-75 prosent av honorartakst, avhengig av type behandling. Den foreslåtte økning med 20 mill. kr gjør det mulig å øke denne til 70- 80 prosent av honorartakst.

## **Avvikling av gratis helsekontroll for eldre over 75 år**

Avviklingen av ordning med økonomisk stønad til tannhelsekontroll for eldre over 75 år fra 1. januar 2014 gir en årlig besparelse på 80 mill. kr. Gratis helsekontroll hvert annet år for eldre over 75 år ble innført 1. juli 2013. Formålet var å sikre regelmessig tannhelsekontroll hos eldre, for å forhindre uheldig og uverdigg forfall av tannhelsen. Mange eldre har et etablert mønster for å oppsøke tannhelsetjenesten regelmessig. Det er imidlertid behandlingen og ikke undersøkelsen som utgjør de største utgiftene for den enkelte. Det er dessuten sannsynlig at mange over 75 år får stønad til tannbehandling på grunnlag av medisinske tilstander eller lidelser, eller på grunn av tannhelsesykdommer eller skader. Stønaden til disse pasienter er styrket med 100 mill. kr og kommer i tillegg til de 10 mill. kr som foreslått i budsjettet.



**LOP stilte følgende krav i drøftingsmøte om statsbudsjettet 2015**

«LOP har merket seg regjeringens syn hva gjelder tannhelse. Vi er glad for at den vil videreføre støtten når det gjelder sykehjemsbeboere, og at den også vurderer å utvide tilbudet til andre pasientgrupper som opplever store tannhelseproblemer. Likeledes at man ønsker å innføre bedre skjermingsordninger innen tannhelse for personer med lave inntekter og høye behandlingsutgifter. LOP tolker regjeringens syn dithen at de erkjenner at tennene er en del av kroppen. LOP har ved en rekke anledninger gitt uttrykk for at man bør kunne dekke tannutgiftene for eldre over 67 år. Vi ser for oss en ordning lik fastlegeordningen i dag. Som en start vil vi derfor foreslå at regjeringen innfører en egenandel for eldre over 67 år på f.eks. kr 3.000, og at den enkeltes utgifter utover dette beløpet dekkes over folketrygden.»

I dagens situasjon hvor kostnadene til omfattende tannbehandling er kostbar, kan omleggingen av stønadsordning virke fornuftig. Det er ganske mange som reiser utenlands for å få billigere tannbehandling. Vi mister imidlertid kontrollen med de personer som ikke har et etablert et mønster med regelmessig tannhelsekontroll. Det er disse personene som står i fare for å utvikle alvorlige tannhelseproblemer. Da kan det hende at utgiftene kan bli store. Dette kan føre til en ugunstig utvikling som Helse- og omsorgsutvalget i LOP bør følge med i.

## Språkproblemer i helsevesenet

Resolusjonen er enstemmig vedtatt på årsmøte i LOP Bergen og omland 28. januar

I de siste årene er det ansatt mange utenlandske helsearbeidere i Norge. Norsk-kunnskapene deres er ofte lite tilfredsstillende. Det er ikke uproblematisk at en i mange yrker hvor kommunikasjon er viktig, kan oppleve at språkbarrierer kan komme i veien for at informasjon når frem. Det finnes dessverre eksempler på at helsepersonale manglende norsk-kunnskaper har fått fatale følger. Å overvinne språkbarrierer i offentlige etater er helt nødvendig for at etatene skal fungere godt. Arbeidsgiver skal sørge for at den de ansetter, har de rette kvalifikasjonene til å kunne utføre arbeidsoppgavene. I dette ligger også en plikt



til å påse at personalet har tilstrekkelige norsk-kunnskaper. Personalansvaret på dette området er ofte plassert hos avdelingslege eller avdelingssykepleier. Disse har sjelden en god formell utdanning i norsk. Helsedirektoratet har gitt ut en rettleiding om bl.a. krav til språkferdighet og kommunikasjons-evne for stillingen. På dette området er veiledningen altfor svak. Kravene til språkferdighet og kommunikasjonsevne må revideres. Ferdigheten i norsk hos de ansatte må heves. Personer med god formell norsk-kunnskap må gjennomføre testingen. Kravene må gjelde i samtlige fylker og kommuner, og dette må de kunne samarbeide om.

*Hva mener du? Si din mening på [www.facebook.com/LandslagetOffentligePensjonister](http://www.facebook.com/LandslagetOffentligePensjonister)*

## GRUPPETURER

**Vollan Travel arrangerer turer med nytelse og gode opplevelser til reisemål i Tsjekia, Ungarn og Slovakia. Daglig leder er selv med som reiseleder på turene.**



**Vollan Travel har fokus på:**

- Kulturelt program
- Historiske byer
- Gode spisesteder med lokal atmosfære
- Hoteller av god kvalitet og sentral beliggenhet
- Komfortabel transport
- Mulighet for SPA og velvære
- Tid til egen aktivitet

Tel.: 90 77 90 64 – [pv@vollantravel.no](mailto:pv@vollantravel.no)  
[www.vollantravel.no](http://www.vollantravel.no)



# Om å ta og "gi" i politikken

En ytring ved **Gunda Falao Sparre**, leder av LOP Bergen og omland

I Norge har vi et godt offentlig helsevesen, og vi har en folketrygdlov som gir oss rettigheter til ytelser ved sykdom og skade. Vi blir jevnlig minnet om hvor viktig det er at vi som enkeltpersoner forebygger sykdom hos oss selv. Men skulle vi bli syke, eller oppdage tegn til at noe er i veien, eller bare ønske en sjekk for å kontrollere at alt er som det skal, så er det ordnet slik at økonomien vår ikke skal være til hinder for å oppsøke lege. Vi betaler bare en liten egenandel ved legebesøk; mye mindre enn det egentlig koster. Og er helsesituasjonen vår slik at vi må oppsøke lege flere ganger i løpet av et år, så er det satt et tak for hvor mye vi årlig skal måtte betale i egenandel.

Men slik er det ikke dersom det er tennene vi ønsker kontrollert og/eller behandlet. Da eksisterer ikke begrepet egenandel; vi må betale fullt ut hva kontrollen koster, og også for eventuell behandling, enten det er en vanlig boring eller mer avanserte ting som broer og løse tenner på stift. (Bor du i institusjon eller har hatt hjemmehjelp i mer enn tre måneder, så er det egne regler.) Det er mange, og ikke bare eldre, som har vanskelig for å forstå denne forskjellen i regelverket mellom tannhelsetjenester og andre helsetjenester. Spesielt er mange eldre opptatt av denne saken, og deres interesseorganisasjoner har i flere år arbeidet for å få også tannlegebesøk inn under ordningen med egenandel. For det er et faktum at det er når vi blir eldre at vi merker at både kropp og tenner ikke er i samme forfatning som da vi var unge. Og det er også et faktum at de medisinerne legen foreskriver at vi skal innta, kan tære på tennene og dermed føre til dårligere tannhelse.

I 2013 så det ut for at regjering og storting ønsket å begynne likestillin-

gen av refusjon mellom legebesøk og tannlegebesøk. I budsjettforslaget til regjeringen Stoltenberg var det lagt inn følgende bestemmelse (Rundskriv I-3/2013 fra Helse- og omsorgsdepartementet): "Fra 1. juli (2014) innføres stønad til tanundersøkelse hos tannleger for personer 75 år og eldre (stønad på 800 kroner til tannhelseundersøkelse)." Vi var mange som håpet at denne bestemmelsen skulle være begynnelsen på veien til likestilte ordninger for tannhelsetjenester og andre helsetjenester.



Men ordningen ble aldri satt ut i live, for den nye regjeringen og det nye stortinget etter valget i september 2013 ville det annerledes. Bestemmelsen opphørte fra 1/1-2014, noe Helse- og omsorgsdepartementet gjorde oppmerksom på i rundskriv I-8/2013, datert 16. desember 2013: "Fra 1. januar 2014 oppheves stønadsordningen til tannhelseundersøkelse hos tannlege for personer 75 år og eldre." Isteden innførte den nye regjeringen med tilslutning fra det nye stortinget en ny kategori i listen over hvilke konsekvenser av tannsykdommer som det kan søkes om stønad til å behandle. Den nye kategorien gjelder behandling med implantat etter sakkyndig faglig vurdering, eller slik det sies i proposjonen: "dekning av utgifter til behandling med omplantatforankret dekkprotese til personer som er tannløse i under-

kjeven og som på grunn av slag, allmennsykdommer, anatomi eller andre forhold ikke er i stand til å kunne bruke løstsittende protese". I klartekst: dersom du ikke kan bruke vanlig gebiss (løstsittende protese), så kan du – etter sakkyndig vurdering – være kvalifisert for stønad.

Det er satt av 30 mill. kroner til formålet i 2014. Dette er naturligvis gledelig for de som kommer inn under bestemmelsen. I proposisjonen (IS (2013-2014) anslås det at ca. 5.000 personer på landsbasis vil være kvalifisert, og at man innenfor beløpet som er avsatt, kan få behandlet ca. 1.000 personer i 2014. Når det gjelder fremtiden, uttrykker proposisjonen seg slik: "Antall personer uten egne tenner i underkjeven vil avta over tid. Utgiftene reduseres derfor etter noen år."

Den vanligste årsaken til at vi mister tennene, er en tannkjøtt sykdom som heter periodontitt og som fører til at tennene løsner og i de alvorligste tilfellene faller ut slik at man kan bli tannløs. Det settes da inn gebiss, eller der hvor det ikke går, implantat. Implantat vil si at det bores inn titanskruer i kjeven. Skruene gror fast og erstatter tannrøttene. Dernest settes det nye kunstige tenner på de fastgrodde skruene.

I et PULS-program i NRK i 2010 utalte fagleder for avd. for periodontitt ved Universitetet i Oslo, Bjørn Frode Hansen, at 75 prosent av befolkningen vil få denne tannsykdommen i lettere eller alvorligere grad. Han sa videre at *det er svært vanskelig å oppdage symptomer selv*, og han understreker at det derfor er **viktig med tidlig diagnose** for å kunne sette inn tiltak som kan hindre forverring. *Det vil med andre ord si at det er viktig å gå til tannlegen med jevne mellomrom for å kontrollere om alt er som det skal.*





Etter mange år med mye reising i Øst-Europa i lederstilling i industrien bestemte Per Vollan seg for å dele med andre mange av de fine opplevelsene, hyggelige reiseminne og stedene han hadde besøkt der. Det fikk han på ideen om å starte et eget reiseselskap.

Tekst: May-Brith Brekke

I overgangen mellom jobb og pensjonistliv varer ble det lille nisjeselskapet Vollan Travel a.s. etablert i 2010. Første reiseåret 2011 ble en knallsuksess med full-bookede turer til Znojmo og Cesky Krumlov i Tsjekkia. Året etter utvidet han med vårstemning og julemarkedstur til Budapest i Ungarn. Neste år står nye reisemål for tur. Hele tiden har han dessuten arrangert skreddersydde turer for bedrifter, foreninger og lignende.

Vi besøker Per Vollan (67) og hans kone Anne Marie (61) i deres hjem som også er kontor for Vollan Travel a.s. på Grønli i Porsgrunn og spør:

### **Hva var selve drivkraften for å starte opp et eget reiseselskap da du ble pensjonist, Per Vollan?**

Det var ikke for å bli rik - det kan jeg forsikre deg. Det var først og fremst et ønske om å leve et aktivt og meningsfylt liv når jeg ble pensjonist. Dessuten ville jeg så gjerne prøve å få folk i Norge til å oppleve noen av kvalitene i de østeuropeiske landene. Min kone som ofte har vært med tidligere og jeg er blitt så inntatt i mange av de fortryllende gamle byene utenfor allfarvei, med trange gater og torg, fantastiske gamle hus og slott, deilig mat og drikke og sist, men ikke minst alle de hyggelige menneskene. Så det var rett og slett et ønske om å dele fine opplevelser med familie, venner og andre som vil være med oss. Reisemål har til nå vært historiske byer (UNESCO-byer) i Tsjekkia, Slovakia og Ungarn. Hvor de har



## Suksess for pensjonist med reiseselskap

teater-, vin/øl- og internasjonale musikkfestivaler på høyt plan.

På de åpne turene begynner og slutter reisen på Gardemoen. Vi har hyret inn transport fra anerkjente og utprøvde selskaper. Vi har hyret hotell ikke lavere enn 4 stjerner med sentral beliggenhet og de hotellene vi benytter oss av har vi dessuten på forhånd besøkt og testet kvaliteten på alle plan så langt det er mulig. Det samme gjelder restauranter vi besøker med matnytelser samt øl/vin, omvisninger og andre arrangementer.

Jeg er med på alle turer og min kone Anne Marie som er sykepleier er med som en del av konseptet og uten tillegg i prisen. Alle turene våre er normalt for ca. 20 personer og tar normalt 4-5 dager. Mat og drikke til måltider inngår i prisen. Det samme gjelder også inngangsbilletter til forestillinger, festivaler og omvisninger - så nærmest "All inclusive".

Vi arrangerer også skreddersydde turer for små/mellomstore lokale og sentrale foreninger, vennegjenger og firmaer til steder i Øst-Europa som vi kjenner. Det har til nå vært svært vellykket.

### **Dersom en forening vil arrangere en tur hvordan går de da frem?**

Da er de velkomne til å henvende seg til meg gjerne pr. tlf. 907 79 064 og fortelle hva de ønsker. Jeg setter da opp forslag til tur med pristilbud. Dersom tilbudet er interessant, kan vi møtes for å tilpasse turen nærmere etter ønsker.

### **Hvor gikk siste turen og hva skjer videre?**

Vi var i begynnelsen av desember i Budapest, Ungarn. Vi bodde i på Hotell Gellert med adgang til hotellets berømte badeanlegg og utsikt over Donau, dro på sightseeing med buss, besøkte det tradisjonsrike julemarkedet på Vörösmarty-torget, vandret langs julegaten Vaci utca, spiste på restauranter med ungarsk stemning og sigøynermusikk og opplevde balletten "Nøtteknekkeren" i den vakre og ærverdige gamle statsoperaen i Budapest, bare for å nevne noe.

### **Med på turen var bl.a. den nye lederen for LOP i Vestfold, Anne-Lise Aune Lee som har følgende å si om turen:**

Julemarked i Øst-Europa er alltid en fest og Budapest var også en stor

opplevelse, synes jeg. Vakker storby og hyggelig befolkning. Jeg likte veldig godt at vi hadde felles middager. Det var planlagt nydelige menyer med skjønn vin og musikk. Da blir du kjent med de andre du reiser sammen med også. Hele turen var meget godt planlagt og hyggelig gjennomført.

Noen av oss fikk sett Caravaggio-utstillingen på Museum of Fine Art med 1500 tallets store romerske malere. Det var eventyrlig - en sjelden hendelse og i katalogen sier de at det er hundre år mellom hver gang de har anledning til å vise en slik utstilling! Jeg er ikke noen kunstkjenner men jeg gleder meg ennå over at jeg fikk oppleve det. Jeg er gjerne med på en annen tur fra Vollan Travel.”

**Normalt er jo reiseledere unge mennesker. Hva synes du om det at det er en pensjonist som er reiseleder?**

”Tror alder og erfaring har noe å si når man arrangerer gruppereiser hvor målgruppen er godt voksne mennesker. På vår tur var de fleste over 50 og det var veldig hyggelig at” vertskapet ”var på vår alder”, avslutter Anne-Lise Aune Lee.

Årets gruppereiser starter opp med tur til Bratislava og Wien 11.-14.06. Så følger tur til Hluboka, Cèsky' Krumlov og Praha 21.-25.08. Videre tur til Pilsen og Praha 28.08.-01.09. Dernest Znojmo og Praha 11.-15.09.

Vi har også gjerne en hyggelig overraskelse på lur for våre gjester, sier en opplagt pensjonist med glimt i øyet og tilføyer: ”Det å kunne være til nytte er en glede i seg selv og det kan kanskje også legge god helse til årene!”

Du får mer info på [www.vollantravel.no](http://www.vollantravel.no). Se også Vollan Travels turer for firmaer og foreninger.

*Vi kan bare ønske mange gode år og lykke til på reisene!*

## OM PENSJONSREFORMENE

Årsmøtet i LOP Moss 11. februar har drøftet en del stortingsvedtak som angår pensjonistene. Dessverre har disse gått nokså ensidig i negativ retning. Her kan nevnes økt trygdeavgift fra 3 til 4,7 prosent, bortfall av særfradrag for alder/uførhet og underregulering av pensjoner.

Når en stadig kan lese at pensjonistene har så god råd, skyldes det i hovedsak to forhold:

- Bolig er stort sett nedbetalt gjennom et langt liv
- De fleste har et relativt moderat forbruk

Pensjonen for våre medlemmer er i beste fall ca 2/3 av lønnsinntekt. Hvis en får regulert pensjonen i takt med lønnsutviklingen, vil en likevel bare motta ca 2/3 av det yrkesaktive mottar. Pensjonister får også fra 2011 en avkorting hvert år på 0,75 prosent, og det vil på lang sikt gi store utslag.

Det er et problem at staten har innkrevd tilskuddene til tjenestepensjoner, men aldri avsatt dem til formålet.

Hvis disse hadde vært plassert i verdipapirer, slik andre pensjonskasser er pålagt, ville det vært unødvendig å bevilge penger over statsbudsjettet til disse pensjonene. At staten har brukt disse innbetalingene til andre formål, kan ikke brukes mot pensjonistene i etterkant. KLP har forvaltet midlene etter forretningsmessige prinsipper og har ingen problemer med å overholde sine forpliktelser.

**Årsmøtet er klar over at LOP sentralt arbeider aktivt og målrettet i ulike**

**fora for å forbedre medlemmenes pensjonsvilkår. Vårt ønske er at LOP legger hovedvekten på omgjøring av Stortingets vedtak fra 2011 om underregulering. Over en gjennomsnittlig pensjonslengde vil hver enkelt heretter tape mer enn en årsinntekt!**

En samordnet aksjonsform, der alle de store pensjonistorganisasjonene samordner innsatsen, vil ha størst gjennomslagskraft og gi sterkest publisitet.

**Hva mener du? Si din mening på [www-facebook.com/Landslaget Offentlige Pensjonister](http://www-facebook.com/LandslagetOffentligePensjonister)**



### Velkommen til Femund Fjellstue

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

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

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

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

Kontakt oss for et tilbud!

### Femund Fjellstue

Femundveien 3645, 2446 Elgå

tlf 0047-62459541 og 0047-95175989

[www.femundfjellstue.no](http://www.femundfjellstue.no)



# Grønnsaker som garnityr

Denne gangen tenkte jeg å skrive litt om grønnsaker som garnityr. Mange som skal ha selskap finner fort ut hva som skal være hovedråvaren i middagen, men sliter litt med å finne de riktige grønnsakene å bruke.

Av Birger Frimo



Veldig ofte så hører jeg at folk har de samme grønnsakene på hverdag som til fest, og det er klart at dette blir kjedelig.

På denne tiden av året er selvfølgelig utvalget av ferske grønnsaker litt begrenset sammenlignet med slutten av juni, men selv gulrot og selleri kan være kjempespennende brukt på riktig måte. Når vi har gjester hjemme, lager jeg alltid en form for puré til hovedretten. Fremgangsmåten er helt lik fra gang til gang, bare råvaren er forskjellig. Til dette bruker jeg selleri, pasti-

nakk, blomkål eller persillerot. Dette kjører jeg til puré i en blender og kaller det for eksempel sellerikrem for å bruke litt verbal matsminke.

De samme grønnsakene kan også lages i langpanne med litt smør og honning. Man kutter grønnsakene i grove staver og fordeler utover i langpannen. Så har man over et par klatter med smør og litt flytende honning. Stek dette på 200 grader i ovnen til grønnsakene er al dente og honning og smøret har karamellisert seg.

Mange liker å bruke hvitløk i mat, men det er veldig få som bruker dette som en grønnsak, derfor er min anbefaling følgende med hvitløken: Ta ut hvitløksfeddene og stek dem i litt olje på middels varme til de er møre. Da vil du merke at hvitløkssmaken er der fortsatt, men smaken har blitt rund og litt søtlig.

Når sesonggrønnsakene kommer i butikken nærmere sommeren, så tenk på hva som kan løfte salaten til grillen. Jeg føler at vi er litt lei issalat med paprika, mais og ananas.

Jeg pleier å bytte ut paprika og ananas med lett kokte asparges og neper. Dette gir salaten et løft både på smak og utseende.

## Slik lager jeg min «krem»:

1 stk. selleri  
0,5 l h-melk  
1 stk./fedd hvitløk  
1 terning hønsebuljong

Skjær av skallet på sellerien, og del den opp i grove terninger. Ha selleri, hvitløk og hønsebuljong i en kjele og hell over melk til det dekker.

Kok dette opp og la det småputre til sellerien er helt gjennomkokt. Sil av melken (men ikke kast den) og ha dette i en blender.

Tilsett ca. 1 dl av koke melken og kjør dette glatt (her må man prøve seg litt fram).

Ha dette i en ren kjele og kok opp og server.

Dette kan gjøres med alle typer grønnsaker som har mye egen stivelse i seg.

*Lykke til og god påske!*



## LEI EN CONTAINER!



### **Hos oss kan du leie containere i ulike størrelser.**

Bli kvitt rusk og rask på en enkelt og forsvarlig måte.

Lei på dagsbasis eller for en lengre periode.

### **Vi tilbyr gunstige priser, kort leveringstid og fleksibel tømning!**

Containere er ypperlig til:

- opprydning i hage, loft og kjeller
- ombygging, riving,
- flytting

**Ring i dag for info eller bestilling!**

**Perpetuum Tlf 400 02 929**

# Eldres deltakelse og innflytelse i lokalpolitikken



Lov om kommunale og fylkeskommunale eldreråd av 1992 er en særlov som gjør det til en plikt for kommunene å opprette eldreråd. Eldrerådet er dermed en del av det kommunale/fylkeskommunale styringssystemet. Hovedårsaken til at denne loven ble vedtatt var at eldre over 60 år var dårlig representert i kommunestyret og fylkesting. Loven er dermed et viktig bidrag til å øke eldres innflytelse på politiske beslutninger

Av John Ivar Solvik, LOP Bergen og omland

Eldrerådet er et rådgivende utvalg som har mandat til å avgi uttalelser, anmodninger og råd til eget kommunestyre. Denne retten til deltakelse skal bidra til å sikre eldres medvirkning ved utforming av den praktiske eldre-/seniorpolitikken. På den måten er de med på å bevisstgjøre lokalsamfunnet om hva som må til for å legge til rette et samfunn der alle kan delta og føle seg inkludert og integrert i lokalsamfunnet.

Eldrerådet har viktige særtrekk i forhold til andre nemnder i kommunen fordi eldrerådet skal ha alderspensjonister i flertall. Dette for å sikre at eldres syn på saker som angår eldre, blir en del av grunnlaget for de avgjørelsene som fattes. Eldrerådet skal opptre tverrpolitisk og uavhengig. Det vil i praksis si at eldrerådets anbefalinger gis uavhengig av partipolitiske standpunkter.

Den formelle oppnevningen av eldrerådet foretas av kommunestyret, mens bydelseldreråd oppnevnes av bydelsutvalget. Medlemmene oppnevnes for fire år og følger valgperioden. Pensjonistforeninger har etter lovteksten rett til å komme med forslag til medlemmer og varamedlemmer i rådet. Eldrerådet velger selv leder og nestleder, og disse skal velges blant alderspensjonistene i rådet.

Eldrerådet skal sikre eldres syn på sakene som behandles i den kommunale forvaltningen. Hovedoppgaven er

å gi uttalelser til alle saker som gjelder levekårene for eldre som f.eks: Årsbudsjett / økonomiplaner, kommune- / fylkesplaner, tiltak og planer i helse- og sosialsektoren, idretts- og kulturtiltak, boligutbygging og reguleringssaker og samferdselsaker/kommunikasjonsplaner

Vi ser her at eldrerådsvirksomheten er omfattende og angår alle sektorer i den kommunale forvaltningen (ikke bare helse og omsorgsområdet). Derfor bør sekretærfunksjonen være sektorovergripende og knyttes til det administrative leddet som har ansvaret for hele kommunens virksomhet. Sekretærfunksjonen har stor betydning for eldrerådernes virksomhet.

I sitt arbeid bør eldrerådet legge hovedvekten på kommunens overordnede planer og budsjetter med særlig vekt på å sikre såkalt *universell utforming* av bygninger, omgivelser, transportmidler og produkter på en slik måte at de i størst mulig grad kan brukes av alle, uten behov for særordninger. Dette gjelder alle mennesker, uansett alder, størrelse og ferdigheter.

For å synliggjøre overfor befolkningen og beslutningstakerne hva eldrerådet arbeider med og legger vekt på, kan det være smart å bruke kommunens hjemmesider og innlegg i lokalavisen(e). På den måten blir eldrerådet kjent i lokalsamfunnet som pådriver i viktige saker som angår eldres levekår og velferd.

Hver kommune skal utarbeide og vedta et "Reglement for eldreråd" som skal være en instruks for blant annet antall medlemmer og sammensetning av rådet, møtetyppighet, arbeidsvilkår med sekretariatsfunksjon og saksbehandling.

## Organisering og arbeid i Eldrerådet i Askøy kommune

Eldrerådet i Askøy kommune består av fem medlemmer; to politikere fra kommunestyret og tre fra ulike pensjonistforeninger på Askøy. Undertegnede representerer LOP og har fungert som leder av rådet i to år. Sekretærfunksjonen utføres av sentraladministrasjonen og fagsjef for Helse- og omsorg deltar i alle møtene. Eldrerådet arbeider etter "Reglement for eldreråd i Askøy kommune" og har vært klare på at rådet ikke skal være utøvende, men rådgivende for kommunen og pådriver for pensjonistforeninger og andre som fremmer saker til beste for eldre.

Eldrerådet er, som nevnt tidligere, et rådgivende organ som skal ha til behandling alle saker som gjelder levekårene for eldre. Dette gjelder:

Årsbudsjett, økonomiplan, kommuneplan og planer med særskilt interesse for eldre:

- sektorplaner- kommunedelplan-kommunikasjonsplan-samferdselsplanen
- kulturtiltak som vedkommer eldre og andre saker som har betydning for eldre.

# Selvbetjeningssamfunnet

## - henger vi med?

Få har unngått å få med seg den voldsomme utviklingen som har skjedd vedrørende selvbetjening og det på stadig nye områder og ikke minst på områder som gjelder oss eldre like mye som de yngre. Mer skal det bli, ønsket om å bo hjemme lengst mulig med god nok trygghet, forutsetter at vi igjen greier å betjene oss selv mer og mer som ett eksempel.

Av Per Rasmussen, Lillehammer

### Hva skyldes så denne utviklingen?

Den skyldes etter mitt syn i alle fall to helt sentrale forhold, at data er kommet for å bli og det er en voldsom utvikling både i teknologiske løsninger som mobiltelefon, nettbrett, PC m.v. og hva de kan brukes til – at det blir stilt krav til effektivitet og produktivitet i alle ledd og datautviklingen og bruken av disse bidrar sterkt til å øke effektivitet og produktivitet. Danmark har foretatt beregninger her og kommet til bl.a. følgende:

- at et vanlig brev koster 100 kroner å håndtere mens ett elektronisk koster 3 kroner

- at det er for kostbart at en stor del av befolkningen skal være fritatt for å sende elektroniske brev når det er så mye å hente - les eldre.

Det vi da nå ser og også fra offentlige etater er at kravet om elektronisk behandling av alle mulige dokumenter øker - såkalt digitalisering - og en kommer vanskelig bort fra at det er riktighet i dette dersom sparte utgifter kan brukes nyttigere og bl.a. til større støtte hos de som trenger det mest.

Det som imidlertid er uteglemt etter min oppfatning er bl.a.

- at forutsetningen er at det finnes nok hjelp og støtte til at en kommer



videre når en står fast - dette øker kanskje prisen på elektronisk post fra 3 til 5 kroner

- at eldre behandles likt med ansatte vedrørende utstyr - jeg fikk nylig en innkallelse til et møte hvor innbydelser måtte tas med og det var en strekkode på min PC - de forutsatte at jeg hadde PC og skriver og det privat.

Skal vi henge med, så må en tenke helhetlig på slike ting. Det gjør en ikke i dag når det gjelder eldre.

**Hva mener du? Si din mening på [www.facebook.com/Landslaget Offentlige Pensjonister](http://www.facebook.com/LandslagetOffentligePensjonister)**

◀ Rådet kan også på eget initiativ ta opp saker som vedkommer eldre i kommunen.

Da alle de oppnevnte medlemmene var nye og uten erfaring med eldreomsorg og seniorpolitikk, bestemte rådet å invitere fagsjefer og saksbehandlere i kommunen til rådsmøtene for å orientere om deres arbeid for eldre/seniorer i kommunen.

Ordfører, rådmann, boligsjef, kultursjef, leder av Frivilligsentral, kreftkoordinator, eldrepsykolog, folkehelsekoordinator, sjefsfysioterapeut, leder av tjenesteutvikling, seksjonsleder for trafikksikring, økonomisjef og ulike saksbehandlere har møtt i eldrerådet. Dette har vært svært nyttig og kunnskapsbyggende for medlemmene. Rådet bestemte også å besøke/legge

møter til minst en institusjon per semester.

For valgperioden 2011 – 2015 har eldrerådet vedtatt disse prioriterte områdene:

- Universell utforming – Seniorsenter – Trafikksikring – Kulturtiltak - Frivillighet i eldreomsorgen - Organisering av Frivilligsentralen – Transport av hjemmeboende.

De fleste sakene som behandles i eldrerådet, er utredet av kommunens saksbehandlere og sendt rådet til høring/uttalelse, men rådet har også på eget initiativ tatt opp saker til videre saksbehandling i den kommunale forvaltningen. Eksempel på slike saker er: Navnendring fra Eldreråd til Seniorråd, trafikksikring ved institusjonene, aktivitetssenter for eldre,

”Den kulturelle spaserstokken”, egen fane på kommunens hjemmesider, opplæring i databruk (Seniornett), aktivitetssentral/ callingsentral for eldre og styrking/omorganisering av Frivilligsentralen.

En del av disse sakene har media, lokalavis og lokalradio, plukket opp og fulgt opp. Dette har ført til synliggjøring og bevisstgjøring av Eldrerådet i Askøy kommune og en økt forståelse for at eldreomsorg/seniorpolitikk ikke bare handler om helse og omsorg, men er sektoroverbyggende i den kommunale forvaltningen. Noe som helt klart har ført til at Eldrerådet i Askøy kommune er blitt bedre kjent i lokalsamfunnet og blir tatt på alvor i hele den kommunale forvaltningen. Noe som ikke er selvsagt!





## Prøv golf gratis, og gå gratis på golfkurs!

Har du lyst å prøve golf? På Bærheim Golfpark i Sandnes vil vi gjerne ha flere spillere. Derfor inviterer vi deg både til å bli med på åpen golfdag mandag 5. mai og deretter delta på gratis golfkurs. Ta gjerne med noen i familien eller venner.

Av Ådne Stensland

På den åpne golfdagen så får alle prøve å slå noen slag med profesjonelle instruktører. Etterpå kan de som ønsker prøve vår populære korthullsbane (6 hull mellom 40-70 meter). Det blir også enkel servering og informasjon om kursene våre. Arrangementet varer fra kl 1200-1500. For påmelding både til åpen golfdag og kurs ta kontakt med Monica på tlf. 41589340 eller mail [post@golfmanagement.no](mailto:post@golfmanagement.no). Påmeldingsfrist åpen golfdag onsdag 30.april. Tilbudet om gratis kurs gjelder hele 2014.

Mange pensjonister som spiller golf omtaler det som det gode liv etter at de i godt voksen alder har fått en ny lidenskap. Bevegelse, naturopplevelser, frisk luft og sosialt nettverk er viktige ingredienser. Golf kombinerer alt dette. Og det beste av alt, unge og eldre, nybegynner og proffer kan spille sammen.

Å begynne å spille golf er også mye lettere nå enn før. Det er ingen prøver man må ta lenger, kun fullføre et nybegynnerkurs som består av 8 timers praktisk kurs, 2 timers teorikurs og 2 timer banespill. Kurset er unnagjort på en uke, og etter det er du klar til å spille på banen. Og på banen er det også blitt mye lettere for det er laget nye utslagssteder på de 10 lengste hullene på banen. Disse utslagsstedene er omtrent midt på banen så ingen hull er lengre enn 250 meter fra de letteste utslagsstedene.

**Meld deg på og prøv selv. De som begynner med golf angrer bare en ting, og det er at de ikke begynte før!**



Hull 16 fra teested.



**HONDA**  
The Power of Dreams

Nå fra  
veil. tilbudspris  
**17.900,-**  
Veil. utsalgspris  
HSS 655 LW  
19.990,-

**HONDA – fungerer når den skal!**

Velkommen til en grundig test av Honda snøfresere

**MARITIM CENTER**  
- GJØR FRITIDEN DIN BEDRE

Stakkevollveien 61  
9010 Tromsø  
Tlf. butikk 77 66 20 00  
[www.maritim-center.no](http://www.maritim-center.no)

**SERVICEVERKSTED • INNBYTTE • FINANSIERING**

Importør: BEREMA AS [www.berema.no](http://www.berema.no)

# Julemarkedstur til Riga

Å arrangere turer er kjekt og i mange tilfeller et arbeid med spenning og utforskning. Har du vært på stedet før er det greit, da har du et visst grunnlag til å komme med forslag og kan delta i en påfølgende diskusjon.

Tekst: **Magne Helland.**  
Foto: **Kjell Helligesen**

Vanskeligere blir det når lokallaget søker steder hvor ingen i reisegruppen har vært tidligere. Dette krever at du setter deg inn i reisemålet slik at vi har grunnlag for presentasjon overfor våre medlemmer. LOP Sandnes og Jæren forsøker å legge opp til en tradisjon ved at vi besøker julemarkeder rundt i Europa. 2012 var vi i Berlin, 2013 inviterte vi til Riga, Latvia.

35 forventningsfulle medlemmer møtte tidlig på Sola, uvitende om de problemer som skulle oppstå ved hjemreisen.

## Riga og omegn

Vi kom tidlig til Riga, en fantastisk by, og fikk en kort omvisning med buss. Det er gjort og gjøres mye for å restaurere den gamle bebyggelsen. Dette koster penger noe som også er mangelvare i Latvia. De trebygninger som er restaurert, viser noe av gammel storhet fra forgangne tider.

Vi ble innlosjert i et flott hotell, midt i byen, Radison Blue Latvija Hotel, kort avstand til Gamlebyen.

Dagen etter var det en lengre, guidet, tur i Gamlebyen. Gruppen ble delt i to med hver sin guide. Den ene snakket svensk som en svenske og den andre norsk etter et opphold i Norge. Det ble en meget spennende tur gjennom Rigas historie, arkitektur og nåtidens Latvia fortalt av meget engasjerte guider. Over 50 prosent av Riga befolkning er fremdeles russere og påvirkningen var meget klar. Rigas borgermester er russer og majoriteten i styret er



Mange spennende ting i bodene på julemarkedet – blir Olaug Nordeide fristet?

russere. Etter hvert kom vi til Rigabalsam og fikk smake denne berømte drikk. Under et opphold i produsentens kjeller fikk vi en orientering om produksjon og omsetning.

En herlig lunsj ble servert på restauranten, ”Den blå ku”, før turen gikk til julemarkedene. Det finnes flere markeder i Riga og alle ble etter hvert besøkt og mange ble fristet til å ta med hjem både store og små gaver til plassering under juletreet.

En av de store attraksjonene i Latvia er Rundale slott, en god times busstur sør for Riga. Et slott hvor Latvia driver med en utstrakt restaurering og rom etter rom åpnes så snart et tilfredsstillende arbeid er gjennomført. Et meget spennende sted som er vel verdt et besøk.

## Jurmala

Torsdag, som skulle være siste dag i Riga, ble de siste innkjøp foretatt før vi pakket og kjørte buss til Jurmala på ”Den Baltiske riviera”. Rivieraen her, med flotte sandstrender langs



Veldig pyntet juletre på et av markedene

hele østersjøkysten var imponerende flott. Ikke mindre flott var middagen vi fikk servert på SPA hotellet, Baltic Beach. Vi ble presentert et flott bord med menykort som var trykket med LOPs logo, vi var på ”første klasse”!

## Hjemreise med besvær

Det var vanskelig å rive seg løs fra denne flotte plassen, men vi skulle hjem, og bussen ventet for å ta oss til flyplassen. Hadde vi vært klar over hva som ventet oss skulle vi bare sett på muligheten og blitt i Jurmala. Vel framme på flyplassen, fikk vi beskjed om at Sola flyplass var stengt på grunn av mye vind, orkan i kastene, og flyet var utsatt til kl 04 20. Hva gjør vi nå? Vår turoperatør, Norsk Tur, ordnet opp. Vi ble kjørt til hotell med beskjed om at vi skulle bli hentet kl 02 00. Det ble vi, men bare for å oppleve at turen til Sola var kansellert. Det ble en tid med venting. Vår utmerkede guide, Anne Knudsen Jones, var fantastisk. Hun ”sto på” langt utover hva vi kunne forlange. Så snart kiosker åpnet ordnet hun med mat. Hun arbeidet for å finne andre flyselskap som kunne ta oss

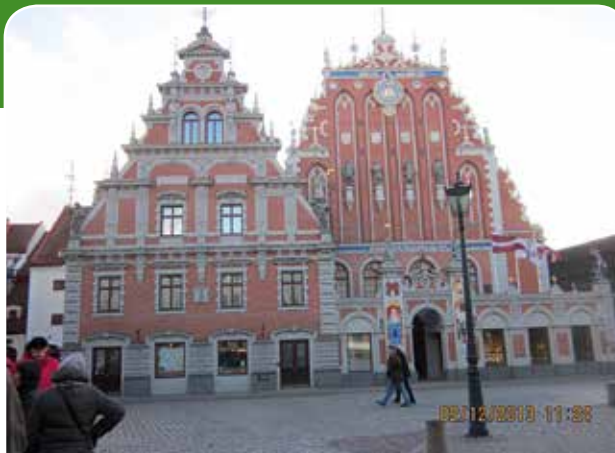


hjem. Etter hvert som tiden gikk og stadig flere flyplasser stengte, ble vi enige om å vente til den ordinære ruten som var kl 22 20, altså samme aften.

Det ble drosjer til vårt opprinnelige hotell, hvor en flott frokost ventet. "Sitt ned, nyt frokost, så skal vi finne et hotell hvor dere kan slappe av til kl 20 00 for så å bli hentet av buss til flyplassen" var beskjeden vi fikk. Alt ble ordnet. Etter noen herlige timer i gode senger, fikk vi middag, før vi dro til flyplassen for tredje og siste gang.

### Oppsummering

Hva har vi opplevd og hva har vi lært? Opplevelsen av et land med problemer, ikke minst økonomiske, og hvor vi ble fortalt at ungdommene studerer og drar ut til andre land for å tjene penger. Vi opplevde et land med en befolkning som er meget bevisst på å ta vare på sin nasjon. De



Eksempel på sjarmerende arkitektur i Riga

er opptatt av å bevare språket og forlanger at den russiske del av befolkningen lærer seg et minimum av latvisk før de får latvisk pass. Vi opplevde reaksjoner vedrørende retur av personer, familier, som returnerer fra deportasjon til Sibir til et hus, en eiendom som ikke lenger er deres. Huset er bebodd av andre, les russere.

Vi har også lært at det å reise med et selskap, denne gang Norsk Tur, som vet hvilken risiko det er å reise med grupper, er oppmerksom på alt det uforutsette som skjer og har reise-

leder som vet hva som skal gjøres. Dette er verdt de ekstra kroner en betaler i forhold til å arrangere turen selv. For oss, som arrangerer turer for pensjonister, er dette ekstra viktig. Det er ikke bare enkelt å ta vare på en gruppe hvor alder varierer fra 50 til 87 år.

Vi kom godt hjem til Sola med noen ekstra minner. Det ble mange gode klemmer og takk for fin tur, en ekstra takk for turen går til Anne Knudsen Jones, som arbeidet ekstra mange lange timer for at vi skulle ha det bra og komme godt hjem.

### Spania Albir 26.5-9.6



Foto: Jessica Gustavsson, Rese-Konsulterna

Albir er en sjarmerende liten by som ligger langs den berømte Costa Blanca kysten.

I Albir finner du alt du trenger for å leve det gode liv. Butikker, apotek, restauranter og nydelige strender med flotte strandpromenader.

Avreise fra Tromsø 26. mai  
Påmeldingsfrist: 1. april

Pris: kr. 13 600,-  
Enkeltromstillegg: kr. 3 300,-  
Spesialtilbud for LOP-medlemmer:  
kr. 9 350,-

### Øst-Finnmark 28.7-03.08

Bli med på en rundreise i vårt østligste fylke. Vi skal bl.a. ta turen gjennom et fantastisk månelandskap med forrevne klipper, ut mot verdens ende og Hamningberg.

Få med deg elva som markerer Norges grense til Russland og shop i Kilpis på veien hjem!

Avreise fra Tromsø 28. juli  
Påmeldingsfrist: 27. mai

Pris: kr. 9 970,-  
Enkeltromstillegg: kr. 2 100,-

Hamningberg. Foto: Wikipedia



### Hurtigruten Bergen – Tromsø 13-17.08



Foto: Hurtigruten ASA/Trym Ivar Bergsmo

Bli med på verdens vakreste sjøreise!

MS Kong Harald tar deg med på en eventyrreise fra Bergen gjennom norsk kystlandskap til Tromsø.

Avreise med fly fra Tromsø 13. august  
Påmeldingsfrist: 13. juni

Pris: kr. 12 450,-  
(per pers i dobbel innvendig lugar).  
Kr. 3 050,- for enkeltlugar.

Mer info om turene på [www.bussring.no](http://www.bussring.no)  
Tlf. 40 00 21 96  
e-post: [post@bussring.no](mailto:post@bussring.no)





# Årsmøtet i Bergen

Av Gunda Falao Sparre

Tirsdag 28. januar ble det avholdt årsmøte i Bergen og omland lokallag av LOP. Karen-Marie Flo ledet de 35 fram møtte trygt gjennom sakene årsmøtet hadde til behandling.

Ingen medlemmer hadde meldt saker til årsmøtet, men styret la frem et forslag til resolusjon under tittelen "Språkbarrierer i helsevesenet." Den ble enstemmig vedtatt.

Lokallagslederen takket styremedlemmer og tillitsvalgte som ikke fortsetter i sine verv. Blant disse var lagets mangeårige kasserer, Johannes Bolstad, som fikk spontan applaus fra forsamlingen for sin innsats for lokallaget.

Før årsmøtet ble satt, ga LOPs sentrale leder, Kjell Helland, en orientering om hvilke saker sentralstyret har arbeidet med i 2013. Han nevnte spesielt skuffelsen over at den nye regjeringen har valgt ikke å gå videre i arbeidet med å la tannhelsetjeneste for eldre være organisert på samme måte som annen helsetjeneste. Ellers minnet Helland oss på hvor viktig vervearbeidet



Gunda Falao Sparre, leder, Jorunn Solberg, Ragnhild Victoria Toft, Aud Reiso, Anne-Karin Davidsen, Annelise Olsen, Willy Jan Lønne samt varamedlemmene Svein Njaastad, Connie Moberg og Ole Konrad Ekerhovd.

er. Det er et faktum at antall medlemmer teller for å kunne ha innflytelse og være en pådriver for å bedre eldres vilkår. I den forbindelse understreket han at bildet som media har skapt av velbeslattede pensjonister er feil. Det finnes fremdeles mange pensjonister med minimal eller meget liten pensjon.

Som vanlig ble årsmøtet avsluttet med en "hus"konsert ved Bergen

Pensjonistorkester under sin dirigent Inge Fjørtoft. Orkesteret opptrådte i år med flere nyinnøvde numre, blant annet slagere fra "den gang da".

Det nye styret i Bergen og omland består av:

Gunda Falao Sparre, leder, Jorunn Solberg, Ragnhild Victoria Toft, Aud Reiso, Anne-Karin Davidsen, Annelise Olsen, Willy Jan Lønne samt varamedlemmene Svein Njaastad, Connie Moberg og Ole Konrad Ekerhovd.

## Landslaget for offentlige pensjonister (LOP) har samarbeid med:

Sykepleierforbundet  
 Presteforeningen  
 Skolelederforbundet  
 Mattilsynet  
 Meteorologisk Institutt  
 OPPF (Oljedirektoratet/  
 Petroleumsdirektoratet)



## LOP tilbyr rådgivning

### Pensjonssaker:

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

### Arv/booppgjør/testamente:

Birgit Kristensen - mobil 412 18 044 -  
 e-post: skiftevei@live.no

# Julesanger i Moss



26. november var julesanger i ord og toner før og nå tema på medlemsmøte i Moss.

Av Inger Myhre

Lokallagsleder Unni Bjerkholt Roksvåg innledet med allsang: Tenn lys. Et lys skal skinne, og minnet oss på den rike kulturarven som ligger i gamle, kjente og kjære julesanger. Det er vanskelig å svare på hvilken julesang som er favoritten, for vi har vel alle en eller flere favoritter av de flotte sangene som hører julen til.

Unni Bjerkholt Roksvåg leste fra Mari Maurstad bok: « De gode, gamle julesanger.» Julesangenes opprinnelse skriver seg tilbake til England på 1300-tallet hvor sangene ble brukt til underholdning både i det engelske hoff og som skuespill ute i gatene som støtte i deres kristentro. Under reformasjonen på 1500-tallet påpekte Martin Luther at latin ikke var allemannseie og hevdet at bl.a. sanger burde oversettes til hvert lands eget språk. I dag synges "Glade Jul" over hele verden.

Kjente salmediktere som B.S. Inge-mann og N.S.F. Grundtvig bidro også til samlingen av kjente julesalmer. De aller fleste av oss har tatt med oss sangene fra tidlig barndom som en uødelig sangskatt. I Gustava Kiellands «O Jul med din glede» og Marie Wexelsens barnebøker er det mye å hente om sangenes opprinnelse og julens tradisjoner.

Julesangenes historie ble knyttet sammen med allsang, med noen utvalgte sanger, akkompagnert av lokallagets egen trubadur, Bjarne Roksvåg og hans gitar. Unni flettet også inn et par anekdoter om "Jul-aften og markmusene" og "Den gamle julesang».

Å synge julesanger er en tradisjon som føres videre fra barnehager som øver på leker og sanger. Det samme gjør skolebarna. I adventstiden kan vi glede oss over alle kjente artister som sprer glede og julehøytid med sine julekonserter i kirker og andre steder rundt om kring i hele landet. Møtet ble en hyggelig inngang til advent.

Medlemsmøtet ble avsluttet med overrekkelse av blomster til og bursdagssang for lokallagets nestor, Gunnhild Grøndalen som lørdag 29. november fylte 90 år.



## VI JAKTER PÅ REN ENERGI

Alle ser at noe må gjøres. CO<sub>2</sub>-utslippene vokser med forbruket av forurensende energikilder.

Troms Kraft søker løsninger på utfordringene, og nylig åpnet vi Nord-Norges største vindpark.

Fakken vindpark produserer nå fornybar energi tilsvarende forbruket til nær 7000 husstander.

Vindparken gir også arbeidsplasser, tilfører viktig kompetanse og bidrar til optimisme i regionen og landsdelen.

**Nye tider krever nye løsninger.**



TROMS KRAFT

## Tidlig julemøte i Indre Østfold

Av Randi Frankrig

Indre Østfold hadde førjulsmøte på Bamsrudlåven 21.november. Dagens tema var gamle juletradisjoner, Else Kleven fortalte levende fra sin barndoms tid. Mange nikket gjenkjennende til tradisjonene og gjøremålene hun beskrev. Hun fortalte om morsomme episoder og latteren satt løst hos tilhørerne.

Deretter sang vi "Det lyser i stille grender" før vi fikk servert Bamsrudlåvens smakfulle julemiddag. Under middagen sang vi "Barn av

regnbuen" og "Har en drøm" før måltidet ble avsluttet med en takk-for-maten-sang. Lars Johanson var forsanger og spilte gitar.

Etter en pause underholdt Lars i to omganger med ord, sang og spill på en humoristisk og herlig måte. Det ble mange smil og mye latter underveis. Han er en ener i å synge Øystein Sundes sanger! Leder takket Lars og Else for gode bidrag til en hyggelig kveld med rosebuketter før vi avsluttet med å synge "Deilig er jorden" stående.

Meteoritthilsener fra verdensrommet:

## Mosse-meteoritten og andre stener fra Verdensrommet

Tekst: Tor-Langvik Hansen

Under denne tittelen holdt professor Elen Roaldset et usedvanlig interessant foredrag for 32 lydhøre tilhørere på LOP Sarpsborg-møtet tirsdag 14. januar. Professoren tok oss med milliarder av år tilbake, hvor steiner sprenget ut av stjerner og planeter etter millioner av år har truffet vår lille jord, og blitt funnet og studert av fasinerte geologer. Ved hjelp av fine bilder og illustrasjoner fikk vi et fint innblikk i det arbeidet som gjøres av Norsk Meteornettverk.

Vi har i Norge funnet flere meteoritter av forskjellig størrelse og tyngde. Meteorittene inneholder et konglomerat av mineraler. Faktisk kan det være diamanter og andre verdifulle mineraler, så finner du en fin ukjent stein, ikke kast den, den kan være svært verdifull. En av de mest kjente og interessante meteoritter er den såkalte Mosse-meteoritten. Kl. 10.20 14. juli 2006 kunne en se, bl.a. fra et cruiseskip på veg inn Oslofjorden, en lysende ildkule falle ned over Mosseregionen. En høy eksplosjon og en rumlende lyd hørtes i det den nådde jorden. Samme ettermiddag fant Ragnar Martinsen en merkelig stein, som han innrapporterte til lokalavisen. Dagen etter kom familien Johansen hjem fra en reise, og oppdaget at en av kirsebærtreets grener var brukket. Under fant de en stein på 750 g som de forsto var en meteoritt og tok vare på. Noen dager senere ble det et kraftig regnvær, og på Norgesgruppens varehus fikk de



*Faksimile fra 2006. Familien Martinsen med begge de største bitene.*

*Meteoritt nr. 1 – 34,7 gram*

en lekkasje gjennom taket. Ved undersøkelse, fant de en glatt og fin stein. Den hadde gått gjennom taket og lå i isolasjonsmaterialet under takplaten. Det var en meteoritt av nydelig utseende og veide 676 g.

I dagene som fulgte fant man i området flere steiner, og i alt ble det registrert 5 funn som ble meldt til Norsk Meteornettverk. Funnene vakte internasjonal interesse, og geologer kom fra bl.a. USA for å studere funnene. Vanligvis brenner meteorittene opp før de når jorden, men disse hadde en mineralsammensetning som hadde motstått de høye temperaturene steinene får i sin ferd gjennom atmosfæren.

Det er verdifulle funn, og professoren fortalte at for et av funnene ble det betalt 150 0000 kr.

Så ser du en lysbane med etterfulgt drønn, så gå i gang og let!

Anslått pris for en meteoritt med organisk materiale, f.eks. carbon, er antydnet til ca 25 US dollar pr 0,122 g, eller ca. 1,3 millioner norske kroner pr kilo.

Vi satt som trollbundne og lyttet til professoren. Et LOP møte er med andre ord ikke bare kaffe og mat, men gir oss medlemmene mange fine kåserier i årets løp. For de som har lyst til å vite mer om meteoritter, gå inn på nettet under adressen <http://norskmeteornettverk.no>.

Det kommer stadig nye ildkuler. Senest 14. januar om kvelden etter foredraget.



## Dagstur til Elverum og Kirkenær

Tekst: Arne Mythe

Dagsturen til Øvre Romerike LOP gikk med buss til Elverum og Kirkenær. Turen ble guidet av tre personer med meget gode lokal-kunnskaper. Ole Korslund ga oss innblikk i den store veg- og jernbaneutbyggingen som pågår nord for Minnesund. Lokallagsleder Kjellfrid Frankmo fortalte om begivenheter fra Elverum og omland. Elverum sto jo sentralt i krigsutbruddet i 1940. Jacob Bekken guidet oss gjennom området sør/øst for Elverum.

Vi besøkte Glomdalsmuseet i Elverum som har flere utstillinger og stort friluftsmuseum. Turdel-takerne fordelte seg på tre avdelinger. Taterutstillingen gir innblikk i taternes liv og virke på godt og vondt gjennom tidene. Utstillingen er Glomdalsmuseets største attraksjon.

Den militære utstillingen, "Fra sverd til stridsvogn – Hedmarks militære historie gjennom 1000 år", har både nasjonale og internasjonale forhold som bakteppe.

Friluftsmuseet viser hus og tun fra store deler av Østerdalen og Solør. Det er et av landes største med over 90 bygninger.

Laget har som tradisjon å besøke spisesteder med lang tradisjon og god mat. Denne gang var Skaslien Gjestgiveri på Kirkenær valgt. Før maten fortalte verten om stedets historie og drift på en fornøylig måte.

## LOP Sandnes og Jæren på bedriftsbesøk

Av Leif Strand

LOP Sandnes og Jæren inviterer medlemmene to ganger i året til bedriftsbesøk. Denne gang var valget falt på IVAR, et interkommunalt vann- avløps- og renovasjonsverk som eies av kommuner på Jæren med hovedkontor i Stavanger. IVAR leverer vann av drikkevannskvalitet til ca. 350 000, og vannet er ved flere anledningen kåret til landets beste drikkevann. Vi er alle avhengig av godt, rent drikkevann og vi var spent på hvorledes vannet ble behandlet før vi kan tappe det i glasset på vårt kjøkken.

Behandlingsanlegget er plassert ved Langevatn i Gjesdal kommune og 40 ivrige LOP medlemmer hadde valgt å delta på denne utflykt.

Vi ble gitt en grundig gjennomgang av avdelingen for vannbehandling om de arbeidsoppgaver som gir som resultat det perfekte drikkevann. Kravene til rensing stiger og IVAR planlegger investeringer i størrelsesorden en milliard for å tilfredsstille kommende renskrav. Presset på vår region, med økt tilflytning, tilsier også en økning i levert vannmengde. Det er en omfattende og komplisert virksomhet å forsyne dagens samfunn med nok vann av tilfredsstillende kvalitet.

Etter "teorien" var det guidet omvisning i anlegget. Her var det rør og sedementeringsbasseng i



store dimensjoner. Vi fikk innblikk i hvordan vannet renses gjennom mange prosesser før det slippes i rør til forbrukerne. Vann som er behandlet, benyttes også til vasking av guly, biler og maskiner med mer og det ble stilt spørsmål om det kunne vært mulig å skille drikkevann og "vaskevann".

Både i auditoriet og under omvisningen i anlegget var interessen stor blant medlemmene noe vi også opplevde med mange og gode spørsmål.

Bedriftsbesøket ble avsluttet med flotte smørbrød, kaffe, kaker og frukt.

LOP Sandnes og Jæren takker IVAR for en flott mottakelse, spesielt takker vi Jone Bakke, driftsansvarlig på Langevatn og Folkvard Ravndal, pensjonist og LOP-medlem, for en fin presentasjon og omvisning.

# Medlemsfordeler

## SATS

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

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

Telefon 23 30 70 00. Les mer på [www.sats.no](http://www.sats.no)



Fordeler for LOPs medlemmer med Thon Basic  
Inntil 15 prosent rabatt på våre ordinære priser for overnatting i Norge og Sverige.

Inntil 10 prosent rabatt på priser på for overnatting i Brussel og Rotterdam.

Enkel bestilling på internett.

Kontaktinformasjon: Postboks 489 Sentrum, 0105 Oslo, telefon: 815 52 440.

Les mer på: [www.thonhotells.no](http://www.thonhotells.no)



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

Kontaktinformasjon: Finn Carlsen Turistbusser AS, Solheimveien 70, 1473 Lørenskog. Telefon 67 91 20 50.

Les mer på [www.fcturistbusser.no](http://www.fcturistbusser.no)

## escape TRAVEL

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

De vil skreddersy turer for LOPs medlemmer.

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

Telefon 22 01 71 71. Les mer på [www.escape.no](http://www.escape.no).

## duka PC

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

## nestor seniorutvikling melsomvik

Melsomvikveien 79  
3159 Melsomvik  
tlf: 33 33 55 00  
[www.nestorutvikling.no](http://www.nestorutvikling.no)

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

Kontaktinformasjon: Nestor seniorutvikling, Melsomvikveien 79, 3159 Melsomvik.

Telefon 33 33 55 00. Les mer på: [www.nestorutvikling.no](http://www.nestorutvikling.no)

## DAG AASBØ TRAVEL

Dag Aasbø Travel AS arrangerer bussreiser, cruisereiser og flyreiser. Vi tilbyr skreddersydde reiser for LOPs alle lokallag. Seniorturer er en av våre spesialiteter. Vi har et stort nettverk av samarbeidspartnere i mange land og tilbyr reiser i Norge, Europa og ellers i verden. Kontaktinformasjon: Dag Aasbø Travel AS, Åsbø, 4980 Gjerstad. Tlf. 37 15 70 31. Les mer på [www.dagaasbo.no](http://www.dagaasbo.no).

Fra august 2013 til april 2014 var sekretariatet i Stortingsgata i Oslo betjent av Ragnhild Meyer og Eli Vinje, begge på deltid. I tillegg fortsatte Tove Lian med ansvaret for medlemsregisteret til 31. desember 2013. 1. april tiltrådte Karin Ståhl Woldseth som daglig leder på full tid. Hun har treffetid mellom 09.00 og 15.00.

Sekretariatet er først og fremst et serviceorgan for LOP og skal bistå medlemmene, lokallagene, sentralstyret og sentralstyrets utvalg samt sørge for at driften går som den skal. Alle henvendelser skal besvares så raskt og godt som mulig. LOP bruker regnskapsbyrået Visma til å sørge for at alt med penger håndteres korrekt.

**Medlemmer** – og de som ønsker å bli medlemmer – kan henvende seg til sekretariatet med spørsmål om alt som har med LOPs virksomhet å gjøre. Medlemsregisteret betjenes nå i sekretariatet. Derfor må alle henvendelser om f.eks. endringer i medlemsforhold meldes sekretariatet.

**Lokallagene** er LOPs rygggrad og det leddet i organisasjonen som flest medlemmer møter til daglig. Nye medlemmer oppfordres til å melde seg inn i et lokallag. Også i de tilfelle der medlemmer kommer gjennom avtaler LOP har med enkelte organisasjoner, oppfordres de til å melde seg inn i et lokallag i tillegg. Lokallagene står for aktivitetene de enkelte medlemmene deltar i og som gjør at en føler seg hjemme i LOP og ønsker å være medlem. Gjennom aktiviteten i lokallagene blir LOP kjent lokalt og gjør det attraktivt for flere å melde seg

inn. Å være medlem i et lokallag gir mening i forhold til medlemskapet i LOP.

Sekretariatet er avhengig av å vite hvem som har ansvar i de forskjellige lokallag. **Derfor må referat fra årsmøte med valg** sendes til sekretariatet så fort årsmøtet er avviklet. Sammen med dette referatet sendes også årsmelding for året som gikk og revidert regnskap. Årsmeldingene gir sekretariat og sentralstyret mulighet til å vite hva som foregår og kanskje ideer til nytte for andre lokallag.

LOPs nettside bør være oppdatert med tillitsvalgte og aktivitetsprogram. Vi i LOP må være à jour på lokallagsledere/kontaktpersoner.

**Revidert regnskap** må sendes inn. Regnskapene og oppdaterte medlemslister er grunnlag for å søke offentlig støtte og momskompensasjon. For LOP som organisasjon er årsmelding, regnskap og medlemsoversikt vesentlige grunnlag for den totale økonomi.

Ta gjerne kontakt – tlf. 22 42 22 55 eller [post@lop.no](mailto:post@lop.no) !



## *Fem lys*

*Jeg tenner lys i stuen,  
og der, i lysets skinn,  
jeg skimter strålebuen,  
som når fra sinn til sinn.*

*Jeg tenner lys for venner  
og for familiens ring.  
Samhørighet vi kjenner  
i ord og nære ting.*

*Jeg setter lys i stake –  
det gir tilbakeblikk  
i glørne vi kan rake,  
fra dem som foran gikk!*



Hedvig Wist

*Jeg tenner for det mørke,  
som rir vår slitte jord!  
Med kriger, flommer, tørke,  
det trengs et håpets ord!*

*Så tennes selve lyset!  
Snart stiger himmelens sol!  
For deg, som måtte fryse,  
et seierens symbol!*





# 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

### *Fredrikstad:*

Kåre Høye  
[kre.hye@getmail.no](mailto:kre.hye@getmail.no)

### *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 33

### *Lillehammer:*

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

Arne Norborg (vara),  
[anorbord@start.no](mailto:anorbord@start.no)

### *Molde:*

Alvhild Søsnes,  
[alvhilds@bluezone.no](mailto:alvhilds@bluezone.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:*

Sonja Lausch-Liseth,  
[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 Brekke,  
[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

### *Stavanger:*

Liv Bodil Kallelid,  
tlf. 51 55 60 59

### *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

Gunnar Grove (vara)  
tlf. 907 32 720

### *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  
vår!



Returadresse:  
LOP  
Stortingsgt. 2  
0158 OSLO

## LOKALLAGENE

### AKERSHUS

#### Nedre Romerike

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

#### Øvre Romerike

Kjellfrid Frankmo 970 92 474 kjellfrid@pms4u.no

### BUSKERUD

#### Kongsberg

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

### HEDMARK

#### Glåmdal

Anna Stearn 975 45 394 annastearn@gmail.com

#### Presteforeningen

Astrid Bjellebø Bayegan 909 29 047 abayegan@online.no

### HORDALAND

#### Bergen

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

#### Sunnhordland

Vermund Trohjell 53 42 04 42 918 25 257 vermund.trohjell@haugnett.no

#### Voss og omland

Ragnhild Mølster Lidal 901 18 013 rmlidal@broadpark.no

### MØRE OG ROMSDAL

#### Kristiansund

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

#### Molde

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

#### Ålesund

Sigurd Dybvik 70 13 37 60 911 07 120 sidy@mimer.no

### NORDLAND

#### Midt-Helgeland

Åse Floa Steinrud 977 17 534 tove@wika.no

#### Rana

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

#### Salten

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

#### Vesterålen

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

#### Vågan

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

### NORD-TRØNDELAC

#### Namsos

Bjørn Kvatningen 74 27 33 23 992 66 705

#### Steinkjer

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

### OPPLAND

#### Gjøvik

Elin Onsrud 61 19 17 58 tryon@online.no

#### Gudbrandsdal

Terje Lindby 481 72 312 tromlin@online.no

### Lillehammer

Per Rasmussen 995 07 051 prasmus@online.no

### OSLO

#### Oslo

Lillian Saxegaard 944 99 320 oslo@lop.no

#### Mattilsynet O/A/Ø

Karin Tubås Andersen 482 70 235 tea8@online.no

#### Meteorologisk Inst. Seniorklubb

Norvald Bjergene 908 71 523 norwaldb@online.no

### ROGALAND

#### Haugaland

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

#### Mattilsynet R/A

Karsten Kjølleberg 916 96 910 kars-tob@online.no

### OPPF

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

#### Sandnes og Jæren

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

#### Stavanger

Inger Mydland 51 55 24 33 952 42 033 inger.mydland@lyse.net

### SOGN OG FJORDANE

#### Indre Sogn

Njål Ølmheim 979 56 220 njaalo@online.no

#### Nordfjord

Roar Lødden 57 85 10 52 g-loe@online.no

### SØR-TRØNDELAC

#### Trondheim

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

### TELEMARK

#### Telemark

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

### TROMS

#### Tromsø

Laila Jernsletten 476 01 039 laila@jernsletten.no

### VESTFOLD

#### Larvik

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

#### Sandefjord

Arvid Flakstad 33 47 51 90 481 50 199 arvid.flakstad@sfjbb.net

#### Tønsberg

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

### ØSTFOLD

#### Fredrikstad

Kåre Høye 69 39 08 52 934 52 931 kre.hye@getmail.no

#### Indre Østfold

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

### Moss

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

#### Sarpsborg

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