

Vii

LOP

NR. 4 - 2022 - ÅRGANG 77

Et forbedret pensjonssystem?

Tannhelse på agendaen

Beskytt deg mot BankID-svindel

Medlemsblad for Landsforbundet for offentlige pensjonister, LOP, som er landets eldste og nest største pensjonistorganisasjon.

LOP er uavhengig, partipolitisk og livssynsmessig nøytral.

Utkommer 4 ganger årlig
ISS 1890-3398
Opplag: 10.000

Frist for nr. 1 - 2023: 15. februar 2023

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

Forsidebilde og illustrasjonsfoto: Bigstockphoto

INNHOOLD

Rapport fra sentralstyret	s. 5
Et forbedret pensjonssystem?	s. 6
Tannhelse på agendaen	s. 10
Beskytt deg mot svindel	s. 12
Et manifest for fred	s. 14
Manglende språkkunnskaper	s. 16
Nytt fra lokallagene	s. 17
Kryssord	s. 30

SEKRETARIAT

Postadresse:
Postboks 452 Sentrum, 0104 Oslo

Besøksadresse:
Øvre Vollgate 11, 0158 Oslo

Daglig leder: Wenche Sandlie
22 42 22 55
post@lop.no
www.lop.no
Kontortid: man–fre 09.00–15.00

SENTRALSTYRET

Styreleder
Rannveig Bærheim
48 14 67 37
ranveig.berheim@lyse.net

Nestleder:
Nils Mæhle
90 92 26 73
nils.mahle@outlook.com

Styremedlemmer:
Turid Mæhre Olsen
92 45 65 68
turid.arna.olsen@hotmail.com

Turid Schüller Sølland
95 96 08 07
tu.sc.so@gmail.com

Kjell Bugge
90 96 30 58
kjell.bugge@live.no

Jeanne Billehaug
95 20 60 26
jeanneb@online.no

Torhild Larsen
95 81 88 37
torhill2@online.no

Varamedlemmer:
Berit Lånke
91 84 59 95
berit.lanke@gmail.com

Ragna Berget Jørgensen
97 75 61 44
rbergetj@online.no

Gunnstein Emmerhoff
99 32 59 67
gunnstein.emmerhoff@lyse.net

Sylvia Labugt
90 10 39 58
sylvia.labugt@gmail.com

PENSJONSUTVALGET
Rannveig Bærheim (vikar)
48 14 67 37
ranveig.berheim@lyse.net

HELSE- OG VELFERDSUTVALGET

Jeanne Billehaug
95 20 60 26
jeanneb@online.no

KURS-KONTAKT-KONFERANSEUTVALGET

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

VERVEKOMITEEN

Nils Mæhle
90 92 26 73
nils.mahle@outlook.com

KOMITE FOR INFORMASJON OG OMDØMMEBYGGING

Torhild Larsen
95 81 88 37
torhill2@online.no

KOMITE FOR ELDRERÅDSARBEID

Rannveig Bærheim
48 14 67 37
ranveig.berheim@lyse.net

REDAKTØR

Margaretha Hamrin
95 23 21 31
mgh@hamrin.no

SVINDEL AV ELDRE



Gode LOP'ere,

Nesten daglig blir jeg utsatt for svindelforsøk. Tidligere var det via telefon, og gjerne på dårlig norsk, slik at de var relativt lette å avsløre. Nå er de mer avanserte, bruker logoer som til forveksling er lik originalene, og mail-adresser der bare et siffer eller en bokstav skiller seg fra originalen, samtidig som norsken, med få unntak, er perfekt.

I tillegg er de blitt mer aggressive og truer med å slette innholdet på datamaskinen eller med politianmeldelse. I et tilfelle hadde de brukt min egen adresse slik at det var umulig å se hvem som hadde sendt mailen. På forespørsel til politiet om jeg måtte få ny mail-adresse, fikk jeg bare beskjed om at det var enkelt for profesjonelle svindlere å hacke seg inn i postadressene, og at jeg bare skulle slette mailene uten å åpne vedlegg. Forsøk på å videresende mailen til banken min var heller ikke mulig. Jeg er til og med blitt bedt om å betale regninger for LOP- medlemmer jeg har på min mail-liste. Har du først betalt et mindre beløp til en svindler, vil du garantert få nye krav.

Jeg hørte nylig om en eldre dame på over 90 år som var svindlet av en angivelig politimann. Han opplyste at politiet hadde funnet ut at hun var forsøkt svindlet, og at de trengte opplysninger for å avsløre svindelen. Resultat; svindel av 100.000 kroner før det var gått et døgn, og til familien fikk sperret kontoen hennes.

Husk at dersom du får et tilbud som er for godt til å være sant – så er det oftest det. Arv fra ukjente, eller at du skal

forvalte store pengesummer mot et klekkelig vederlag. Gode tilbud på nettet der varene aldri kommer fram, men er forhåndsbetalt.

Dette er bare trist. Jeg håper dere alle har unngått å bli svindlet, og at dere følger rådene om aldri å oppgi kortnummer eller kodene på bankkortene. Seriøse aktører vil aldri be om dette. Et godt råd er å ta en telefon til banken før du oppgir noen sensitive opplysninger. Politiet, bankene, NAV og skattemyndighetene vil alltid be om bank-id, brikke eller mobil, før du skal oppgi sensitive opplysninger.

LOP vil sørge for at våre medlemmer skal få god og adekvat veiledning om svindel av eldre.

Jeg ønsker dere alle en GOD OG SVINDELFRI FØRJULSTID!

Rannveig Bærheim
Leder i sentralstyret i LOP



Nå er snart 2022 over, og bra er det at 2023 står og venter på oss. LOP har allerede mye på agendaen for 2023. Og nå i desember 2022 legges kravene for statsbudsjettet 2024 frem. I første halvdel av 2023 vil det bli jobbet videre med kravene til både statsbudsjettet 2024 og tryggedrøftinger 2023. I lokallagene er det planlagt mange faglige, kulturelle og sosiale arrangement, og det er også planlagt flere spennende turer i inn- og utland.

LOP trenger hver og en av dere, og LOP trenger enda flere medlemmer. Jo flere vi teller, jo tyngre aktør blir vi både i forhold til pensjonistenes kulturelle, sosiale, helsemessige og økonomiske interesser.

I november og desember har vi hatt en intensiv verveksjon gående. Og verveksjonen har gitt nye medlemmer, spesielt i lokallag. Det er bra, fordi lokallagene hadde mindre tilsig med nye medlemmer under koronanedstengingen av landet. Et LOP i vekst ute i lokallagene vil gi glede og aktivitet til mange mennesker. Lokallagene i LOP er et godt sted å tilhøre.

Våren 2023 har LOP planer om en ny verveksjon, hvor fokuset vil bli rettet mot både enkeltmedlemmer og fagforbund.

Medlemskontingenten er LOPs viktigste inntektskilde. Beløpet er ikke så stort for hver og en av dere, men summen til sammen er avgjørende for drift og utvikling av organisasjonen vår. I tillegg er det i høst søkt om både momskompensasjon og statsstøtte.

Velkommen til alle nye medlemmer. Ta gjerne kontakt med et lokallag. Kontaktinformasjon finnes bakerst i bladet.

Med ønsker om en riktig god jul og et godt nytt år!

Wenche Fandlie
Daglig leder LOP

LOP HAR SAMARBEID MED:

- Norsk Sykepleierforbund
- Skolelederforbundet
- Presteforeningen
- Meteorologisk Institutt
- Norsk Radiografforbund



Rapport fra sentralstyrets arbeid

Sentralstyret hadde digitalt møte 7. september. Neste møte er 22.-23. november, og denne gongen eit fysisk møte.



Lops sentralstyre, fra venstre: Gunnstein Emmerhoff, Nils Mæhle, Torhild Larsen, Rannveig Bærheim, Einar Størkersen, Turid Sølland, Turid Mæhre Olsen, Ragna Berget Jørgensen, Kjell Bugge, Jeanne Billehaug og Berit Lånke.

To saker fra møtet 7. september

OPPLÆRING AV ELDRERÅDA

Det vart gjort slikt vedtak:
Komité for eldrerårsarbeid utformer et brev om opplæring av eldrerådene, som sendes til
- Helse- og omsorgsminister Ingvild Kjerkol
- KS
- Senteret for et aldersvennlig Norge
- Lokallagene

Poenget til LOP er at eldreråda etter kommunelova er organ på linje med dei andre kommunale organa, og skal difor delta i den felles opplæringa av folkevalde i kommunen.

VERVEAKSJON HAUSTEN 2022

Her viser eg til brevet som er sendt til lokallaga om verving. Det er snakk om ein relativt kort periode hausten 2022 (1. november – 31. desember 2022), og ein lengre periode i første halvår 2023. Det er viktig at både lokallag og einskildmedlemmer engasjerer seg i vervinga. Personleg har eg hatt stor glede av dette vervearbeidet. LOP har ei unik oppgave på vegner av dei offentlege pensjonistane, på nasjonalt plan drøftingsrett i høve til trygdeoppgjæret og forhandlingsrett for statsbudsjettet. Pensjonistforbundet har dei same rettane. For LOP

er det viktig å ha mange medlemmer bak dette viktige arbeidet vårt.

OPPGÅVER

LOP har to hovudoppgåver: 1. Sosiale. 2. Fagpolitiske

Sentralstyret vil naturleg leggja hovudvekta på dei fagpolitiske oppgåvene. Døme: Trygdeoppgjæret (jf pensjonar) og statsbudsjettet, samordningsfella, fastlegeordninga, ordninga Pasientreiser, tannhelse for eldre, behovet for nye sjukeheimplassar, god heimeomsorg, rekruttering av fagpersonale til helse- og omsorgssektoren, ernæring for eldre og andre relevante saker.

Lokallaga vil ha fokus på meir sosiale oppgåver, møta kvarandre i medlemsmøte og på turar. Medlemsmøta har også ofte eit klart fagpolitisk innhald med interessante fagpersonar som førelesarar.

Samtidig er det naturleg at lokallaga tek opp aktuelle saker i vertskommunen, t.d. knytte til helse- og omsorgssektoren. Og eg vil understreka: Lokallaga må arbeida for å få medlem(er) i eldrerådet i kommunen.

Nils Mæhle

Nestleiar i sentralstyret i LOP



For å få en bedre pensjonsordning, ber LOP om at det **nedsettes et utvalg** med et **bredere og mer adekvat mandat**, der også **eldreorganisasjonene** er representerte.

ET FORBEDRET PENSJONSSYSTEM?

LOP har levert høringsvar til Norsk offentlig utredning (NOU) 2022: 7 Et forbedret pensjonssystem. Pensjonsutvalget ble oppnevnt i 2020 for å beskrive pensjonssystemet og evaluere om de langsiktige målene i reformen kan nås. Utvalget skulle videre se på mulige justeringer for å sikre pensjonssystemets sosiale og økonomiske bærekraft. Her kan du lese høringsvaret vårt.

GENERELT

LOP synes utvalget har et altfor snevert mandat, som ikke åpner for reell evaluering av pensjonsreformen. Mandatet spør om hvordan pensjonsreformen har blitt kommunisert ut. Selv om pensjonsreformen har en språklig form og innhold som er svært krevende for mange, inkludert noen stortingspolitikere LOP har snakket med, så har ikke utvalget lagt vekt på dette viktige punktet.

Utvalget ser ensidig på økonomiske konsekvenser, og i for liten grad på andre faglige dimensjoner som levekår, sosiale ulikheter, livsfaser, og et mer overordnet samfunnsperspektiv utover det økonomiske.

Offentlig tilsatte har akseptert moderat lønn sammenlignet med de som har tilsvarende utdanning i privat sektor. Forutsetningen for dette var at offentlig tilsatte skulle være sikret en tilfredsstillende og trygg pensjon. Pensjonsreformen har rokket ved denne premissen.

LOP mener at et en av utvalgets viktigste konklusjoner er at pensjonsreformen i dag er samfunnsmessig bærekraftig.

- Dagens pensjonister har selv betalt det meste av sin pensjon gjennom trekk i lønn, skatter og avgifter og reduserte pensjonsutbetalinger. Spesielt har pensjonister som ble pensjonister etter 2014 blitt hardt rammet, og vil aldri kunne ta igjen det tapte i og med at pensjonene i fortsettelsen skal reguleres med gjennomsnitt av lønns- og prisvekst.

- Samordningsfella for offentlige pensjonister har rammet mange offentlige pensjonister, i særlig grad fødselskullene 1944-1953, men også kullene 1953 – 1962. Vi vet at flere partier på stortinget ønsker å avvikle samordningsfella. Det burde imidlertid vært en ordning som rettet opp denne uretten for dagens pensjonister, dette spørsmålet var hverken med i mandatet eller i rapporten fra utvalget. Samordningsfella for offentlige pensjonister ser heldigvis ut til å forsvinne i nytt pensjonssystem.

- LOP er glad for at pensjonsutvalget har påpekt nødvendigheten av god og tidlig informasjon slik at pensjonistene kan gjøre selvstendige valg.

- LOP mener fortsatt at samordning av pensjonene mellom ektefeller/samboere må fjernes. Innsparinger her kan gjøres via skatteseddelen, heller enn gjennom reduksjon i pensjonene.

- Hvor er betraktningene om samfunnsøkonomisk bidrag fra pensjonistene?

1. Frivilligheten – økt pensjonsalder vil antakelig redusere frivilligheten.

2. Mange pensjonister betaler mer i inntektsskatt og skatt på formue enn dagens lønnsinntakere.

Det er viktig for LOP at det ikke gjøres noe med tjenstepensjonsvilkårene. Tjenstepensjonen må fortsatt reguleres med økningen i G, eller med lønns- og prisvekst, og at ordningen ellers bevares slik den er tenkt i det nye systemet.



LOP synes ordningen med etterlattepensjon/ ektefellepensjon er **uklare, sterkt svekket og slår uheldig ut for mange av våre medlemmer.**



LOP synes ordningen med etterlattepensjon/ ektefellepensjon er uklare, sterkt svekket og slår uheldig ut for mange av våre medlemmer.

LOP mener at flyktninger, og de med opphold på humanitært grunnlag, bør få en pensjon å leve av. Selv om de har kortere botid enn 40 år, bør de uansett sidestilles med våre minstepensjonister. Målet må være at alle får minimum minste pensjonsytelse når rettigheter fra andre land inkluderes.

Det er stor urett i dagens ordning for årskullene 1959 – 1962. 1962-kullet får en garanti på bare 62% av sluttlønnen, mens 1963 -kullet er estimert til 67% ved avgang ved 67 år. Det er en stor urettferdighet, og våre medlemmer reagerer veldig på dette når vi møter dem med orientering om pensjon. LOP mener at alle disse kullene skal ha 66% garanti slik som øvrige grupper i den gamle ordningen. De bør jo ikke bli straffet fordi man ikke klarte å få til en ny ordning tidsnok til å inkludere disse årskullene, som dermed falt mellom alle tenkelige stoler. Snakker vi om sosial bærekraft, så er dette den minst bærekraftige i hele pensjonsordningen.

Det er en mangel i rapporten å ikke rette søkelyset mot arbeidsgiver. Det må stilles langt større krav til seniortiltak og tilrettelegging hvis folk skal kunne stå lenger i jobb, noe som er hovedmålet for myndighetene. Slik det er nå, blir mange presset ut av arbeidslivet i stedet for å bli oppmuntret og gitt incentiver til å stå lenger i jobb. Uansett levealder, vil ganske mange slite

med å stå så lenge som forventet. Dette kan føre til større grad av uførhet blant eldre, og det er vel ikke et sunt samfunn som har en stor gruppe uføre. Det er et stort paradoks når arbeidslinja står så sentralt.

Det er en del usikkerhet ved det nye, foreslåtte AFP-tillegget i offentlig sektor. Det skrives at det ikke er regelfestet, og at man venter på avklaring i privat sektor før man vurderer hvordan AFP- tillegget skal organiseres og finansieres. AFP-tillegget, og overgang fra tidligpensjon til et påslag/tillegg, ble vedtatt i 2018. Den er en viktig bestanddel i den nye ordningen, og størrelsen på den er helt avgjørende for at den nye ordningen kan kalles akseptabel. Blir betingelsene og størrelsen endret til det verre i forhold til eksemplene som foreligger, er vi nødt til å revurdere vår støtte til det nye systemet.

ALDERSGRENSENE

LOP mener at det er viktig at aldersgrensene for pensjonsavgang beholdes som de er. Vi mener helt klart at 62, 65 og 67 år fortsatt skal være de faste aldersgrensene i folketrygden og i tjenstepensjonsordningen.

MINSTEYTELSENE

LOP avviser pensjonsutvalgets forslag om årskullsspesifikke minsteytelser – minsteytelserne må være lik for alle. LOP mener det er viktig at minsteytelserne kommer opp på et nivå som er til å leve av. At vi skal ligge på minst EUs standard, kalt fattigdomsgrensa, burde være et minstemål.

LOP støtter utvalget i at garantipensjonen skal gi en trygghet for at tjenstepensjoner alltid skal gi en pensjon som er høyere enn minstepensjonen, og at opptjening av pensjonspoeng skal være fra første krone.

LOP støtter forslaget om at minsteytelserne og uførepensjoner skal reguleres med lønnsveksten.

UFØREPENSJON

LOP er enig med utvalget i å øke opptjeningsalder for uføre fra 62 år, men støtter mindretallet i at det skal være til 67 år, slik at uføre skjermes for levealdersjustering.

LOP mener også at den såkalte «uførefella» må fjernes omgående. Det er helt urimelig at uføre skal tape mye penger fordi det skal gjelde andre opptjeningsregler ved overgang fra delvis uføre fra pensjonskassene til over 50% uførhet fra NAV. Den første pensjonsberegningen for uførhet, i tillegg til opptjening underveis som delvis ufør, må ligge til grunn for utbetalingen ved mer enn 50% uførhet.

PENSJONSREFORMEN

RAMMER KVINNENE HARDERE

Mange kvinner jobber deltid og er lavtlønnte. Noe som gjør at de har tjent så lite gjennom livet at de ikke får tatt ut alderspensjon før 67 år, og ender ofte opp med minsteytelsen (garantipensjonen). Denne krymper for hvert årskull som følge av levealdersjusteringen.

TIL SLUTT

Det ligger et omfattende og godt arbeid bak denne rapporten, med de begrensningene og manglene vi påpekte i begynnelsen.

LOP registrerer at utvalget konkluderer med at pensjonssystemet vårt er samfunnsøkonomisk bærekraftig, selv med de økte utgiftene som den nye ordningen innebærer. LOP kan ikke forstå hvorfor utvalget og mange politikere stadig maner om at vi må være forsiktige med «for gode» pensjonsordninger, for da vil ikke velferdssamfunnet være bærekraftig. Denne rapporten konkluderer med at det ikke er tilfelle slik utviklingen har vært hittil, og for de nærmeste tiårene. Likevel legges det opp til den høyeste pensjonsalderen i Europa, med de dårligste mulighetene for tidligavgang og et minstepensjonsnivå godt under EUs fattigdomsgrense.

Hvor er logikken i det? Hvorfor skal eldre etter årelang samfunnstjeneste som har lagt grunnlaget for verdens beste samfunn å leve i, bli straffet og mistenkeliggjort med at vi har det altfor godt? Hvorfor er det slik når vi håver inn store inntekter og har et gigantisk «pensjonsfond». Var det riktig at pensjonsfondet ikke forble pensjonsfond, men en gullgrube som forvaltes av bank og finans, ikke politikere med ansvar for et mer overordnet samfunnsperspektiv?

For å få en bedre pensjonsordning, ber LOP om at det nedsettes et utvalg med et bredere og mer adekvat mandat, der også eldreorganisasjonene er representerte.

TANNHELSE PÅ AGAENDAEN



I august i år ble det utnevnt et offentlig utvalg som skal se på en fremtidig utvidelse av den offentlige tannhelsetjenesten. LOP, ved Kari Kjenndalen, er representert i utvalget som har fått i oppdrag å utarbeide og vurdere forslag som kan sikre at tannhelsetjenestene blir likestilt med andre helsetjenester. Utvalget skal gjøre en helhetlig gjennomgang av tannhelsetjenesten, noe som også inkluderer organisering, finansiering og rettigheter. Arbeidet i dette utvalget om tannhelse skal lede frem til en Norsk Offentlig Utredning (NOU), og utvalget har fått i oppdrag å levere sin endelige rapport innen utgangen av juni 2024.

En ny forskningsartikkel viser nå at personer over 65 år som mottar hjemmehelsetjenester har dårligere

tannhelse enn resten av befolkningen. Bak den nye forskningsartikkelen som er publisert i tidsskriftet Gerodontology står det norske forskere. Disse har gjennomgått 18 fagfelleverderte vitenskapelige artikler fra et bredt antall land. Artikkelen viser hvordan mange får problemer med å ivareta egen tannhelse ettersom de blir eldre.

Mange eldre har ubehandlet tannråte, plakk og problemer med tannkjøtt, og forskerne bak artikkelen mener det er grunnlag for å kunne si at eldre som er omfattet av hjemmehelsetjenesten generelt har dårlig tannhelse. Samtidig påpekes det at det er for lite forskning, og kunnskap, om tannhelsens påvirkning på livskvaliteten hos de eldste av oss.

LOP, ved Kari Kjenndalen, er representert i utvalget som har fått i oppdrag å utarbeide og vurdere forslag som kan sikre at tannhelsetjenestene blir likestilt med andre helsetjenester. Dette er vi svært fornøyd med, særlig fordi LOP har vært pådrivere i mange år for å få satt tannhelse på agendaen.

DIGITALISERT HELSEVESEN



En helt ny studie ved Nord Universitet viser at mange eldre sliter med å bruke digitale helsetjenester, og at dette blant annet går ut over pasientenes verdighet. Mange opplever at de blir mindre selvhjulpne og mer avhengige av hjelp.

«Det viktigste funnet er at eldre har en følelse av hjelpeløshet og av fiasko når de skal bruke nye digitale helsesystemer. Behovet for å be om hjelp kan få eldre voksne til å føle seg mer sårbare og til og med ydmyket». Det sier professor Lisbeth Uhrenfeldt ved Nord universitet til nettstedet Forskning.no. Sammen med en

forskergruppe har hun utført en studie om eldres bruk av digitale helsetjenester.

Mange hindringer oppstår når programvare endres eller i møte med teknologi som ikke fungerer. Det å bestille legetime, ny resept eller å sjekke testresultater går fra å være enkle ting man er vant til å gjøre, til å bli vanskelige oppgaver når man må hankses med nye digitale systemer. Plutselig opplever mange en større avhengighet av andre mennesker for å kunne utføre det som tidligere var uproblematisk oppgaver.

Kvardag og fest

Før var det vadsmål til kvardags og finstas til fest.
Nå er det dongeri til kvardags og dongeri til fest.

Før var det kvardagskost til kvardags og festmat til fest.
Nå er det festmat til kvardags og festmat til fest.

Før var det vatn og mjølk til kvardags og øl og vin til fest.
Nå er det øl og vin til kvardags og øl og vin til fest.

La kvardag vera kvardag og fest vera fest.

Kjell Grude, Kvernaland

(Diktet er hentet fra Grudes diktsamling "Vandringstankar", Alpha Forlag, 2021)



BESKYTT DEG MOT SVINDEL

En ny undersøkelse som Norstat har gjort for Frende Forsikring viser at hele ni av ti personer har fått e-post, SMS eller telefoner fra svindlere. De aller fleste sletter mistenkelige meldinger og legger på når ukjente ringer, men samtidig var det i følge undersøkelsen tre prosent som har klikket på lenker de fikk oversendt for å se hva dette var.

Tekst: Margaretha Hamrin

I anledning denne undersøkelsen uttalte IT-sikkerhetssjef Tron Ingebrigtsen hos Frende Forsikring at det å klikke på slike lenker medfører risiko og i verste fall også store kostnader for den det gjelder.

Siden 2020 har det vært en tidobling i antallet personer som har fått kontoene sine tømt etter svindel med BankID. Dette problemet ventes ikke å få en snarlig løsning, og Økokrim skriver i sin trusselvurdering for 2022 at det jevnlig rapporteres om bedrageri hvor bedragerne har fått tilgang til fornærmedes nettbank. «Noen av bedragerikampanjene er vanskelig å avsløre, men i stor grad retter bedragerne seg mot fornærmede som har liten digital kompetanse, særlig eldre», skriver Økokrim.

I stor grad retter bedragerne seg mot fornærmede som har liten digital kompetanse, særlig eldre, skriver Økokrim.

Her er noen typiske eksempler på svindelforsøk som mange mottar:

- *Skattemeldingen din er klar. Klikk her for å sjekke.*
- *Gratulerer, du er innkalt til intervju! Logg inn med BankID for å bekrefte intervjuavtale.*
- *Vi har oppdaget mistenkelig aktivitet på kontoen din, ring oss så fort som mulig!*

Det har vist seg at det spesielt er personer over 60 år som er sårbare for denne typen svindel. Det er i denne aldersgruppen at man har lært seg minst om datasikkerhet. Derfor er det ekstra viktig at denne aldersgruppen er oppmerksom på det store omfanget av slike svindelforsøk, og tar sine forhåndsregler mot disse.

Hva er det svindlere er ute etter?

I hovedsak er det kort sagt pengene dine som svindlerne er ute etter. Derfor ønsker de å få tak i personlig informasjon, og da særlig kontoinformasjon og BankID-koder. De bruker både oppringninger på telefon, SMS-meldinger, e-post og andre meldingstjenester for å forsøke å få tak i dette. Så husk at hvis noen forsøker å få slik informasjon fra deg, så IKKE gi dem dette.

Det er ikke alltid så lett å vite om en e-post eller SMS er det den utgir seg for. Et eksempel på dette fant sted tidligere i høst da flere tusen nordmenn mottok samtaler som utgav seg å være fra Telenor, men som i virkeligheten var svindel. Og for bare noen uker siden kunne avisene rapportere at mange hadde fått e-poster som så ut som de var sendt ut fra Telenor, med melding



om at de hadde betalt faktura to ganger og at de derfor hadde penger til gode. Det er ikke lett å se at dette er svindel da avsenderadressen ser ut til å være Telenor.

Hver måned blir mange norske merkevarenavn brukt til slik fakturasvindel, så hva kan man da gjøre? Det aller viktigste er å ikke oppgi slik informasjon som de kriminelle er ute etter. Hvis du er i tvil om det virkelig er banken din, Telenor eller noen andre du er kunde hos som har henvendt seg til deg, så sjekk heller en gang for mye ved for eksempel å ringe kundeservice og spørre om det virkelig er de som har gjort en slik henvendelse. Det kan spare deg for mye annet trøbbel.

En annen metode svindlerne har tatt i bruk er falske

oppringninger der de oppgir seg å være en fra politiet som vil advare deg mot svindel. Det kan være lett å skvette litt hvis man plutselig har politiet på tråden, men ikke la deg lure, politiet vil ikke be deg om å oppgi personlig betalingsinformasjon.

Noe av det viktigste å huske er dette:

Ikke gi fra deg person- eller kontoopplysninger til noen som henvender seg til deg på telefon eller e-post.

Gi aldri fra deg passord eller pinkoder – uansett.

Still aldri din konto til disposisjon for overføringer fra ukjente.



Gratis kurs

Nettvett.no er et samarbeid mellom Nasjonal sikkerhetsmyndighet, Norsk senter for informasjonssikring og Nasjonal kommunikasjonsmyndighet. På deres sider kan du holde deg oppdatert på hvilke svindelmetoder som benyttes for tiden, og du kan ta kurs i nettvett som vil gjøre deg bedre rustet mot å bli offer for slik svindel.

ET MANIFEST FOR FRED

26. juni 2022 ble et Manifest for Fred undertegnet i Katowice, Polen av Assembly of Women og delt ut til deltakerne på World Urban Forum (WUF)11. World Urban Forum arrangeres annet hvert år av FN Habitat som et faglig forum for deltakere fra myndigheter, det sivile samfunn, privat næringsliv, akademika med flere, for å diskutere ulike sider av global by- og regionutvikling.

Tekst: Anne Margrethe Lunde, medlem i LOP og rådgiver til styret i Habitat Norge

Årets hovedtema var ”Transforming our Cities for a better urban Future”. Temaet ble belyst og diskutert på 400 ulike arrangementer. Mer enn 17000 deltakere deltok fra 154 land.

På den første dagen ble et ”Manifest for Fred” vedtatt og undertegnet av ”Assembly of Women” og formidlet til alle deltakerne. Dokumentet var utarbeidet av en rekke internasjonale kvinnegrupper (19 grupper) som blant annet deltok i forberedelsene til Habitat III og Bærekraftmålene. De ønsker å samle og fremme kvinners synspunkter på urban politikk og bærekraftig byutvikling. De ønsker nå å komme med en sterk appell om fred og kvinners deltakelse i konfliktløsning og fredsarbeid.

Manifestet understreker at krig og konflikter går mest ut over kvinner. Det pågår konflikter som kvinner lider under i en rekke land og områder. Manifestet oppfordrer derfor kvinner om å delta aktivt for å få slutt på konflikter og krig. Men Manifestet understreker at for å oppnå dette må det være adgang for kvinner til de samme rettigheter som menn slik det er fastslått i en rekke FN-konvensjoner og resolusjoner. Særlig i resolusjon 1325 understrekes det at kvinner skal inkluderes i fredsinitiativ og fredsinnsetts.

Mange byer er i dag scener for ødeleggelser, vold og kriger, Manifestet oppfordrer kvinner til å gå sammen om å skape en bevegelse av kvinnelige ”fredsbyggere” og at de skal starte straks og bruke sine ressurser til å oppnå øyeblikkelig våpenhvile og fredsforhandlinger, - fordi fred er en uunnværlig forutsetning for en bærekraftig framtid for menneskers bosettinger.

Manifestet ber også innstendig verdens stater om å bygge ”fredsbyer” som fremmer bærekraft, beskytter naturen og balansen med spredte bygdesamfunn og trygger matproduksjon som nå er truet av pandemi, konflikter, organisert kriminalitet og globale monopoler.

Alle må delta, manifestet henvender seg til ledere på alle relevante områder for å få gjennom en ressursbruk som kan løse konflikter gjennom forhandlinger og avtaler innenfor et rammeverk av gjensidig respekt. Og uten diskriminering basert på etnisitet, rasisme, mannlig seksuell dominans og andre uttrykk i strid med menneskers verdighet.

Forfatterne av Manifestet uttrykker et sterkt ønske om at sameksistens mellom alle folkeslag i verden skal bygges på ånden FN ble skapt i. Menneskerettighetene og retningslinjene i 2030-agendaen skal legges til grunn med særlig vekt på bærekraftmålene 5, 11 og 16 som garanterer fullstendig likhet for alle mennesker, inkludert likhet mellom kvinner og menn.

Videre henvender Manifestet seg konkret til internasjonale ledere i FN, EU, Nato, regjeringer og nasjonale ledere med flere, om å arbeide for å beskytte byer, garantere kvinners deltakelse i all post-konflikt gjenoppbygging og ikke minst å fremme strukturelle endringer som garanterer varig fred og bærekraftig utvikling.

Denne artikkelen er et sammendrag av noen av hovedpunktene i ”Manifest for Fred” som i sin helhet er lagt inn på Habitat Norges hjemmeside (www.habitat-norge.org)

**Kvinner må delta i konfliktløsninger
ellers blir det ikke fred eller en bærekraftig verden**



OM FN HABITAT OG HABITAT NORGE

FNs bosetningsprogram (UN-Habitat) har som rolle å forbedre forholdene i urbane områder. UN-Habitat jobber for å bygge inkluderende, trygge, robuste og bærekraftige byer og samfunn. Deres mål er at alle skal ha tilstrekkelig husly, tilgang på rent vann og gode sanitærforhold. UN-Habitat arbeider etter visjonen ”bedre livskvalitet for alle i en urbaniserende verden”.

Habitat Norge er en norsk ikke-statlig organisasjon, etablert i 1988, med det overordnede målet å fremme interessen og bevisstheten om globale urbane utfordringer og bosettingsspørsmål. I dag bor mer enn halvparten av verdens befolkning i byer. Den raske urbaniseringen er tydeligst i byer

i det globale sør, og uformelle bosetninger og fattige byområder vokser mest. I disse områdene, så vel som i byene generelt, møter bybefolkningen stadig mer komplekse utfordringer når det gjelder å sikre tilstrekkelig bolig, varighet, riktig infrastruktur, tilstrekkelig offentlig transport og sikre rettighetene til de som bor i marginaliserte byområder tilgang til offentlig tjenester.

Habitat Norges arbeid utføres med frivillig arbeid, hovedsakelig av styret. Styret består av fagpersoner fra forskjellige fagområder, med høy kompetanse på by- og bosettingsspørsmål gjennom faglig arbeid og yrkeserfaring.

Manglende språkkunnskaper: EN STOR UTFORDRING

Viktigheten av god kommunikasjon understrekes i mange sammenhenger, og med rette. Det å forstå og bli forstått er en av forutsetningene for et godt liv, ikke minst når man blir eldre og kanskje litt mer avhengig av tjenester og service fra andre personer.

Tekst: Margaretha Hamrin

Flere elderråd rundt i landet har på ulike måter tatt opp utfordringene med at mange av tjenesteyterne som eldre mennesker skal kommunisere med ikke har de nødvendige språklige forutsetningene til å kunne kommunisere på en måte der noen av partene klarer å gjøre seg forstått.

Tidligere i år ble LOPs styreleder Rannveig Bærheim intervjuet av Stavanger Aftenblad om dette temaet. Som busspassasjer opplevde hun at bussjåføren ikke kunne svare på et enkelt spørsmål om hvor bussen stoppet. «Det skaper utrygghet når våre eldre er avhengige av et stort antall servicearbeidere som verken behersker grunnleggende norsk eller har tilstrekkelig lokal- og kulturkunnskap» uttalte Rannveig Bærheim til avisen, der hun også sa: «Det er denne biten vi synes er vond. Når språkkunnskapene ikke er gode nok blir eldre utrygge. Mange hører dårlig når de blir eldre. Når man ikke kan få komme fram med sine problemer eller føle at man blir tatt på alvor, så skapes en situasjon der veldig mange eldre bare lar være å spørre om ting, fordi de ikke får noe svar. Det synes ikke jeg og elderrådet er bra nok. Vi tenker man må ha godt nok språkgrunnlag for å være i serviceyrker.»

«Dette er en utfordring som kan gå sterk ut over livskvaliteten til de eldre og skal tas på alvor» det sa Alexander Rügert-Raustein fra MGD i en kommentar til avisen. Han tok deretter saken opp i fylkesutvalget i Rogaland der han etterlyste hva som kan gjøres for å løfte norskunnskapen hos servicearbeidere i fylket.

Fylkeseldrerådet i Rogaland gjorde deretter følgende vedtak: «Eldrerådet ser det som en utfordrende og fremmedgjørende situasjon at våre eldre borgere er avhengig av et stort antall servicearbeidere som ikke behersker grunnleggende norsk og har tilstrekkelig

lokal- og kulturkunnskap. Dette gjelder både innen buss, drosje, sykehjem og hjemmehjelp men også innen andre serviceyrker. Eldrerådet ber Fylkesdirektøren sørge for at arbeidsinnvandrere får tilstrekkelig krav til norskopplæring og at ansatte i transportyrker også har tilstrekkelig lokalkunnskap».

Dette temaet var også sentralt i en sak som ble behandlet i Bergen elderråd den 29. september i år. Saken omhandlet mange svakheter ved ordningen Pasientreiser. Vedtaket i saken ble sendt til statsråd Ingvild Kjerkol med kopi til styret for Pasientreiser HF. I vedtaket heter det blant annet: «Vi kan dokumentera at mange, ikkje minst eldre, har svært uheldige erfaringar med desse reisene. Stikkord kan vera: 1. Uklare meldingar frå sjukehus og sjåfør. 2. Lang ventetid. 3. Mange i same bil, uansett situasjonen til pasienten. 4. Språklege utfordringar med sjåfør. Eldrerådet viser til dette, og ber helsebyråden ta saka opp med relevante instansar. Vi ynskjer tilbakemelding frå byråden om korleis ho går vidare med saka».

NRK Forbrukerinspektørene og Fagforbundet helse og sosial har tidligere gjennomført en spørreundersøkelsen om temaet språkkunnskaper. Svarene viste den gang at 60 prosent svarte «JA» på spørsmålet om de har opplevd kritikkverdige episoder som følge av at ansatte i pleie og omsorgstjenesten snakker for dårlig norsk. Dette var alt fra alvorlige episoder med feilmedisinering til at pasientene blir redde fordi det oppstår så mange misforståelser.

For framtiden vil både servicenæringer og helse- og omsorgssektoren være helt avhengig av alle gode krefter, også arbeidstakere som ikke har norsk som morsmål. Derfor er det helt avgjørende å ha god og kvalifiserende norskopplæring.

LOP Bærum på sommertur til RAMME GÅRD



39 ivrige medlemmer av Bærum lokallag av LOP og av Landsforeningen for Hjerter og Lungesyke Bærum avsluttet sommeren med tur til Ramme gård i Hvitsten i Vestby i Follo, Viken den 31. august.

Ramme Gård er en kulturdestinasjon som er nøye planlagt over tid. Hele opplevelsen er et kunstverk, livsverket til Petter Olsen, rederiarving og kunstsamler.

Dagen startet med en behagelig bussreise fra Bærum. Innledningsvis fikk vi omvisning i Havlystparken. I parken er det innslag fra ulike epoker og kulturer – fra det norske til det eksotiske; blomsterallé, urtehage,

frukt- og rosenlunder, eng og arboret. Parkanlegget har kunst som spenner hele tidsrommet fra antikken til vår egen samtid, med vekt på klassisk figurativ kunst og havekunst.

Etter avsluttet omvisning var det godt med lunsj bestående av økologiske produkter fra Ramme gård samt kake og kaffe i restauranten.

Siste post på programmet var omvisning i Ramme billedgalleri, som er et underjordisk billedgalleri med lokal kunst fra Edvard Munch og andre kunstnere med Hvitsten-tilknytning.



Vossinger på hausttur

14.-15. september var vossinger frå LOP på triveleg tur til Tysnes og Haaheim gard. Husfar Torstein tok vel imot oss, både på hotellet og i sjokoladefabrikken på kaien. Mat og drikke var både godt og rikeleg! Takk for turen til Astrid og Einar!

REPUBLIKKEN *FINNSKOGEN*



Nye og gamle tider, skogfinneantrekk og mobil telefon ...



Republikken har både fane og flagg

Finnskogen eller Finnskogene er et stort sammenhengende skogområde langs riksgrensen mellom Norge og Sverige, nærmere bestemt mellom Solør i Norge og Varmland i Sverige. Området har fått navnet etter finske innvandrere som gikk fra Savolax i Finland til Sverige. Der ble de sendt videre til Norge med kongelig løfte om økonomiske fordeler hvis de forlot Sverige. Innvandringen startet på 1570-tallet og pågikk til rundt 1630.

Innvandringen skyldtes nød i hjemlandet og de kom ikke til en bugnende hage, men til et karrig skogsområde. Å overleve må ha vært et blodslit med å rydde skog og svi av gress for å få jord til åkerlapper. I dag er etterkommerne etter skogfinnene den femte største offisielle minoritetsgruppen i Norge.

REPUBLIKKEN FINNSKOGEN

For å holde minnene om skogfinnene levende har Republikken Finnskogen blitt markert hvert år siden 1970. Den andre helgen i juli heises flagget og republikken markeres kl. 18.00. Den finske ambassadøren til Norge er hjertelig til stede. Deretter går det slag i slag med gudstjeneste, utstillinger, markeder, teaterforestillingen «Spillet om innvandrerne» og firing av flagget kl. 18.00 søndag.

LOP-TUR

Et geografisk greit og et spennende turmål for LOP Romerike! Styret var spent på oppslutningen om en tur 9. juli midt i tradisjonell ferietid. Påmeldingen ble gledelig bra og nesten like hyggelig var epostene fra medlemmer som gjerne ville ha vært med, men som hadde feriefravær på det aktuelle tidspunkt.

Charterbuss hentet oss på Lillestrøm. Første stopp var på Perrongen på Årnes for formiddagskaffe med noe å bite i. Veldig hyggelig sted og deilig med en pause. Så bar det inn i skogområdet som følte uendelig og det var langt mellom bolig- og næringsbygg. Å kjøre gjennom Svullrya, republikkens hovedstad og ellers et kommunesenter, var morsomt.

Vel framme var museet et naturlig sted å besøke. Gamle koier, salgsmesser for tradisjonelt håndverk og mye mer fanget interesse. Smaksprøver var det også rikelig av. En av deltakerne hevdet å ha smakt på det spesielle brennevinet til skogfinnene. Den smaksprøven var nok liten. Markedet bød på det meste fra bøker, tekstiler, husflid og salg av brukt interiør. Kvalitet i alle ledd. Ikke en plastvare! Det ble noe mer bagasje på hjemturen.

Vi samlet oss i bussen igjen og la ut på kjøreturen til Kongsvinger. Det hadde ikke vært mulig å forhåndsbestille bord på Finnskogen, og mat måtte vi ha. På Kongsvinger nøt vi en deilig a la carte middag på Castrum Spiseri. God mat og flott service. Da gruppefoto skulle tas ved bussen etter middagen, kom en av servitørene løpende ut og fotograferte så alle kom med på bildet.

MERSMAK

Turen var en fin opplevelse. Det er fristende å arrangere en ny tur neste år, og da være til stede under hele republikktiden og få med både åpning, teaterstykket, noen flere programposter og avslutningen.

Tekst og foto: Maj Lindholt

Med Kjell Aukrust som tema



Indre Østfold LOP hadde onsdag 28. september besøk av forfatter Sigmund Løvåsen og Sissel Kvambe ledet allsang og sang en av sine egne viser.

Det ble en times underholdende og lærerikt foredrag om Kjell Aukrust. Mange kjenner jo hans bøker om Simen og Bror min, og ikke minst har resultatet av samarbeidet hans med Ivo Caprino gjort Flåklypa-verdenen kjent for et par generasjoner nordmenn.

Men Løvåsen fortalte mer om oppveksten og ungdomsåra til Aukrust, og om hans litt vanskelige vei til kunstnerlivet. Aukrust var en anerkjent tegner og maler. Han tegnet julekort i flere tiår, og er du blant dem som tar vare på slike, kan du sitte på en aldri så liten skatt. I tillegg til å male, illustrerte han både noveller og forsider i Allers og Norsk ukeblad. Han døde barnløs 82 år gammel, men levde seg så inn i figurene sine at Ludvig og Solan Gundersen ble som barn for ham.

Løvåsen donerte to eksemplarer av sin nye biografi om Kjell Aukrust til utlodningen, og etter alle positive kommentarer til fordraget, virker det som om flere av de frammøtte vil studere Aukrusts verk med fornyet interesse.

Møtene til LOP er åpne for alle, og denne onsdagen var det drøyt 40 som i tillegg til å høre om Kjell Aukrust, fikk høre mer om foreningen, ble servert deilige snitter og kaker og prøvde lykken i utlodningen.

Tekst: Åshild Jørgensen, leder



Hele gjengen klar for siste etappe i Charterbuss

LOPere fra Rogaland: Sør i Irland



17. august landet 23 forventningsfulle LOP-medlemmer i Dublin. Heldigvis nådde bagasjen også fram, så ingen ble stående uten tannbørste og undertøy.

Lunsjen første dag var et STORT møte med irsk mat. Porsjonene vi fikk både da og ved senere fellesmåltider, var våde velsmakende og godt voksne. Gjennomsnittlig vektøning per person disse seks dagene ble nok ca 2 kg!



Cliffs of Moher

Bestemmelsesstedet første dag var Hotel Savoy i Limerick der vi bodde i tre dager. Flott service, store gode rom/senger/bad, nydelig mat. Et glimrende utgangspunkt for planlagte utflukter!

Første tur begynte vindfullt og vått med en vandretur opp til Poulnabrone dolmen, en gravportal beliggende i et øde, steinete område i Burren, County Clare. Sannsynligvis ble dette anlegget bygd for over 5000 år siden. Spennende!

Mer spenning fulgte med besøk i Aillwee Cave i Burren. Her var vi med på en kilometerlang vandring i kalkstenhuler der vi blant annet så en «innenfjells» foss og stalaktitter og stalagmitter. Den lokale bedriften Burren Smokehouse er ekspert på røyking av laks. Der fikk vi smaksprøver og påfølgende lunsj. Nydelig!

Neste punkt på programmet var kystveien til Cliffs of Moher. Heldigvis var vi blitt kjent med sjåføren som var med oss hele uka. Han var trivelig, vennlig, galant, punktlig og, ikke minst, dyktig. Kjøreturen gikk på utrolig smale og svingete veier som var rammet inn med svære fuchsia-busker og gylne mont brescia. Kontrasten mellom bølgende grønne åser, høye, bratte, mørke klipper, grått skummende hav og klar blå himmel var sterk. Alt dette, med en frisk vind som bakteppe, gjorde turen til noe helt spesielt. Takknemligheten over å få oppleve slikt, var til å ta og føle på!

Etter en formiddag på egenhånd, ble det Afternoon Tea på Dromoland Castle. En opplevelse der både service og servering gav oss en ekstrem luksusfølelse.



Aillwee Cave



Avslutning med Riverdance



Afternoon Tea



Afternoon Tea Dametoalletet

Forkjæling på høyt plan! Dette fortsatte om kvelden; middelalderbankett på Knappogue Castle. Flotte kostymer, fengende underholdning, velsmakende mat. Topp aften!

Påfølgende dag satte vi kursen mot Dublin, underveis besøk med innlagt informasjon om Irlands historie på Rock of Cashel, et kirkeanlegg fra 1100-tallet.

I Dublin var vi på sightseeing og besøkte blant annet Teeling Whiskey Distillery. Ekstra muntert ble det da vi ikke fikk kjøpe de edle dråpene vi hadde smakt på - det var nemlig midt i kirketida.

Avslutningen på turen ble et nytt høydepunkt; pubkonsert og riverdance med dyktig band og flotte dansere. Herlig stemning!

Takk for en flott tur sammen med en svært trivelig og inkluderende gjeng.

Tur til Irland anbefales på det varmeste!

*Jekst: Kirsten Kvalbein Fjeland
Alle foto: Ann-Marie Jonstad Anda*



Middelalderbankett

DAGSTUR TIL RJUKAN med LOP Larvik



8. september var det tid for vår dagstur til Rjukan, og ved 9-tiden var alle deltakere plukket opp av bussen vår fra Lovisenlund og Bommestad. Vi skulle vært 25 stykker, men dessverre var det et medlem som måtte melde avbud grunnet sykdom.



Glade og fornøyde var det 24 deltakere som satte kurs langs Lågendalen mot Kongsberg. Det var ikke så mye liv i bussen så tidlig om morgenen. Men vår reiseleder Bjørn Gundersen kunne fortelle oss mange interessante ting på vår vei oppover Lågendalen.

Første stopp på ca 10 minutter var ved Heddalsvannet hvor vi kunne nyte den fine utsikten over vannet.

På vei mot Rjukan kjørte vi også forbi Heddal Stavkirke, det var ikke tid til å stoppe her. Vi kommer til Rjukan, kjører gjennom byen og mot Vemork. Men her måtte vi parkere bussen på parkeringsplassen før veien til

Vemork. Herfra var det en minibuss som tok oss videre opp til Vemork.

På kafeen her fikk vi servert en nydelig lunsj før vi ble vist inn på en «kinosal» hvor vi fikk se filmen om tungtvanns sabotasjen. En gripende og interessant film som tok en halv time. Deretter fikk vi guiding på Vemork av to inspirerende guider.

På bussen igjen gikk ferden til Søstrene Storaas Hotell hvor vi fikk servert nydelig middag og kaffe med et kakestykke til dessert!



Kari Dahle Halvorsen takket turkomiteen for en interessant og hyggelig tur og vi kan alt glede oss til våren igjen da vi skal ha en tur med en eller to overnattinger.

Tekst: Andrea Ølstad, sekretær

REKORD-OPPMØTE i LOP Indre Østfold



Ikke på lenge har det vært så stort frammøte i lokalforeningen vår som på oktobermøtet. 65 spente pensjonister, hvorav hele 20 ikke-medlemmer, fant veien til vårt medlemsmøte for å oppleve et hyggelig og interessant treff med to svært ulike innslag. Hvilket som lokket flest, kan vi bare gjette, men begge innslagene falt tydelig godt i smak hos publikum.

Først ute var to representanter fra Solgården, et feriested i Spania som mange tydeligvis kjente til. Irene Guvaag, som jobber på det norske kontoret, men ofte deltar på turer til Solgården, fortalte generelt om stedet og tilbudet. Grethe Stople, som mange kjenner fra ulike jobber innen helsesektoren i Eisberg, har bred erfaring som sykepleier på Solgården, og kunne fortelle om hvordan Solgården tilrettela for at alle skulle kunne fungere og være trygge på ferieturen dit. De to fikk flere spørsmål, og det ble delt ut brosjyere og informasjon.

Det neste innslaget var av helt annen art. Da ble vi underholdt av Håkon Utstrand Hauer, en ledig, allsidig og dyktig trubaur fra Trøgstad, nå bosatt i Eidskog. Han holdt seg stort sett til den gamle norske visetradisjonen, men spennet var stort, fra Vazelina til Børli. Han fikk publikum med seg, folk klappet takten, sang med og lo nesten så tårene rant. Her ble det nok mange liv som ble forlenget, skal vi tro ordtaket.

Mellom disse innslagene var det god pause med servering og loddsalg. Det er godt at styret pleier å smøre rikelig med snitter, for det ble mat og også kaker til alle. Heldigvis er det slutt på koronarstriksjoner, og folk passet på å bevege seg fritt rundt i lokalet og hilse på venner og bekjente. Loddsalget gikk strålende, hver åre ble solgt og mange premier delt ut.

Tekst: Åshild Jangen, leder

LOP Bærum: Foredrag om pandemihistorie



«Å bekjempe pandemier gjennom 600 år» var tema da Bærum lokallag av LOP hadde medlemsmøte i Sandvika 24. august. Foredragsholder var professor dr. philos. Ole Georg Moseng som har tidligmoderne historie og medisins- og helsehistorie som sine faglige spesialfelt.

Med Covid-19-pandemien i frisk erindring fikk vi et meget interessant overblikk over 600 års pandemihistorie, både i Norge og verden for øvrig.

Lop-pensjonistene i Moss på høsttur



Vi startet høsten med å invitere til rundtur med buss i Moss kommune 28. september. Terje Pettersen fra avdeling for by- og næringsutvikling i kommunen var guide på turen.

22 forventningsfulle pensjonister startet høstturen med lunsj «Hos Naboen» på Jeløy og ble deretter hentet av en turbuss som alle entret uten større vanskeligheter. Terje Pettersen gav oss et grundig innblikk både i det historiske Moss, byen etter kommunesammenslåingen mellom Rygge og Moss, samt planer for videre utvikling av byen og landskapet rundt. Dette var av stor interesse for LOP-pensjonistene.

Hoppert ungdomsskole med idretts- og flerbrukshall som har 200 tribuneplasser, var første post på ruta til Pettersen. Vi passerte nye boliger under oppføring på Søly og fikk orientering om siste nytt når det gjelder planer for kanalbroen og innsnevringen av både broen og Helgerødgata.

Deretter ble kursen satt mot Rosnes gård, på Jeløy i Moss som har hatt bosetning siden 600-700 e.Kr. Gården har huset flere konger og var i familien Petersons eie fra 1869. I 1939 ble hovedbygningen gitt til daværende Jeløy kommune med navnet «Det Petersonske Aldershjem», senere etablert som Bo- og servicesenter for eldre i Moss. På tidligere Rosnes gård ligger nå boligområdet Perlebukten. Navnet kommer trolig av «Jeløy, en perle ved Oslofjorden».

På vei mot Verket fikk vi en kort innføring i trafikkproblemer ved Tigerplassen som må løses. Vi passerte Verket barneskole som ble tatt i bruk i 1998 og senere utvidet til 1-10 skole da ungdomsskolen ble bygd og her er plass til 720 elever. På høyden over Verket troner Konvensjonsgården, hvor «Mossekonvensjonen» mellom Norge og Sverige ble inngått i 1814. Konvensjonsgården inngår nå i framtidige planer for Østfold-museet.

Verket er fremdeles en stor byggeplass, men begynner å ta form som en moderne bykjerne, under Høegh Eiendoms byggevirkosomhet. For tiden ser vi «Hotel Riveria» reises ut mot sundet, hvor det planlegges et stort parkanlegg for innbyggere i Moss. Vi fikk høre om planen som er i gang for en broforbindelse mellom verket og Moss sentrum.

På vei mot Kambo fikk vi orientering om industri som ble til boliger i Trolldalen, om grønne korridorer som er en viktig del av kommunes boligplaner. Vi besøkte Sjøhagen Brygge som beskrives som et boligparadis på Kambo, med rekkehus og leiligheter rett ved fjorden. Pettersen fortalte at det også planlegges et Sjøhagen Nord på grensen til Brevik i Vestby kommune.

Før turen gikk sørover i kommunen, fikk vi se en spennende utvikling av industri på Vanem industriområde, med pukkverk, lagerhaller for store bedrifter som Europris og Posten, samt tørrhavn, bare

for å nevne noe av det vi så og området har nå i overkant av tusen arbeidsplasser.

Kjøreturen fortsatte gjennom Ryggelandskapet, hvor kanten av raet har skapt mulighet til variert landbruk med grønnsaker, frukt og korn for å nevne noen av landbruksproduktene fra Ryggegårdene. Den eldre bebyggelsen rundt Halmstad sentrum består av eneboliger og rekkehus, mens det nå fortettes med tre- og fireetasjes boligblokker. Vi passerte Halmstad barneskole og kjørte innom Rygge stasjon, hvor Rygge Meieri har etablert et lite utsalg, før vi fortsatte mot Rygge kirke, som vi tidligere har besøkt i forbindelse med ni hundre års jubileum i 2020.

Returen til Moss gikk forbi Dilling stasjon hvor veien midlertidig er lagt om og vi kunne se arbeidet som pågår med Carlberggtunnelen. Deretter passerte vi Rygge Ungdomsskole, som nå er 5 år, før vi satte kursen mot Fjordveien og Værla, med utsikt til den store jernbaneutbyggingen som pågår. Her var det selvsagt mye som kunne sies, men vi fikk utdelt siste nyhetsbrev fra Bane Nord til selvstudier.

Vi fikk et glimt av den helelektriske transportbåten til ASKO som lå ved kai i Moss før bussen igjen passerte broen og det ble litt orientering om de tre forslagene for Riksvei 19 gjennom Moss som nå er under vurdering.

Lop-pensjonistene hadde en meget interessant tur som gav mersmak. Vi takket Terje Pettersen for en spennende og innholdsrik orientering om byen vår slik den fremstår etter sammenslutningen med Rygge kommune 01.01.2020.

Tekst: Sonja Ronneberg og Ragnhild Mønsen



Har du **synspunkter**
du vil dele
med andre LOP-ere?

**Send oss ditt
leserinlegg!**



Send innlegget ditt på e-post til: mgh@hamrin.no

OPPLEV BASKERLAND



Det var 25 forventningsfulle pensjonister fra LOP Bergen og omland som møtte på Flesland for å reise til Baskerland i slutten av september. Denne turen måtte vi avlyse for to år siden på grunn av korona, og flere hadde etterlyst denne turen nå. Vi reiste med KLM til Bilbao med flyskifte i Amsterdam. Alt gikk vel og vi landet etter rute og ble møtt av turlederen Vegard Pettersen fra turoperatøren Escape Travel. Han hadde med seg den lokale guiden, Maria Eugenia, og disse gjorde en god jobb for oss på hele turen. Vi ble innsjekket på hotell Abando – et utmerket hotell! Før middag hadde vi omvisning i gamlebyen Casco Viejo. Kvelden ble avsluttet med en utmerket pintxos-middag på restaurant Bertón.

Dagen etter skulle vi om formiddagen få oppleve det berømte Guggenheim-muséet, som hadde gjort Bilbao til en kulturby. Bygget er rett og slett imponerende, og fra elvesiden ligner det på et skip. Foran inngangen står en stor blomsterdekorert statue av en hund. Den har automatvanning og blomstene blir skiftet etter årstiden. Ned mot Nevriónelven, som går gjennom Bilbao, er det plassert en gigantisk statue av en edderkopp. Vi fikk en flott omvisning i Guggenheim av to engelsktalende guider med svært god uttale.

Før lunsj hadde vi en kort omvisning i nybyen før de fleste av oss tok lunsj på michelinrestauranten Zortziko. Det ble en kulinarisk opplevelse! Baskerne er kjent for

sin gode mat. Om kvelden fikk vi igjen bekreftelse på dette med middag på restauranten Asador Ibañes de Bilbao med nye pintxosretter, der hovedretten var biff (pintxos uttales pintsjos).

Vi gledet oss til lørdagen da vi skulle til San Sebastian med buss. Dagen startet bra selv om det var overskyet. Vi kjørte først opp høyden Igeldo utenfor byen og fikk flott utsikt over San Sebastian. Deretter startet omvisningen i byen. Etter 10 minutters gange begynte det å regne og etter hvert gikk det over til styrtregn. Det regnet så mye at alle våre planer gikk i grus. Det eneste vi fikk med oss var et enormt langt demonstrasjonstog og en individuell lunsj i sentrum. Søndag måtte vi som vanlig tidlig opp til frokost for å rekke bussavgangen kl 09 til Guernica. Den lille byen ble fullstendig utradert av tyske bombeffly 26. april 1937 under den spanske borgerkrig. Denne tragedien er godt beskrevet på muséet i byen. Begivenheten er gjort kjent gjennom et berømt maleri av Picasso. Det henger i dag i Reina Maria-muséet i Madrid. Dette ble en sterk opplevelse.

På vei til neste destinasjon, havnebyen Bermeo, stoppet vi på en høyde, der vi fikk et flott utsyn over utløpet til elven Mundakako Itsasadarra. Den er sterkt påvirket av flo og fjære. Nå var det tydeligvis fjære, for vi så bare en stor sandslette gjennomskåret av elven – et svært spesielt syn! Byen Bermeo er Baskerlands viktigste fiskehavn.

Mandag var det fridag. Flere tok en ny gjennomgang i Guggenheim, men de fleste valgte å ta funikularen, en kort variant av Fløibanen, opp til høyden Artxandako med flott utsikt over Bilbao. Middagen om kvelden fikk vi på restauranten Los Fueros som hadde vært Michelinrestaurant siden 2019. Vi fikk et rom for oss selv med ypperlig service og et sjelden godt pintxosmåltid. Hovedrettene var panert merluza og porkribs. Det var beste middagen til nå.

Neste dag startet med regn, men guiden lovet oss at når vi kom til Riojadistriktet lenger inn i landet ville været bli bedre, og det stemte. På veien passerte vi Spanias lengste elv Ebro, som renner fra Baskerland og ut i Middelhavet i Catalonia. Vi besøkte først den lille byen Laguardia med 1500 innbyggere. Byen er omringet av en mektig bymur med fem innganger. Å vandre rundt inne i byen var som å komme tilbake til middelalderen. Byen ligger på en høyde med flott utsikt over hele Riojadistriktet. Beliggenheten mellom fjell rundt hele sletten med godt jordsmonn gir gode forutsetninger for vinproduksjon. Vi kjørte videre 10 minutter til vingården Eguren Ugarte som lagrer Riojavinen i en 2 km lang grotte, der vi fikk omvisning, vin- og likørsmaking og en god lunsj. I alt er det nær 400 nisjer i grotten, der kunder lagrer vinen sin.

Om kvelden dro vi med buss til restaurant Aspaldiko for middag. Restauranten er et ombygd gårdshus fra 1400-tallet. Etter noen hundreår med drift, der de hadde dyrene nede, mens de bodde oppe og lagret maten på loftet, var huset nesten felleferdig. Huset ble restaurert, og i 1988 åpnet familien restaurant. Det var en utsøkt god middag, der hovedrettene var breiflabb og biff.

Siste dag på reisen var onsdag 28. september. Før vi dro til flyplassen kjørte vi til munningen av Nevriónelven, der forstadsbyen Getxo ligger. Den er spesielt kjent for Biskaiabroen, som forbinder bydelene Portugaleta og Los Arenas på hver side av elven. Den sto ferdig i 1893 – en spesiell konstruksjon med to tårn med heis på hver side og gangbro mellom dem på toppen. Under henger en gondolferge som tar 6 biler og flere dusin passasjerer. Vi krysset elven både på gangbroen og med gondolfergen – en artig opplevelse! Getxo er ellers kjent som en by for pengesterke baskere med kanskje de dyreste leilighetene i Spania.

Vi hadde en fantastisk flott kulturopplevelse i Baskerland, som vi vil anbefale andre pensjonistorganisasjoner.

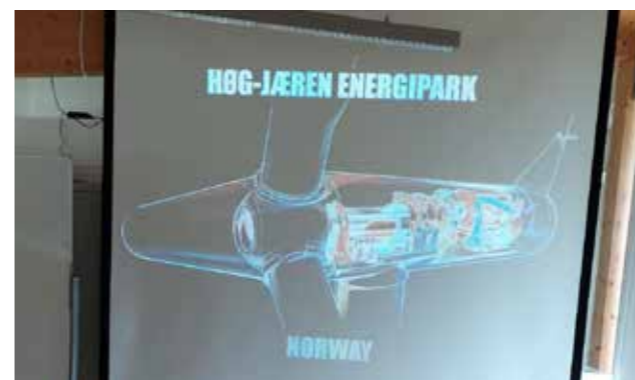
Tekst: Willy Jan Fønne

Bedriftsbesøk: Høg-Jæren vindpark



Det blåser oftast friskt på Jæren, men veret var lagleg (solglytt og spak vind) da to grupper fra LOP Rogaland Sør besøkte vindkraftverket på Høg-Jæren som ligg ved Buevegen, om lag 7 kilometer austanfor Varhaug.

Kraftverket vart opna i september 2011. Det har 32 «møller» som kvar er 80 meter høge. Lengda på vengene er 45 meter og rotordiameteren er 93 meter. Det runde skaftet sin funksjon er å få konstruksjonen høgt nok opp i veret, og har innvendig heis som fraktar personale opp til maskinhuset, turbinen, på toppen der straumen vert produsert.



Den årlege produksjonen er om lag 223 GWh, nok til å forsyne 14.500 husstandar med straum. Vindparken, som dekkjer eit areal på 6 kvadratkilometer, og har 15 km med grusveggar. Både turgåarar og syklistar kan fritt nytte vegane døgnet rundt, året rundt.

I tillegg til besøket i vindparken, fekk vi ein velsmakande lunsj på Holmavatn, og nokre av deltakarane avslutta dagen med å legge turen innom gardsysteriet «Ystepikene».

Tekst og bilete: Bjørg Brekke Sørskog



Nyt din julekaffe

Kaffe har vist seg å ha mange gode helseeffekter og flere forskningsrapporter viser at man helt trygt kan drikke 3-5 kopper kaffe daglig.

Men de fleste av oss trenger å passe på kolesterolverdiene våre, særlig når vi blir eldre. Da er det greit å vite at filterkaffe er det beste valget. Kaffe inneholder nemlig fettstoffer, og ved presskannekaffe vil ikke fettstoffene ha noe papir å feste seg til, dermed havner fettstoffene i kaffekoppen din. Men du kan redusere mengden fettstoffer ved å helle presskannekaffen gjennom et papirfilter, ned i kaffekoppen. Pulverkaffe inneholder også minimalt med fettstoffer, så både pulver- og filterkaffe er gode valg for den som drikker mye kaffe.

Gyldne tv-øyeblikk

Gamle programmer fra tidligere tiår har nå blitt samlet på NRKs nettv. Det er eldreombudet som har forespurt NRK om å gjøre en slik systematisering av arkivet, og NRK tok utfordringen.

Gleden over å kunne mimre over programmer fra en bestemt tid kan være stor både for eldre og yngre. Så enten man var ung på 60-tallet eller på 90-tallet kan man finne godbiter å glede seg over nå når NRK har samlet alt på ett brett i sin nye løsning.



HJELP NÅR DU TRENGER DET!



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

Torgeir Pettersen gir bistand/veiledning i alle pensjonssaker som berører medlemmer. Tlf. 909 22 484/ E-post: torgpett@online.no

Birgit Kristensen gir konfidensiell bistand i saker som berører fremtidsfullmakter, testamenter, arv, skifte og booppgjør. Tlf. 916 06 446 / E-post: skiftevei@live.no

				9	14	16				3	13	11			1
2	7	1	11					14				12		4	
			10		3	15	2			12	7	8		9	
16			14			4					8		13		7
	15	13			9	7			5		14				
	3	10		4		14		8	2		15	5	7	11	
		11	7	10		5	8	12	4	1		6	15	3	
14	4		16	2						7					8
13					1							3	4		8
	12	7	4		16	3	14	5	8		2	9	6		
	16	14	9	8		12	15		1		4		3	7	
				5		9			7	10			11	16	
7		2		16					12			10			6
	11		15	3	12			6	16	5		7			
	6		13				5					16	1	15	11
8			1	15	11				13	14	9				

LØSNING:

4	2	12	4	8	5	16	1	15	11	10	6	7	13	14	9	3	2	12	4
11	15	11	15	12	6	9	13	14	7	8	5	2	3	4	10	16	1	15	11
13	14	13	10	11	4	15	3	12	2	9	6	16	5	1	7	8	14	13	
6	14	2	3	16	4	1	13	15	12	8	11	10	9	5	6				
15	1	8	6	5	2	9	4	13	7	10	12	14	11	16	15				
5	16	14	9	8	10	12	15	11	1	6	4	13	3	7	2				
11	12	7	4	13	16	3	14	5	8	15	2	9	6	1	10				
13	10	15	2	7	1	6	11	9	14	16	3	4	5	8	12				
14	4	5	16	2	15	11	3	10	9	7	6	1	12	13	8				
9	2	11	7	10	13	5	8	12	4	1	16	6	15	3	14				
1	3	10	12	4	6	14	16	8	2	13	15	5	7	11	9				
6	15	13	8	12	9	7	1	3	5	11	14	2	4	10	16				
16	9	3	14	11	5	4	12	1	10	2	8	15	13	6	7				
4	13	6	10	1	3	15	2	16	11	12	7	8	14	9	5				
2	7	1	11	6	8	13	10	14	15	9	5	12	16	4	3				
15	8	12	5	9	14	16	7	4	6	3	13	11	10	2	1				

XORD .no		SPEKU- LANT	FRA	GNAGDE	STOR- KOBBE	JØKLER	FØLE- HORNENE	IKKE VI
	KLABB OG ...					REKKE BARM- HJERTIG- HET		
	MANØV- RENE RE- KLAME							
			DISIG KAN ELVER VÆRE					SKORP- ER
	PARTI- FORK.			KRENKER NY- DANNE				
DYRET						ØYE- BLIKK HEVE		
VOKST	FRYDE SEG	OSTEBY						FØL- ELSENE GOLF- UTTR.
STÅL- KJEDE					REGNER STRØK			
				DANSEN OS				BLOD- ÅRER
SKISSE	"HJUL" AV PLAST PLAPRER					NETT- VERK MÅLE		
TRESLAG								AMORIN- EN
FASE		GIR ETTER FOR				STROP- PEN BETLERE		
MILLI- GRAM		MELKE- PRODUKT						
	KONGE- SLEKT MED AKSENT				YRKES- GRUPPE USTYR- LIGE			
RUSSER				KATTE- DYR	BY I USA SAUEHÅR		OLDER HÅPER	
								SPIN- NING
LANG- SOM	KVINNE- PLAGG OMRÅDE I SALTDAL		HELE		ARVE- ENHETER LIKESÅ			
REDSSEL			HEN- RYKKELSE STRUT- TER			TVINNE ANBE- FALING		
FISKER- BOLIG				OPPSTYR HJEMME- ARBEID				HÅNDEN
NYHET- ENE								
= DAN- MARK		GLORETE GUDINNE				FØRER NÅL KAPILLAR		
EN JAMES			RISPE NEST- LEDER				OSS TO HALVT SNES	
ENER- GISKE					ORIENT- EN			
HÅND- FASTE					PLAGING			

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



**FRIST FOR
INNSENDING
ER
1. mars
2023**

Vinnerne får et
flaxlodd i posten!

**Disse ble vinnere i siste
nummer:**

Kristen Skjelstad
Skogn

Judith Strand
Sandefjord

Berit Tomelthy Fjeldheim
Larvik

Hilda Storrusten
Dombås

Edil Hagir
Stavanger

10 GODE GRUNNER FOR MEDLEMSKAP I LOP

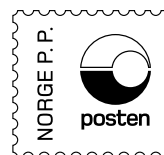
1. LOP organiserer pensjonister fra kommune, fylke og stat. LOP er partipolitisk og livssynsmessig nøytral.
2. LOP deltar i drøftingsmøtene med regjering og storting om trygdeoppgjørene og statsbudsjettene.
3. LOP er høringsinstans for departementene i saker av betydning for oss som pensjonister.
4.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



LOP i eldreråd

LOPs medlemmer er representert i mange kommunale
og fylkeskommunale eldreråd over hele landet.

Se oversikt over LOP-medlemmer i eldreråd på våre nettsider: www.lop.no/om-oss



RETURADRESSE:
LOP, POSTBOKS 452 SENTRUM 0104 OSLO

LOKALLAGENE I LOP

INNLANDET

Gjøvik og omland

Kjell MelleMBERG 482 88 924 kaabeem@online.no

Gudbrandsdal

Birgit Dyrset 991 07 960 birglody@gmail.com

Lillehammer og omland

Per Rasmussen 995 07 051 prasmus@online.no

Glåmdal

Jorunn Pedersen 915 30 042 joru-pe2@online.no

MØRE OG ROMSDAL

Kristiansund

Tor Larsen 952 04 579 tl1013@online.no

Molde og omegn

Bitten Linge 986 77 584 bitten.l@online.no

NORDLAND

Midt-Helgeland

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

Rana

Bjørn Torstein Jakobsen 958 35 224 bjoernja@online.no

Vesterålen

Alf Natland 974 38 206 alf.natland@vkbb.no

Vågan

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

Indre Salten

Petter Kristiansen 916 95 061 petterk2@start.no

OSLO

Oslo

Karin Ståhl Woldseth 976 99 584 karin.woldseth@gmail.com

Meteorologisk Inst. Seniorklubb

Eivind A. Martinsen 945 30 414 eivindamar@gmail.com

PRESTEFØRINGEN

Berit Lånke 918 45 995 berit.lanke@gmail.com

ROGALAND

Rogaland Sør

Bjørn Brekke Sørskog 906 69 184 bjorg.brekke.sorskog@kleppnett.no

TROMS OG FINNMARK

Tromsø

Jorunn Rasmussen 951 30 347 k-rasmu@online.no

Universitetet i Tromsø Norges Arktiske universitet

Sylvia Labugt 901 03 958 sylvia.labugt@gmail.com

TRØNDELAG

Trondheim

Aage Borrmann 911 12 385 aage.borrmann@gmail.com

VESTFOLD OG TELEMAR

Telemark

Turid Schüller Sølland 959 60 807 tu.sc.so@gmail.com

Larvik

Kari Dahle Halvorsen 48 04 48 39 karidh44@gmail.com

Sandefjord

Liv Dverdal Jansen 922 10 617 liv.dverdal.jansen@sfjbb.net

VESTLAND

Bergen og omland

Johnny Eide 413 05 375eidejohnny@gmail.com

Voss og omland

Torunn Langmyhr Ringheim 908 70 850 t-ringhe@online.no

VIKEN

Bærumsforeningen

Ragna Berget Jørgensen 977 56 144 rbergetj@online.no

Romerike

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

Kongsberg

Ellinor Nygård 456 03 467

Indre Østfold

Åshild Tangen 917 05 611 ashildtangen@gmail.com

Moss

Turid Bakkerud Nørving 952 31 299 turinoe@online.no

Sarpsborg

Gro Hansen 950 63 937 grohansen@getmail.no