

V i i

NR. 1 - 2019 - ÅRGANG 74

LOP



LOP ivaretar dine interesser

Våre krav til statsbudsjettet 2020

Tema: Eldreråd

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

SEKRETARIAT

Turid Mæhre Olsen
Stortingsgt. 2, 0158 Oslo
Daglig leder: Karin S. Woldseth
22 42 22 55
post@lop.no
www.lop.no
Kontortid: man-fre 09.00-15.00

Turid Mæhre Olsen
92456568
turid.arna.olsen@hotmail.com
Turid Schüller Sølland
95960807
tu.sc.so@gmail.com

SENTRALSTYRET**Styreleder**

Torild Ofstad
954 37 233
Torildofstad@gmail.com

PENSJONSUTVALGET

Hans Erik Pettersen
905 43 413
hansep@online.no

HELSE- OG OMSORGSUTVALGET

Lillian Saxegaard
94499320
lillian.saxegaard@gmail.com

Nestleder:

Rannveig Bærheim
48146737
ranveig.berheim@lyse.net

Styremedlemmer:

Torgeir Jens Pettersen
90922489
torgpett@online.no

KURS-KONTAKT-KONFERANSEUTVALGET

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

Asgeir Brekke

90026908
asgeir.brekke@uit.no

TURUTVALGET

Wenche Pettersen
98852625
wepel@yahoo.com

Aud Toppe Christensen

99383525
aud.toppe@yahoo.no

REDAKTØR

Margaretha Hamrin
mgh@hamrin.no

Lillian Saxegaard

94499320
lillian.saxegaard@gmail.com

Wenche Pettersen

98852625
wepel@yahoo.com

Varamedlemmer:

Astrid Bjellebø Bayegan
90929047
astrid.bayegan@gmail.com

Frist for nr. 2. 2019: 15. mai

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

Forsidebilde og illustrasjonsfoto:

Bigstockphoto

INNHold

Rapport fra sentralstyret	s. 5
Viktig initiativ i Stortinget	s. 6
Krav til statsbudsjettet 2020	s. 7
Høring fra LOP-utvalg	s. 8
Eldreråd	s. 14
Eldre som ressurs	s. 16
Møt Vesterålen lokallag	s. 18
Kvinneliv i tradisjon og oppbrot	s. 22
Glimt fra lokallagsturer	s. 24
Medlemsfordeler	s. 28
Kryssord	s. 30

Et innblikk i LOPs arbeid

I medlemsbladet «Vi i LOP» får du en god oversikt over hva organisasjonen gjør på ulike områder. Denne utgaven av bladet er ikke noe unntak, og du finner artikler både fra utvalgene, flere av lokallagene og fra sentralstyrets arbeid.

På sidene 9-11 kan du lese om hvilke krav LOP som organisasjon har spilt inn i forkant av regjeringens arbeid med statsbudsjettet for 2020. Denne gangen har vi også satt litt fokus på elderrådsarbeid i kommuner og fylker, og hvilke mandater og arbeidsformer disse skal ha. Dette temaet blir det også mer om på det kommende kurset for tillitsvalgte i LOP i april.

I LOPs lokallag er det stor aktivitet med blant annet møter, foredrag og turer. Litt av denne aktiviteten får du et innblikk i gjennom medlemsbladet, og her kan det også være ideer å hente hjem til sitt eget lag.

Så da er det bare å ønske god lesning, og ikke minst: En god vår!

Margaretha

LOP IVARETAR DINE INTERESSER!



Vi får ofte til svar når vi argumenterer for å melde seg inn i LOP: ”Jeg er fortsatt medlem av fagorganisasjonen min, og det vil jeg fortsette å være. Den ivaretar mine interesser”. Nå er det mange gode grunner til fortsatt å være medlem av sin fagorganisasjon, det være seg forsikringer, sosiale treff med gamle kolleger osv. Men som pensjonist ivaretar dette ikke nødvendigvis dine interesser og levekårsutvikling.

Arbeidstakerorganisasjonene/fagorganisasjonene ivaretar først og fremst lønnstakernes interesser. Og lønnstakernes og pensjonistenes interesser er ikke alltid de samme.

I LOP er de fleste medlemmer også medlemmer i sin fagorganisasjon, og har dermed et viktig og riktig dobbeltmedlemskap.

Vi er snart en million pensjonister i dette landet. Omtrent en fjerdedel av oss er organisert i en pensjonistorganisasjon med drøftingsrett. For å få til mest mulig påvirkning er det nødvendig at så mange som mulig av oss er organisert i en pensjonistorganisasjon. Vi må ta ansvar for våre interesser som offentlige pensjonister- og da er LOP et førstevalg.

Svært mange av Sykepleieforbundets pensjonister har gjort det, og vi ønsker dem velkommen som medlemmer i vår organisasjon.

Gjennom drøftingsretten og som høringsinstans arbeider LOP for å påvirke offentlige myndigheter i saker som angår de offentlige pensjonistenes rettigheter og dermed våre levekår.

I 2011 undertegnet hovedorganisasjonene pensjonsforliket. Det gjorde ikke LOP. Vi er dermed ikke bundet av dette, og står derfor friere i våre innspill til myndighetene. I flere år på rad har ikke LOP undertegnet protokollen i tryggedrøftingene. LOPs høyeste prioriterte krav er at alderspensjonistene skal følge inntektsutviklingen til de yrkesaktive på godt og vondt. Det betyr at vi primært krever fradraget på 0,75 prosent fjernet.

Regjeringen fører også en skattepolitikk som belønner arbeidstakerne. Arbeidstakerne får skatteletter i form av en bedre utvikling av minstefradraget. Og det særskilte skattefradraget som skulle kompensere en

betydelig øking i trygdeavgiften for pensjonistene, følger ikke inntektsutviklingen. Dette er to eksempler som skiller arbeidstakernes levekårsutvikling i forhold til pensjonistene. Både pensjonsforliket og den skattepolitikken som føres, svekker pensjonistenes inntektsutvikling. Dette følger LOP som interesseorganisasjon for pensjonistene tett opp. Det gjelder både under tryggedrøftingene, drøftinger og krav til Statsbudsjettene og under høringer ellers på Stortinget.

Pensjonistenes rettigheter og levekår er generelt under press. Vi hører stadig om hvor godt vi har det, - som en slags argumentasjon for at man kan fortsette å svekke pensjonene. Ja, de fleste av oss har det forholdsvis godt, men vi må ikke glemme at vår pensjon er våre opparbeidede rettigheter. For oss offentlige pensjonister må vi se på vår pensjon som ikke utbetalt lønn. Den må samfunnet ikke tulle med.

Et annet område som for oss er viktig under drøftingen til statsbudsjettet er kommuneøkonomien. Kommunene må få en romslig nok økonomi slik at de er i stand til å tilby lokale tjenester som er gode nok. Når en ser på totaliteten av våre levekår er også gode fylkeskommunale og kommunale tilbud viktige. Det være seg kultur, transport, friluftsmuligheter, et godt helse- og omsorgstilbud og annet. Dette er tilbud pensjonistorganisasjonene må påvirke lokalt gjennom deltagelse i blant annet eldreråd og lokal politisk påvirkning.

Det er snart fylkes- og kommunevalg. Valgkampen gir oss alle en ”gylden” mulighet til å treffe våre politikere på lokale valgkamparenaer. Da kan og må vi benytte anledningen til å diskutere og fremme våre saker.

Torild Ofstad
Styreleder LOP



Først vil jeg benytte anledningen til ønske alle nye pensjonistmedlemmer fra Sykepleierforbundet hjertelig velkommen til LOP. Nesten 2300 nye medlemmer fra forbundet har meldt seg inn så langt, og flere vil sikkert komme. Bakgrunnen er at Norsk Sykepleierforbund hadde en SMS-aksjon tidlig i februar, og resultatet er overveldende.

Jeg håper dere alle vil finne dere til rette, og ta gjerne kontakt med et lokallag i nærheten av der dere bor, så får dere enda større glede og nytte av medlemskapet deres. Nok en gang velkommen.

Jeg vil selv motta offentlig tjenestepensjon, og vil derfor selvfølgelig melde meg inn i LOP. I 5 år har jeg jobbet her, og jeg har så mange gode minner og hyggelige stunder ute i lokallagene som alltid vil være med meg.

Så vil jeg samtidig benytte anledningen til å takk for meg. Jeg går av med pensjon 1. mai, men det satt i gang en prosess for å ansette en ny daglig leder, så jeg er sikker på at dere vil bli godt ivaretatt alle sammen.

Tusen takk for meg!

Karin S. Woldseth

ELDRE LYKKELIGST I NORDEN

En ny studie fra aldersforskere ved NOVA/OsloMet viser at eldre mennesker i Norge scorer helt i toppen på lykkebarometeret. Blant de nordiske landene er det i Norge at man finner flest lykkelige eldre.

Forekomstene av ensomhet og depressive symptomer blant eldre er opptil tre ganger høyere i øst- enn nordvest-Europa. Plagene er særlig utbredt blant kvinner i de østlige landene.

Studien viser også at i hele Europa finner man at besteforeldre jevnt over er engasjert i sine barnebarns liv, og de er aktive ressurser for disse på en jevnlig basis. Solidaritet mellom generasjonene er et tydelig mønster viser studien.

Funnen er publisert i artikkelen "Gender Inequality in late-life loneliness and depression: A comparative perspective", publisert i Discussion Paper no. 10 som utgis av Population Europe. Dette nummeret er et spesialnummer på forskning omkring kjønnsulikhet over livsløpet med data fra Generations and Gender Survey.



Rapport fra sentralstyrets arbeid

Siden forrige «Vi i LOP» har sentralstyret hatt et fruktbart styremøte i Oslo 13. februar 2019, og telefonmøte 5. desember 2018. Styret er opptatt av at vi skal bli flere med tanke på «tyngde» i drøftingene med departementet. Vi står sammen for din morgendag!



Fra venstre: Asgeir Brekke, Wenche Pettersen, Aud Toppe Christensen, Astrid Bjellebø Bayegan, Torild Ofstad, Rannveig Bærheim, Turid Schuller Sølland, Torgeir Jens Pettersen, Turid Mæhre Olsen og Lillian Saxegaard

Det ser ut til at vi når «yngre pensjonister» lettest på sosiale medier, så vi oppfordrer derfor til å benytte våre Facebook sider, både sentralt og lokalt, til å nå nye potensielle medlemmer. Som kjent finner dere vervebrosjyre og strateginotatet på vår hjemmeside www.lop.no. Der finner dere gode argumenter for å bli medlem i LOP, så jeg håper de blir flittig benyttet i vervearbeidet framover.

Vår hovedoppgave er fortsatt å jobbe for «En rettferdig pensjon for offentlige pensjonister». Vi har kommet godt i gang med planleggingen av vårt neste landsmøte våren 2020, samt opplæringskonferansen våren 2019, begge blir i Oslo.

Ellers er sentralstyret opptatt av at organisasjonen er synlig i lokalsamfunnet, og at vi er representert i mange

eldreråd rundt om i kommunene. I forbindelse med valget senere i år er det derfor viktig at vi foreslår våre medlemmer til disse viktige vervene.

Ellers har sentralstyret en viktig oppgave framover med å finne en dyktig daglig leder etter Karin S Woldseth, som går av med pensjon. Vi har fått inn mange gode søkere, så vi ser fram til en spennende tilsetningsprosess. Jeg vil igjen oppfordre dere til å ta kontakt med sentralstyrets medlemmer for å være med og sette dagsorden og fremme de gode sakene

Rannveig Bærheim
Nestleder i sentralstyret i LOP

*Offentlig tjenestepensjon
etter samordning når en fortsatt er i jobb etter 67 år:*

VIKTIG INITIATIV I STORTINGET

Tekst: Jan Mønnesland, medlem av Pensjonsutvalget

Når en fortsetter i jobb etter 67 år vil brutto tjenestepensjon øke, siden levealderjusteringen blir svakere jo eldre en er ved uttak. Det gjelder fram til en når forholdstall 1, dvs. fram til at en har fått kompensert for levealderjusteringen. Ingen økning ved senere uttak.

Ved samordningen beregnes folketrygden på tilsvarende måte dersom den tas ut samtidig med tjenestepensjonen. Tas folketrygden ut tidligere blir den likevel levealderjustert som om den var tatt ut samtidig med tjenestepensjonen. Da blir tjenestepensjonen samordnet med en fiktiv folketrygd som er høyere enn den folketrygden faktisk mottar, slik at tjenestepensjonen etter samordning blir lavere jo senere en tar ut tjenestepensjonen.

Samordningsbeløpet skal også levealderjusteres. Jo senere en tar ut tjenestepensjonen, jo større blir brutto tjenestepensjon før samordning, men så blir samordningsbeløpet også større. Da vinner en ikke noe på å stå lengre i jobb, det en vinner på brutto tjenestepensjon trekkes ut i økt samordning. Resultatet er at etter samordning reduseres det en får utbetalt fra tjenestepensjonen, helt til denne er redusert ned til null.

21. november 2018 ble det fremmet et representantforslag i Stortinget (forslag 46 L), fra Per Olaf Lundteigen, Sigbjørn Gjeldsvik og Kjersti Toppe, alle Senterpartiet. Forslaget peker på at da disse reglene ble innført i 2011 fikk de som fortsatte i stilling etter 67 år vesentlig lavere uttelling enn de ville fått om de hadde tatt ut pensjon før 2011.

Forslaget er at samordningsloven endres slik at ved tjeneste etter 67 år skal samordnings-beløpet aldri justeres med et forholdstall lavere enn 1. Jo senere avgang jo lavere forholdstall og dermed høyere samordningsfradrag, slik at en nedre grense får stor betydning. Det foreslås samtidig at dette forholdstallet skal brukes selv om folketrygden er tatt ut på et tidligere tidspunkt. Dermed oppheves dagens ordning hvor en samordner ut fra et fiktiv folketrygd som er større enn den faktisk mottar. Siden det er samordningsloven som endres vil tjenestepensjonen før samordning fortsatt

øke når en står lengre i jobb fram til forholdstallet er kommet ned til 1. Endringen er bare foreslått for den lovparagrafen som gjelder de med gammel ordning i folketrygden, dvs. de som er født før 1963. Det foreslås i tillegg at endringen skal tre i kraft fra 1. januar 2011. Blir dette vedtatt vil alle de berørte få tilbakebetalt det de har tapt på den ordningen som da ble etablert og fram til dato for den foreslåtte lovendringen.

Arbeids- og sosialkomiteen hadde åpen høring om forslaget 31. januar i år. Her stilte LOP sammen med Pensjonistforbundet, de fire hovedorganisasjonene på arbeidstakersiden, KLP (kommunenes pensjonskasse) og PKH (pensjonskassen for helseforetakene).

Samtlige av høringsinstansene støttet representantforslaget. Det ble påpekt at dagens opplegg virket negativt på arbeidsinsentivene, og sto dermed i motstrid til den politisk prioriterte arbeidslinja.

Fra arbeidstakerorganisasjonene ble det påpekt at de hadde tatt opp dette spørsmålet under oppfølgingen av 2009-avtalen, og senere i forbindelse med stortingshøringen 2010. Det var ikke organisasjonenes ønske at en fikk det opplegget som nå gjelder, en hadde prøvd å få til forbedringer uten at det førte fram.

Det ble også påpekt at tjenestepensjonen er fondert. Å akseptere forslaget innebærer derfor i beskjeden grad økte kostnader fra statskassens side. Det gjelder også om en følger opp forslaget om tilbakebetaling. Begge de deltakende pensjonskassene bekreftet dette.

Fra bl.a. LOPs side ble det vist til pensjonsavtalen av mars 2018. Her heter det: "For å gi bedre pensjonsuttelling for de som står i arbeid etter 67 år, endres reglene for levealderjustering av bruttopensjon som skal samordnes med gammel folketrygd slik at bruttopensjonen kan bli høyere enn 66 prosent. Dette skjer ved at nedre grense for forholdstallet reduseres ved utsatt uttak helt til delingstallet er 13,42." Selv om dette teknisk avviker noe fra representantforslaget, viser det at en også i denne avtalen har bedt om at reglene endres slik at en kan tjene opp mer pensjon ved å jobbe lenger enn 67 år, også ut over 66 %. Det er

mao. her nedfelt et samlet ønske fra arbeidstaker- og arbeidsgiverorganisasjonene pluss regjeringen at en må endre dette regelverket. Den avtalte endringen går i samme retning som representantforslaget innebærer.

I likhet med representantforslaget vil også dette avtalepunktet bare gjelde for de med gammel folketrygd.

Departementet sendte 17.10.2018 ut et høringsnotat med forslag til lov- og forskriftsendringer for å implementere pensjonsavtalen av mars 2018. Høringsnotatets opplegg er at endringene sitert ovenfor bare skal gjelde fra og med 1963-kullet, dvs. for de med bare ny folketrygd. Dette er i klar strid med den inngåtte avtalen som både organisasjonene og departementet har signert. Vanskelig å forstå det annerledes enn at departementet ikke vil innstå for det de har vært med på å avtale.

Departementet v/statsråden har sendt et brev til Arbeids- og sosialkomiteen 10. desember 2018 hvor de gjennomgår punkt for punkt dagens ordning og argumenterer sterkt for at en bør videreføre reglene og avvise representantforslaget. Det argumenteres med at en bør forhindre at brutto tjenestepensjon kan overstige 66 %, og det samme må gjelde samlet pensjon etter samordning. Det må derfor ikke settes øvre grenser for samordningsfradraget slik representantforslaget ber

om. Statsråden konkluderer slik: "Jeg er derfor uenig i premisset til forslagsstillerne om at det er en urett i dagens lovverk som bør rettes opp".

Statsrådets prinsipielle motstand må anses også å angå punktet i pensjonsavtalen av mars 2018 sitert ovenfor, hvor det nettopp påpekes at reglene må endres "for å gi bedre pensjonsuttelling for de som står i arbeid etter 67 år.... slik at bruttopensjonen kan bli høyere enn 66 prosent". Dette har statsråden signert, men nå er hun tydeligvis prinsipielt motstander av å endre reglene i en slik retning.

Når departementet har valgt ikke å etterleve avtalen blir det desto viktigere at Stortinget viser ansvar. Høringsrunden avklarte en entydig felles holdning blant høringsinstansene om at det var et klart behov for å innføre de endringene som er foreslått. Da får en håpe at Stortinget tar dette alvorlig, selv om regjeringspartiene utgjør et flertall blant representantene. Det er viktig, ikke minst for at en heretter skal kunne forvente at også staten etterlever inngåtte avtaler.

Komiteen skal levere sin innstilling til Stortinget 5. mars. Da vil en se hvilken grad representantene følger opp de anbefalingene som ble gitt under høringen. Stortingets plenum vil behandle saken 12. mars.

“Når departementet har valgt ikke å etterleve avtalen blir det desto viktigere at Stortinget viser ansvar. Høringsrunden avklarte en entydig felles holdning blant høringsinstansene om at det var et klart behov for å innføre de endringene som er foreslått”

Active Ageing Index: EN GOD ANDREPLASS TIL NORGE

De nordiske landene kommer best ut i en indeks som måler potensialet for aktive liv blant mennesker mellom 55 og 74 år i Europa. Active Ageing Index (AAI) omfatter de 28 EU-landene og 3 EØS-land, inklusive Norge.

Indeksen viser at de eldre i de nordiske landene alt i alt kommer best ut. Islendingene ligger på topp, deretter

kommer Norge som nummer to på lista, deretter finner man Sverige og Sveits, og så Danmark, Nederland og Storbritannia. Finland havner nede på en syvendeplass.

Indeksen definerer aktiv aldring til et liv der man eventuelt kan stå i jobb lenge eller engasjere seg i frivillig arbeid og familieomsorg, og ha selvstendige og trygge liv med god eller ganske god helse.

*Høringsuttalelse**fra Helse- og omsorgsutvalget i LOP:*

NASJONALT ELDRE- PASIENT OG BRUKEROMBUD

Tekst: LOPs helse- og omsorgsutvalg ved Lillian Saxegaard

LOKALE PASIENT- OG BRUKEROMBUD

Vi har nå 15 slike, som arbeider for å ivareta pasientenes og brukernes behov når det gjelder statlige spesialisttjenester og kommunale helse- og omsorgstjenester.

LOP mener:

- Lokale ombud har ansvar for å dekke alle aldersgrupper, der eldre er de største forbrukerne av slike tjenester. Denne modellen bør videreføres, for å sikre at brukerstøtten er robust og lett å finne fram til.
- Hovedoppgavene er individretta støtte og rådgivning, noe som krever desentralisert organisering. Nye storfylker kan bli til hinder for dette (jfr. Viken og Vestland), derfor kan ett ombud for hvert helseforetaksområde være et aktuelt alternativ.
- Samordning av lokale ombud sine vurderinger er viktig for å fremme likhet for loven, uavhengig av hvor i landet du bor.
- Utviklingsarbeid tar tid, derfor bør koordinatorrollen ligge hos samme instans over tid. Det kan være en fordel å la Helsedirektoratet som etastyrer fastsette hvem som skal ha vervet.

EGET ELDREOMBUD

Det er Stortingets flertall for å opprette et eget eldreombud. Dette skal legge «til rette for at eldre blir hørt og at eldres rettigheter blir ivare tatt på ulike områder og samfunnsarenaer», og «sette eldres rettigheter og eldreomsorg på dagsordenen», etter modell av barneombudet.

LOP mener at nasjonal eldrepolitikk må spenne mye videre enn pasientombudsrollen, som skal hjelpe enkeltpersoner til nødvendige helse- og omsorgstjenester. Eldrepolitikk må omfatte tiltak for et mer eldrevennlig samfunn, som kan forebygge funksjonssvikt og få større nytte av offentlige ressurser. Slike tiltak kan være:

- At eldre blir hørt, - også de som ikke fikser slikt som avisinnlegg, internett og sosiale medier.
- Aktiviserende og nettverksbyggende tiltak: Treffsteder, turgrupper m.v.
- Boligpolitikk: å sikre mange nok sentrale og lettstelte boliger med eller uten tilsyn, for at eldre skal kunne bo hjemme så lenge som råd.
- Stimulere til utvikling av trygghetstiltak for eldre som bor hjemme: Med kontaktpersoner eller elektroniske hjelpemiddel.

LOP mener at sentrale oppgaver for et eldreombud bør være pådriverrollen for slike grupperetta samfunnstiltak, samt vurdering av prinsipielle saker om tilgang til helse- og omsorgstjenester. De neste 10 åra blir det 29 prosent flere over 67 år, og 48 prosent flere over 80 år, så her vil viktige arbeidsoppgaver stå i kø.

DEN FYLKESKOMMUNALE TANNHELSETJENESTEN

LOP ser det som naturlig at også denne kommer inn under dagens ombudsordning.

LOPs krav til STATSBUDSJETTET 2020

Den 10. desember ble det årlige møtet mellom pensjonistorganisasjonene og arbeidsministeren om neste års statsbudsjett avholdt. LOPs leder Torild Ofstad presenterte der de åtte prioriterte kravene fra LOP. Her kan du lese mer om hva disse kravene fra LOP inneholder.

Alderspensjonen**Skatt****Styrket kommune økonomi****Helse- og sosialutfordringer****Tannhelse****Spesialisthelsetjenesten****Frivillighetsentralene****Nasjonale og kommunale eldreombud****ALDERSPENSJONEN**

LOP vil at alderspensjonen skal følge lønnsutviklingen til de yrkesaktive på godt og ondt. Regjeringen må i allefall sørge for at alderspensjonen ikke blir regulert lavere enn pensjonsreformens snitt av lønn og pris.

Fradragsfaktoren på 0,75 prosent bryter med forutsetningen om en realvekst på 1,5 prosent for de yrkesaktive, og må endres. I følge Stortingsmelding

nr. 5 er den på 1,2 prosent i 2011-2019, altså 0,3 prosentpoeng under. LOP konstaterer at omlegginga av budsjettbehandlingen av trygdeoppgjøret fra 2016 har ført til at pensjonistorganisasjonenes muligheter for å påvirke Stortinget er blitt svekket samtidig som Stortingets rolle i trygdeoppgjøret også er svekket.

LOP er sterkt uenig i disse svekkelsene og ber regjeringen gå tilbake til ordningen før 2016.

Fortsetter neste side ►►►

“Vi i LOP”

Som medlem i LOP mottar du medlemsbladet «Vi i LOP» 4 ganger året. Her finner du mye godt og nyttig stoff for den offentlige pensjonisten. Innholdet i bladet spenner fra pensjonsfaglige artikler, nyheter om tilbud for eldre, helse relatert stoff for seniorer og også en del hyggelige sosiale innslag.



SKATT

Den foreslåtte skattereguleringen i budsjettforslaget for 2019 vil gi en skattelette i forhold til 2018 på 0,1 prosent og fra 200 kroner til 400 kroner i gjennomsnitt for inntekter opp til 750 000 kroner for alle grupper. For lønnstakere anslås samlet skattelettelse til om lag 925 mill. kroner. Dette tilsvarer en gjennomsnittlig skattelettelse på 400 kroner, herav om lag 200 kroner i redusert formueskatt.

Alderspensionister får samlet sett en skattelettelse på om lag 180 mill. kroner. Dette tilsvarer en gjennomsnittlig skattelettelse på om lag 200 kroner, hvorav nesten 90 prosent kan tilskrivesformuesskattelettelsene. Trygdene får samlet sett en skattelettelse på nesten 200 mill. kroner. Dette tilsvarer en gjennomsnittlig skattelettelse på nesten 400 kroner, hvorav lettelsene i formuesskatten kun utgjør en liten andel. Det er tidligere hevdet fra regjeringen at skatteletter kompenserer for en negativ utvikling av alderspensjonen. Budsjettforslaget for 2019 kan vanskelig sies å ha noen positiv virkning på utviklingen av pensjonene. Snarere tvert imot så bidrar den til å øke forskjellene mellom inntektsutviklingen for pensjonister og lønnstakere. I forslag til budsjett for 2019 er den prosentvise økningen av minstefradraget ca. 56 prosent lavere for pensjonister enn for yrkesaktive. Selv om skatt på alminnelig inntekt reduseres fra 23 prosent til 22 prosent, oppveier ikke reduksjon av denne reduksjonen i verdi av det særskilte skattefradraget for pensjonister.

I skjerpelsen i trinnskatten for det særskilte skattefradraget for pensjonister er maksimumsbeløpet i budsjettforslaget for 2019 foreslått økt fra 29.950 kroner for 2018 til 30.000 kroner, dvs. med 50 kroner. Det særskilte skattefradraget ble innført i 2011 som en delvis kompensasjon for at trygdeavgiften ble økt fra 3 prosent til 4,7 prosent og en ytterligere økning av trygdeavgiften til 5,1 prosent i 2014, men har hvert år fått redusert sin verdi. Da en konstaterer at forslaget til Statsbudsjett for 2019 øker de skattemessige forskjellene mellom lønnsinntekt og pensjonsinntekt, krever LOP til Statsbudsjett for 2020 følgende, slik at en unngår ytterligere økning av forskjellen mellom yrkesaktive og pensjonister når det gjelder skatt.

LOP krever:

- Minstefradraget for pensjonistene må reguleres på linje med reguleringen for de yrkesaktive.
- Særskilt skattefradrag for pensjonister som skulle kompensere for økt trygdeavgift, må reguleres likt med inntektsutviklingen for pensjonister. Alternativt at trygdeavgiften reduseres til sitt opprinnelige nivå.
- Fradraget for store sykdomsutgifter opprettholdes og utvides til nye brukere.

STYRKET KOMMUNEØKONOMI

Over flere år har kommunene hatt trang økonomi, noe som bl.a. har gitt seg utslag i hyppige rapporter om sviktende tilbud og sviktende kvalitet i eldreomsorgen. Kommunenes samlede inntekter er i 2019-budsjettet økt nominelt med 2,7 prosent. Samtidig regner en i budsjettet med en kostnadsvekst (økte lønninger og priser) på 2,8 prosent. Da blir realveksten negativ, dvs. at inntektsveksten ikke blir stor nok til å videreføre driften på samme nivå som i 2018. Regjeringen har definert en del satsingsområder som en forventer at kommunene vil prioritere innenfor de frie inntektene. Det gjelder tidlig innsats i skolen, opptrapping innen rusfeltet samt innen habilitering og rehabilitering, forebyggende familietiltak for forberedelse til barnevernsreformen, og opprustning og fornying av fylkesveiene. Til sammen går 600 millioner med til disse tiltakene, med tilsvarende reduksjon for øvrige kommunale utgiftsområder. Det øremerkede tilskuddet til toppfinansiering for pasienter med krav på omfattende helse- og omsorgstjenester svekkes ved at en også i 2019 øker innslagspunktet for dekning av slike utgifter mer enn lønnsveksten skulle tilsi. KS anslår at dette vil belaste kommunenes frie inntekter med 300 mill. kroner ekstra. Sammen med økt demografisk utgiftsbehov gir dette et redusert handlingsrom på 2 mrd. kroner i 2019 sammenliknet med 2018. Det er umulig å forestille seg at dette kan gjøres uten at det vil gi markerte reduksjoner i kommunenes tjenestetilbud.

LOP mener:

- Det er helt nødvendig med en klar styrking av kommunenes økonomi i 2020 dersom en skal unngå en fortsatt svekkelse av det kommunale tjenestetilbudet. Et minstekrav må være at en etterbetaler den reduksjonen i handlingsrommet som kommunene har opplevd de 4-5 siste årene.

**HELSE- OG SOSIALUTFORDRINGER**

Lop krever kvalitetsøkning innenfor sektoren. Det er en generell oppfatning i samfunnet at kvaliteten i sykehjemmene, omsorgsboligene og i de hjemmebaserte tjenestene er for dårlig. Det vises til undersøkelser og de mange historiene i media. Det samme gjelder samhandlingsreformen i mange kommuner.

For å få bedre kvalitet kreves det:

- Utbygging av sykehjem. Det må gis tilstrekkelige tilskudd til bygging av nye og rehabilitering av eksisterende sykehjem. Alle eldre bør få tilbud om enkeltrom.
- Styrke hjemmesykepleie, hjemmehjelp og bemanning på sykehjemmene, i tillegg til å bedre kvaliteten i tilbudet. Øke andelen faste og hele stillinger innenfor sektoren.
- Kommunene plikter å gi eldre som blir utskrevet fra sykehus et adekvat tilbud om helsehjelp og rehabilitering, gjennom tilbud om opphold i bl.a helsehus. Utbygging av kommunale/regionale helsehus bør skje gjennom øremerkede tilskudd til etablering.
- Helsehusene er et kommunalt ansvar, men det bør fra regjeringshold sørges for at tilbudet finnes i alle kommuner, samt bevilge nok øremerkede midler til at tilbudet i de kommunale helsehusene har et forsvarlig medisinsk tilbud. Dette for å kunne gi en forsvarlig og relevant ferdigbehandling av et økende antall ikke ferdigbehandlede pasienter fra sykehusene, det vil si pasienter som trenger sykehusbehandling og som må få adekvat lege- og sykepleiehjelp i i henhold til samhandlingsreformens intensjoner. Helsehus, som også er bemannet av både fysioterapeut og ergoterapeuter, vil sikre en raskere rehabilitering.
- LOP vil kreve at det i tillegg til de generelle helserettslige regler som gjelder for helsehus, også etableres egne nasjonale forskrifter for helsehusene.
- Regjeringen bør sørge for at dagens praksis der sykehusene pålegges stadig raskere utskrivning stanses. Det bør være helsesituasjonen og ikke sykehusbudsjettene som bestemmer utskrivningstakten.

• LOP krever at mammografiundersøkelser skal utvides til også å gjelde kvinner etter fylte 69 år.

• LOP vil peke på intensjonene med Stortingsmelding «Leve hele livet», hvor viktig det er med fokus på ernæring og aktivitet, og vi mener derfor at det bør være nok midler til igangsetting av ulike prosjekter som bidrar til matlyst og livsglede hos beboere i ulike institusjoner.

• LOP er opptatt av at de hjemmeboende eldste eldre og deres pårørende skal føle trygghet i hverdagen og ha god livskvalitet så lenge som mulig, derfor er det viktig å implementere velferdsteknologi, som for eksempel GPS for demente og elektronisk medisinboks, som bidrar til å gjøre hverdagen enklere for brukerne.

TANNHELSE**LOP krever:**

- LOP krever at tannhelse bør være en del av det offentlige helsetilbudet. På sikt må det innføres en egenandel på tannbehandlingsutgifter for eldre over 67 år, og resten må dekkes av folketrygden

SPECIALISTHELSETJENESTEN**LOP mener:**

- Det må sikres økt statlig finansiering av spesialisthelsetjenesten slik at alle eldre kan få adekvat behandling uten for lang ventetid, og slik at vi unngår en todeling i helsetilbudet, hvor de som har ressurser unngår kø og ventelister.

FRIVILLIGHETSSENTRALENE**LOP mener:**

- Frivillighetssentralene ble fram til 2017 finansiert ved øremerkede tilskudd som i 2018 ble innlemmet i rammetilskuddet til kommunene. Resultatet er at finansieringen av frivillighetssentraler varierer i tråd med kommunenes økonomiske evner. Dette er svært uheldig, og gjør at frivillighetsarbeidet i svært mange kommuner er merkbart svekket. LOP mener at øremerkingen av midler må gjeninnføres for å sikre at dette arbeidet styrkes.

“LOP er opptatt av at de hjemmeboende eldste eldre og deres pårørende skal føle trygghet i hverdagen og ha god livskvalitet så lenge som mulig”

Flere eldre er BRA FOR KLODEN!

En ny forskningsrapport slår fast at en større andel eldre i befolkningen er bra både for kloden vår og for samfunnet. Det har lenge vært en overdreven frykt for utfordringene en aldrende befolkning skaper, men denne frykten er sterkt overdrevet mener forskerne bak den nye studien.

Rapporten "Aging Human Populations: Good for Us, Good for the Earth, Trends in Ecology and Evolution" viser at det er mange fordeler ved at vi blir færrer, og dermed at gjennomsnittsalderen i befolkningen blir betydelig høyere enn hva vi en vant til. Frank Götmark som er en av forskerne bak studien mener at en befolkningsnedgang vil føre til mindre arbeidsledighet, økende lønninger for arbeidstakere og dermed større

formue per innbygger. Også andre forskere har tatt til orde for at en mindre befolkning gir mindre trengsel, mer plass til grøntområder og bedre livskvalitet.

Forskningsrapporten er klare på at en eldre befolkning vil kreve mer penger til helsetjenester, og mener at mer forebyggende omsorg må til for å reduserer utgiftene i fremtiden.

Forskning.no har intervjuet Arild Angelsen som er professor i miljø- og utviklingsøkonomi ved Handelshøyskolen, NMBU. Han mener forskerne har et poeng i at man tidligere har fanget opp at befolkningen blir eldre, men ikke har fått med seg at den også blir friskere.



Befolkningen blir **eldre**
men også **friskere**.



“DET VIKTIGSTE FØRST”

I desember leverte Blankholmutvalget rapporten «Det viktigste først». Rapporten handler om hvordan man best kan prioritere i den kommunale helse- og omsorgstjenesten.

Ved overleveringen av rapporten til helseminister Bent Høye påpekte utvalgsleder Aud Blnakenholm at utvalget har vært opptatt av at de som foretar prioriteringer trenger tydelige kjøreregler for vanskelige valg.

Uten tydelige prinsipper, vil fordelingen av helse- og omsorgstjenester bli mer tilfeldig og målet om likeverdig tilgang vil være vanskeligere å oppnå. Prinsippene må bygge på et verdigrunnlag som har bred legitimitet i befolkningen, ble det påpekt ved overleveringen.



BYTT UT RØYKEN MED FRUKT!

Så lite som en sigarett daglig øker risikoen for hjerte- og karsykdom. Særlig utsatt er kvinner, her er risikoen for å få hjertesykdom ved en daglig sigarett 57 prosent, sammenlignet med de som ikke røyker. Det viser en studie publisert i British Medical Journal.

Frukt derimot, er det ingen grunn til å advare mot. 12.000 personer førte dagbok over alt de spiste i to år. Det viste seg at for hver porsjon med frukt og grønt, opptil åtte porsjoner, så økte lykkenivået trinnvis i takt med hver ekstra frukt eller grønnsak. Forskernes teori er at dette skyldes det høye innholdet av antioksidanter i frukt og grønt. Men det må forskes mer på dette for å kunne sette to streker under svaret.

MANGE FORDELER MED FRIVILLIG ARBEID

En ny studie viser at for personer som er 65 år og oppover fører deltakelse i frivillig arbeid til større tilfredshet med livet, enn for personer som ikke engasjerer seg.

Studien basert på data fra NorLAG og SHARE ser på effekter av frivillig arbeid på livstilfredshet blant personer over 50 år i 12 Europeiske land.

Forskerne bak studien påpeker at man ikke vet eksakt årsak-virkning mekanismene bak funnene i denne studien, men mener likevel at det er gode grunner til å tro at den økte livstilfredsheten som frivillig arbeid gir henger sammen med at slike aktiviteter fører til både fler relasjoner, økt sosial kontakt og opplevelse av mening i hverdagen. Dette er effekter som kommer i tillegg til den positive samfunns-effekten som kommer ut av det frivillige arbeidet.

TEMA: ELDRERÅD

Viktige forutsetninger

Kommunen er pålagt å ha eldreråd. Rådernes innspill er en viktig del av prosessen før kommunepolitikere behandler en sak.

Regjeringen har laget en liste over forutsetninger for at rådene fungerer:

Økonomisk og administrativ støtte

- Tilstrekkelige administrative og økonomiske ressurser.
- Den administrative sekretæren har god kompetanse om de saker som rådet befatter seg med og ha et tydelig mandat.
- Sekretæren har en administrativ plassering i kommunen. Dette er nødvendig for å fange opp og følge opp saker som er relevante for rådene.

Tidlig inn og tett på

- Rådene kommer tidlig inn i kommunens arbeid med en sak.
- Rådsmedlemmene inngår i kommunens arbeidsgrupper i saker som er viktige for eldre og personer med nedsatt funksjonsevne.
- Representanter fra administrasjon deltar i rådsmøter for å drøfte saker og lytte til innspill tidlig i saksgangen.
- Uttalelser fra rådene følger saken og inngår i saksdokumentene ved politisk behandling.

God opplæring av rådsmedlemmene

- Tilstrekkelig opplæring. Dette gjelder både sakskompetanse og prosesskompetanse.
- Tilbud om å delta i folkevalgtopplæringen til KS.

Storbykonferansen

Eldrerådene fra de ni største byene i Norge (Bergen, Drammen, Fredrikstad, Kristiansand, Oslo, Sandnes, Stavanger, Tromsø og Trondheim) samles årlig til såkalt storbykonferanse for å diskutere seniorpolitikk og felles utfordringer. Hvert år er det gjerne et hovedtema med foredrag og kompetansebygging, og ved gruppearbeid og plenumsdebatter arbeider deltagerne seg fram til felles uttalelser som skal uttrykke det samlede synet fra eldrerådene på viktige spørsmål. I 2017 foregikk konferansen i Stavanger, og i 2018 i Bergen. Hovedtema på fjorårets konferanse var den nye kommuneloven og arbeidet med forskrifter for eldrerådene. Dette årets storbykonferanse blir arrangert i Tromsø, 4-6. juni.

Det ble vedtatt fem enstemmige uttalelser på 2018- konferansen med følgende hovedtema:

- 1: Pensjonsreformen (evaluering og forhandlingsrett)
- 2: Ny forskrift for eldrerådene (representasjon fra pensjonistorganisasjonene, med leder fra disse).
- 3: Samhandlingsreformen (utskrivningssklare pasienter - utfordringer)
- 4: Mestring av egen hverdag (fokus på viktigste forutsetninger)
- 5: Fri tannbehandling og egenandel (egenandelsordning og tannpleie på syke- og aldershjem).

ELDRERÅDENES SÆRTREKK

Lov om kommunale og fylkeskommunale eldreråd er en særlov. Bestemmelsene i §1 og 5 i eldrerådsloven gjør det til en plikt for kommunene og fylkeskommunene å opprette eldreråd. Eldrerådet er dermed en del av det kommunale og fylkeskommunale styringssystemet. Eldrerådet har viktige særtrekk i forhold til andre nemnder i kommunen og fylkeskommunen. Disse kommer spesielt til uttrykk i rådets sammensetning.

Eldrerådet skal ha alderspensjonister i flertall, og ikke slik som i andre nemnder som vanligvis er sammensatt slik det politiske styrkeforholdet i kommunestyret/fylkestinget tilsier. Eldrerådet skal 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.

Flere av de store byene har desentralisert sin forvaltning i bydelsutvalg. De fleste tjenestene som eldre er brukere av, legges innenfor bydelsutvalgenes ansvarsområde. Eldrerådsloven forutsetter at kommuner som har opprettet bydelsutvalg med ansvar for oppgaver som

gjelder eldre, skal ha eldreråd i bydelen. Det er da bydelsutvalget som oppnevner bydelens eldreråd og som skal ha rådets årsmelding ved årets slutt.

Kommuner med bydelseldreråd må også opprette et sentralt råd. Dette rådet blir oppnevnt av kommunestyret/bystyret, som også skal ha det sentrale rådets årsmelding.

Det er ikke fastsatt i loven hvor mange medlemmer rådet skal bestå av. Dette bestemmes av kommunestyret/fylkestinget. Erfaringer så langt viser at de fleste eldrerådene har fra fem til syv medlemmer.

Den formelle oppnevningen av eldrerådet foretas av kommunestyret/fylkestinget, mens bydelseldreråd oppnevnes av bydelsutvalget. Medlemmene oppnevnes for fire år og følger valgperioden. Det kan søkes om fritak fra vervet før funksjonstiden er ute, om vektige grunner tilsier det.

(Hentet fra veileder i eldrerådsarbeid utarbeidet av Statens Seniorråd)



“Eldrerådene er en del av det kommunale og fylkeskommunale styringssystemet”

Eldre som RESSURS

I mange tilfeller blir vi eldre oppfattet som en byrde og utgiftspost på samfunnsbudsjettet. Det snakkes om «Eldrebølgen» og at fremtidige pensjonister ikke vil kunne opprettholde dagens levestandard, da for få arbeidstakere kan betale for pensjonene.

Pensjonistene har da allerede betalt for sine pensjoner! Dagens offentlige pensjonister har betalt inn så mye i trygdeytelser gjennom et langt arbeidsliv, at pensjonen er å regne som etterlønn.

Det må heller ikke glemmes at vi har opparbeidet goder for dagens arbeidstakere som lengre ferier, kortere arbeidsdager og ikke å forglemme foreldrepermisjoner ved fødsel.

Friske eldre vil være konsumenter:

- Vi reiser mer, og gjennom hele året, enn før pensjonsalder, og er derfor en viktig målgruppe for reiseoperatørene.
- Vi kan benytte treningssentre på dagtid.
- Mange pensjonistgrupper møtes jevnlig på kafeer på dagtid.
- Vi tar oss råd til velvære gjennom hud- og forpleie.

Vi betaler vår skatt

Mange av dagens pensjonister betaler ganske mye skatt. Dette fordi vi har spart til pensjonsalder gjennom et langt liv, og har betalt ned lånene på bolig, og har derfor lite å trekke av på skatten. Ved å betale opptil 50 prosent i skatt, har ikke det offentlige noen utgifter, da Folketrygdens ytelser utgjør ca. 50 prosent av pensjonen. Det er sagt at pensjonistene betaler mer skatt enn hele rederinæringen til sammen, men ingen har tatt seg bryet med å bekrefte eller avkrefte dette. Uansett betaler dagens pensjonister mye skatt.

Vi er viktige for en god distriktpolitikk og bosetting. Dagens pensjonister har mulighet til å bosette seg hvor som helst, og vil derfor bidra til spredt bosetting og opprettholde distrikts Norge.

Vi bidrar til «Frivilligheten i Norge»

Dagens pensjonister er flinke til å delta i organisasjonslivet, og gjennom det bidra med betydelig antall dugnadstimer (støttekontakter, besøksvenner, biltransport, kafevert og pleie av egne pårørende), og gir betydelig økonomisk støtte til gode formål. Norge ville ikke greie seg uten frivilligheten!

Rannveig Bærheim

Nestleder i sentralstyret i LOP



Vårmorgon

Kvar morgon som eg
strekker meg
og sola skin så klår,
dei fuglane som
vekkjer meg
fortel at det er vår.

Åsgeir Molmen Brekke

Harvard-professor mener at: KOKOSOLJE ER REN GIFT!

For noen måneder siden gikk Harvard-professor Karin Michels knallhardt ut mot dette produktet som markedsføres som et produkt med helsemessige fordeler, og sa at forbrukerne har blitt lurt av den aggressive markedsføringen av kokosolje som et «vidundermiddel».

Tekst: Margaretha Hamrin

I Norge har for eksempel kjeden Sunkost markedsført kokosolje slik: «Kokosolje er blitt kjent som et mirakelprodukt, som kan brukes til alt! Ikke bare kan det brukes til å lage god mat»

I et foredrag ved universitetet i Freiburg omtalte Karin Michels kokosolje som noe av det verste man kan spise, og at denne oljen er ren gift for folkehelsen. Foredraget er å finne på YouTube, og det har hittil blitt sett av mer enn en million mennesker. Foredraget er også sitert i mange store europeiske aviser.

Nettavisen intervjuet før jul professor Kjetil Retterstøl ved seksjon for klinisk ernæring ved Universitetet i Oslo. Der sa han at Karin Michels tar litt sterkt i, men at det kanskje er nødvendig. For det er sterke økonomiske krefter bak aktørene som forsøker å forklare at kokosolje er så sunt.

Kokosolje inneholder mellom 80 - 90 prosent mettet fett. Det er dobbelt så mye mettet fett som i smult, og 60 prosent mer enn det vi finner i fett fra en biff. «Spiser man mye mettet fett over lang tid, så øker det sjansen for hjerte og karsykdommer betraktelig. Hjerte- og karsykdommer er den vanligste årsak til død i den

vestlige verden. I Norge dør cirka 1000 personer før de rekker å bli 65 år av hjerte- og karsykdommer. Hvis du sammenligner det tallet med antall drepte i trafikken, så ser du at dette er veldig store tall» sa Retterstøl i intervjuet med Nettavisen.

Også nettstedet Forskning.no har satt søkelys på denne saken. De har intervjuet den danske forskeren Sissel Fagt, som arbeider ved DTU Fødevareinstituttet. – Det er litt skarp retorikk, men Michels har noen poenger uttalte Fagt til Forskning.no.

I 2017 gjennomgikk en forskergruppe all tilgjengelig forskning som da fantes på kokosolje. Konklusjonen var at man ikke fant noen tegn på positive effekter av å bruke denne oljen.

Det samme resultat viste seg i en rapport bestilt av Hjerterforeningen i Danmark. – Kokosolje består nesten utelukkende av mettede fettsyrer, først og fremst med lange kjeder. De har vist seg å ha en negativ effekt på det farlige LDL-kolesterolen, det kan øke risikoen for åreforkalking og blodpropp. Derfor har den danske hjerterforeningen laget anbefalinger om at kokosolje kun bør brukes i begrensede mengder.



Kokosolje inneholder
mellom 80 - 90 prosent
mettet fett, det er dobbelt så
mye som i smult.

MØT VESTERÅLEN LOKALLAG

Et innblikk i andre lokallag kan gi ideer og inspirasjon til eget lag. I denne utgaven av «Vi i LOP» får du et godt innblikk i aktivitetene til Vesterålen lokallag. Vesterålen lokallag ble startet i 2006.

Tekst: Alf Natland

Vesterålen ligger i Nordland fylke og består av kommunene Sortland, Hadsel, Andøy, Øksnes og Bø. Da det ikke er lokallag av LOP i noen av kommunene utenom Sortland, ble det besluttet å inkludere de øvrige vesterålskommunene og Lødingen og kalle laget Vesterålen lokallag.

Laget har nå 49 medlemmer, 29 kvinner og 20 menn. Laget har hatt jevn medlemsvekst de siste årene. Den geografisk store regionen gjør at flesteparten av medlemmene er fra Sortland. Det er en utfordring å rekruttere medlemmer fra nabokommunene, men noen er det og de kjører til dels langt for å delta.

Vi rekrutterer i stor grad via bekjentskaper. Personer som er interessert inviteres gjerne til et møte, og vi håper det motiverer til innmelding. Medlemsbladet legges ut på biblioteket i kulturhuset når det kommer. Vi publiserer svært gjerne innleggene som sendes ut fra sentralstyret, gjerne med en lokal tilpasning. Disse leses av mange og bidrar til interesse for laget.

Vi har møte hver første mandag i måneden, to timer fra kl. 1200 - 1400, unntatt juni, juli og august. Desembermøtet er julebordmøte. Møtene innkalles pr e-post og ved annonse i lokalavisa. Vi møtes på fast sted i vårt nye, flotte kulturhus på Sortland. Kulturhuset står på tomte hvor Vesterålens Hermetikkfabrikk i sin tid lå. Deler av fabrikkens gamle bygningsmasse er inkorporert i bygget. Vårt møterom er rommet der fiskebollene i sin tid ble kokt og har navnet Hermetikken og er prydet med Vesterålens logo.

Et typisk medlemsmøte hos oss samler ca 20-25 medlemmer. Programmet er sang ved møtets begynnelse og slutt, ord for dagen (som går på rundgang), organisasjonssaker og kåseri. Til å foredra inviterer vi fagfolk, politikere, byråkrater, folk som brenner for

noe og noen vi mener har noe å fortelle oss. Møtene blir slik sett lærerike og vi kan få interessante debatter. Medlemsmassen vår består av folk med ulik kunnskap og ofte et svært interessant arbeidsliv bak seg. Flere av våre medlemmer har kåsert om sitt arbeidsliv og liv for øvrig.

På vårt nylig avviklede januarmøte hadde vi kåseri ved folkehelsekoordinatoren i Sortland. Hun fortalte om frisklivsarbeidet i Sortland spesielt rettet mot eldre. Temaet fenget godt og de 28 frammøtte hadde gode synspunkter og tips til folkehelsekoordinatoren.

Nevnes bør også vårt felles møte med LOP Vågan. En hyggelig gjeng med damer deltok sammen med oss på vårt april møte i 2018. Deltakelsen var så stor at vi måtte bytte møterom til et større. Vi skal etter planen ha gjenvissitt til Vågen i april i år.

Vi er så heldige å ha sentralstyremedlem Torgeir Pettersen i vårt lag. Han har jevnt orienteringer om arbeidet i sentralstyret. Vi setter stor pris på å være oppdatert om hva som skjer i toppen av organisasjonen.

Laget er representert i kommunens eldreråd.

Vår måte å skaffe litt penger i kassa i tillegg til kontingenten, er at vi tar kr. 100 for kaffe og enkel bevertning (vaffel eller halvt rundstykke og kaffe/te) på møtene, og kr. 50 for bare kaffe/te. Ved møtets start står bevertningen klar, levert fra kafeen på kulturhuset. Vi sitter igjen med et lite overskudd når regninga med kafeen er gjort opp. På det viset trenger vi ikke utlodning, og vi har mere tid til samtale på møtene. Et møte i laget er også en viktig sosial hendelse.

Vi reiser på tur. Vår utmerkete utfluktskomite organiserer turene. Siste tur var til Kiruna, med omvisning i gruvene



Styret i LOP Vesterålen: Fra v. Aud Hogstad, Gunn Andreassen, Alf Natland (leder), Eva Skogen, Helga Berthinussen og Jostein Bastiansen. En humørfyllt gjeng.

og orientering om byflyttinga som er på gang, et ganske utrolig prosjekt. Vi var også innoom Jukkasjärvi og så på ishotellet, et kunstverk. Nevnes bør vår tur over seks dager til Russland. Busstur over Kolahalvøya (meget interessant i seg selv) til industribyen Montsjegorsk sør for Murmansk. En svært interessant tur som blandt annet ga oss innsikt i kommunens omsorgstjenester. Vi ble svært godt mottatt og fikk gode orienteringer. Den faglige tenkinga var på høyt nivå, mens den materielle

standard ennå hang litt etter. Barentssekretariatet støttet oss økonomisk slik at prislappen på turen ble svært rimelig for den enkelte. Til denne turen inviterte vi alle kommunens pensjonistforeninger til å delta og mange ble med.

Vi håper og tror at våre medlemmer opplever møtene som hyggelige og givende, og ser fram til mange gode møter og turer i LOP Vesterålen.

“Medlemsmassen vår består av folk med ulik kunnskap og ofte et svært interessant arbeidsliv bak seg. Flere av våre medlemmer har kåsert om sitt arbeidsliv og liv for øvrig”

OPERATUR TIL KRISTIANSUND



Maten, en viktig del av turen.



Atlanterhavsveien en opplevelse i deg selv.

Styret og turkomiteen i Trondheim LOP inviterte også i 2019 medlemmer med bekjente på tur til Kristiansund. 35 medlemmer/bekjente møtte opp på Sentralbanestasjonen i Trondheim den 8. februar der bussen med sjåfør Aage Borrmann tok i mot oss. Vi er så heldige å ha et medlem med førerkort for buss, så på turen til Kristiansund og tilbake hadde vi egen buss, og kunne stoppe når og hvor vi selv ville.

Vår turleder, Lillian Lilleløkken, er godt kjent i Trøndelag, og ga en interessant orientering om forskjellige steder frem til første stopp, lunsj på Vertshuset Bolme i Rindal kommune. Stedet ligger ved Fv 65 og inngangen til Trollheimen, ca. midt i mellom Trondheim og Kristiansund. Stedet er vakkert, og lunsjen var nydelig, stort lunsjbord med både varme og kalde retter. Mette og fornøyde fortsatte vi turen, i flott vintervær.

Lillian, som er et «oppnop» av informasjon og historier bidro til at reisen frem til Kristiansund gikk veldig fort. En opplagt «gjeng» møttes i spisesalen, og fikk servert en nydelig gryterett, Biff Stroganoff, med karamellpudding til dessert.

Kl. 18.30 var Aage og bussen der og kjørte oss til Festiviteten, som er operahuset i påvente av et eget operahus. Forestillingen begynte kl. 19.00. Det var Giuseppe Verdis Rigoletto som ble fremført, og det ble en stor opplevelse. Fullt hus, og et feststemt publikum.

Neste dag ble det tid til en tur på «byn» med litt sight-seeing og handling i butikker vi ikke har i Trondheim.

Så startet vi på hjemturen, som ble helt fantastisk. Vi kjørte hjem over Atlanterhavsveien som er en helt unik veistekning som fører deg helt ut i selve storhavet. Atlanterhavsveien ble i 2005 kåret til århundredets byggverk i Norge, og omtales også som verdens vakreste bilreise. Den forbinder Averøy med fastlandet over øyer, holmer og skjær ved hjelp av 8 bruer over en strekning på 8274 meter. Byggingen av veien var en stor utfordring. Vegarbeiderne opplevde hele 12 orkaner under byggingen av Atlanterhavsveien før den ble åpnet i 1989. Veien er gratis å kjøre for alle.

Atlanterhavsveien har status som nasjonal turistvei. De nasjonale turistvegene byr på vakre og varierte kjøreturer og gir deg unike kjøreopplevelser. Dette er en vei som ikke bare har til hensikt og ta deg raskest frem. Hele strekningen mellom Bud og Kristiansund er en sammenhengende opplevelse av kyst, kultur og historie. Og vi var heldige med været, klart og fint, så vi se mye.

Siste stopp på turen var en sen lunsj på Lageret Cafe og kiosk på Halså, ved ferjestedet Kanestraum. Et hyggelig sted med god servering. I begynnelsen av turen fikk vi utlevert et ark med 33 oppgaver (korte setninger) som skulle gi oss navnet på bydeler i Trondheim. Oppgaven var laget av Rolf-Ulrik Wisløff, og ga oss mye å tenke på på vei hjem.

Hjemturen gikk over Hemne og Orkanger, og vi var fremme i Trondheim kl. 18.00, helt etter planen. Nå er det bare å glede seg til neste år.

Ågot Glaso



WIEN OG BRATISLAVA

29. november – 2. desember 2019

- * Fantastiske julemarkeder
- * Mulighet for førjulskonsert i Wien
- * Enkel og rask reisetid med direktefly fra Oslo
- * Tilslutningsmuligheter fra andre byer
- * Hyggelig reisefølge med andre LOP medlemmer

Program kommer i neste utgave av LOP magasinet - Hold av datoen



Triveleg og tradisjonell førjulsfest med foredrag:

KVINNELIV I TRADISJON OG OPPBROT

Audgunn Oltedal tok forsamlinga med på ei engasjerande og tankevekkande reise gjennom ulike tidsepokar, kulturar og miljø.

Det var rundt 240 som deltok på førjulsfesten til LOP Sandnes og Jæren i desember, så salen var full. På denne festen er det styret i lokallaget som står for alt det praktiske, dekker bord, pyntar og serverer.

Astrid og Bjørn Sunde spela og song medan folk fann plassane sine. Dei spela og til fellessongane og underheldt med nokre songar seinare i programmet. Leiar Martha J. Ulvund, ønskte alle velkomne, gjekk kort gjennom programmet for festen, og presenterte så kveldens foredragshaldar, Audgunn Oltedal. Audgunn er pensjonert førstelektor frå OsloMet (Oslo Metropolitan Universitet, tidlegare Høgskulen i Oslo og Akershus), medieforskar, journalist, og for dei fleste av oss mest kjend frå mange år i NRK Dagsrevyen. Mange veit sikkert og at ho har tilknytning til Rogaland, til Ims, til Sandnes, til Klepp. Tittel på foredraget var «Kvinneliv i tradisjon og oppbrot».

I dette tok Audgunn Oltedal forsamlinga med på ei engasjerande og tankevekkande reise gjennom

ulike tidsepokar, kulturar og miljø: Oldtida i Midtausten, studentliv i Bergen på 60-talet, haugianarrørsla, røysterettskampen, ein gard i bygda Ims, arverettsspørsmål, Ghana og til sist, dagens Noreg. Gjennom heile reisa vart kvinnerolla; krav, haldningar og forventningar fokusert. Ho la fram veldokumenterte fakta, og krydra desse med personlege refleksjonar og erfaringar.

Haugianarrørsla påverka samfunnet på 1800-talet, mellom anna av di haugianarane hadde eit meir liberalt kvinnesyn enn det som rådde i embetsstanden: Kvinner kunne tale i forsamlingar. Dette gav kvinner tiltru til eigne evner, og vi fekk høyre historia om husmannsjenta frå Oltedal som utdanna seg til lærar.

Kvinner var umyndige heile livet, og hadde heller ikkje eigedomsrett: Dei sto under faren sitt verjemål, og deretter, om dei gifte seg, under mannens. Enker overtok likevel mannens eigedom inntil dei eventuelt gifte seg igjen; da vart eigedomen overført til ny

ektemann. Ei enke som gifte seg oppatt, kunne omgå eigedomsoverføringa ved å ta ut særlege. Ei driftig dame på Ims, Audgunn Oltedal si bestemor, nytta seg av denne retten. Ho både eigde og dreiv garden ho hadde overteke, og fostra opp fleire born. Ho skilde seg også frå sin andre ektemann. I spørsmålet om arverett, var ho ikkje like liberal, for ho meinte at det var sønene som skulle arve. (Kvinner vart først likestilte som odelsberettiga i 1974.)

Likestilling vert ofte sett på som ei europeisk/vestleg sak, men det finst samfunn der ein matriarkalsk kultur har vore rådande. Ei klar maktfordeling mellom kvinner og menn finn ein m.a. hjå ashantifolket i Ghana i Vest-Afrika, der makt vart delt mellom «Chief» og «Queen Mother». Ashantikongedømmet misste sjølvstendet sitt i 1902. Som britisk protektorat vart dei underlagt lover og styresett laga av britane, og kolonimakta forstod ikkje systemet med maktfordeling. Lover vart følgjeleg laga etter britisk mønster. I dag kjempar ashantikvinnene for modernisering av lovverket, slik at den tradisjonelle maktbalansen vert gjenopprett.

Avslutningsvis reflekterte Audgunn Oltedal over dei store samfunnsendingane vi opplever i vårt samfunn i vår tid. Ho hevda at den største, og kanskje viktigaste, endringa, gjeld mandsrolla: Menns nyvunne rettar har endra både mannens stilling i heimen og farsrolla radikalt i løpet av ein generasjon. Audgunn Oltedal ser fram til at arbeid med barn vert like verdfullt som arbeid

på børs. Det var stilt i salen, folk følgde intenst med, det var eit ualminneleg interessant foredrag, og applausen var intens. Gildt!

Etter maten var det tid for Trio Triola. Dei hadde blitt til ein duo, sidan fiolinisten måtte stilla i Stavanger Symfoniorkester grunna sjukdom. Astrid Kallenbach - Gustavson og Milan Rabrenovic imponerte likevel stort med sin song og musikk då dei framførde: «Tonight, Tonight» frå West Side Story av Leonard Bernstein, «Es muss was wunderbares sein» frå operetta Den kvite hesten av Ralph Benatzky, «Meine Lippen sie küssen so heiß» frå operetta Guiditta av Franz Lehár. På flygel fekk me motivmelodien av Carl Svoboda frå filmen Tre hasselnøtter til Askepott. Vidare «The Christmas Song» (Chestnuts Roasting on an Open Fire) av Mel Tormé og Robert Wells, «Mitt hjerte alltid vanker» av Hans Adolph Brorson og «O helga natt» av Placide Cappeau og Adophe Adam. Vakre framføringar, nydeleg musikk. Etter ein song av Astrid og Bjørn Sunde var det orienteringar om vervingsarbeidet, og kort informasjon om program og planar for vårhalvåret 2019. Det var ein ualminneleg gild kveld. Vi avslutta med «Deilig er jorden».

*Tekst: Bjørg Brekke Sørskog og Jurid Kihavn
Foto: Martha J. Ulvund*



Med LOP Sandnes og Jæren til

Hellas

Hellas med Aten, Poros og Hydra – kan du tenke deg noe mer spennende? Det kunne i alle fall ikke førtito medlemmer i LOP Sandnes og Jæren, som reiste til flotte opplevelser, varme og bading i godt varmt vann.



Turen startet grytidlig onsdag den 19. september og som ventet ankom vi til flott solskinn og en god del varmere enn det landet vi reiste fra. Noen få hadde vært i Hellas tidligere, men for de fleste var det en ny fantastisk opplevelse.

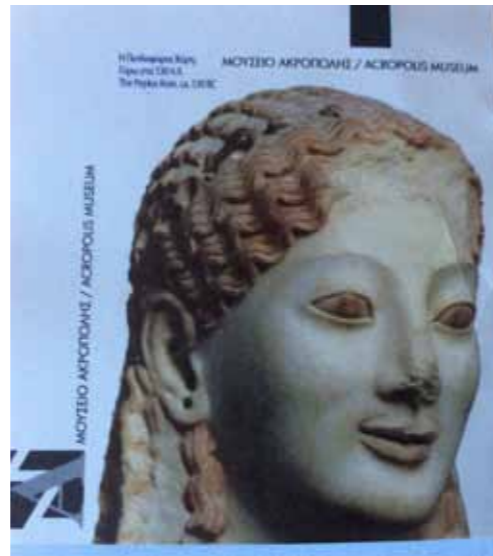
Vårt første lunsj var på vei til vårt hotell. Vi fikk en god salat med fetaost og brød til. Hva vi ikke var klar over var at dette var en forret. Vi spiste og var stort sett mett da rett nummer to og tre kom og vi i tillegg fikk kaffe og kake, var det ingen som ikke var tilfreds. Vi gikk fra

bordet og hadde lært hvorledes måltidene ble servert i Helles. Det viste seg å være en viktig lærdom.

Opplevelsene ble etter hvert mange og meget interessante. Poros, med sine spennende smale gater og små hvite hus med blå dører er bygget tett oppover i skråningene. En båttur tok oss mellom flere øyer til Hydra. Hydra kalles ”kunstneres øy, etter at en rekke kunstnere har oppholdt seg her. Henry Miller skrev ”En øy laget ved kunstneres lek. Alt skapt av intet.” Det er ikke tillatt med biler på denne øya.



Bildet av «damen» er inngangsbilletten til et museum med mange av de flotteste skulpturer som er funnet.



Aten – bare navnet minner oss om historie og tiden vi gikk på skole og leste historie. Vi kom til en by med mye trafikk. Trafikken ble regulert ved at biler fikk kjøre inn i Aten annen hver dag. Biler med nummerskilt hvor siste nummer var liketall fikk kjøre den ene dag og uliketall neste dag. Selv med denne ordningen var det utrolig mye trafikk. Etter hvert kom vi til hotellet, fem stjerner, nytt, meget flott. Frokost i toppetasjen og med mulighet til et bad i basseng i samme etasje.

Vi var ikke kommet til Aten for å se på biler og sitte inne og oppleve et flott hotell. Nei, etter en rundtur i Aten var hovedmålet Akropolis, også kalt et av verdens underverk. Mange historier har vi hørt og mye nytt fikk vi presentert. Selve bygningene er over to tusen fem hundre år gamle, ligger på en høyde og er meget dominerende i bybildet. Du kan ikke unngå å bli imponert over den byggekunst vi ser i alle bygninger. Hvor lang tid må det ha tatt for å bygge på dette platået.

Hvilke utstyr fantes for 2 500 år siden da slike bygninger med fantastiske søyler og figurer ble gjennomført.

Vi gikk ned etter en flott presentasjon av en meget kunnskapsrik guide. Er du ikke fornøyd med denne opplevelsen, finns det et nybygd museum som viser skulpturer og mange andre gjenstander, funnet etter utgravninger på platået med Akropolis og rundt i Hellas. Et museumsbesøk som absolutt kan anbefales.

Etter flotte opplevelser, god mat, og etter å ha blitt godt kjent med mange nye medlemmer i LOP Sandnes og Jæren, var det på tide å dra hjem. En liten hilsen til vår utmerkede reiseleder, Stina Iglebæk, noen år yngre enn oss pensjonister, og som gjorde en meget godt inntrykk hos alle.

Magne Helland, LOP Sandnes og Jæren

En interessant vår i Oslo LOP

4. april kommer byråd for helse-og omsorg i Oslo kommune, Tone Hellevik Dahl. Tittelen på hennes foredrag er ”SJEF I EGET LIV”.

Byråden har det fylkeskommunale og kommunale ansvaret for ca 600 000 innbyggere her i byen og vi som seniorer må benytte sjansen – lytte til det hun sier og spørre hva hun mener, ikke minst få en skikkelig innføring i hvilke rettigheter vi har. Oslo er delt inn i bydeler og svært mye av ansvaret er lagt ut til bydelspolitikere og bydelsadministrasjonene, noe som gjør at det kan være store forskjeller mellom tilbudene avhengig av hvor du bor. Er dette riktig innenfor samme fylke? Dette må vi ha svar på. Bydelene kan delvis sammenliknes med kommunene rundt i landet, men her kommer størrelsen inn i bildet, bydel Nordre Aker har 48 432 innbyggere og bydel Søndre Nordstrand har 37 913 innbyggere (to bydeler på hver sin side av byen), så her er ikke uttrykket ”alle kjenner alle” særlig dekkende, slik som det er i distrikts-Norge selv etter kommunesammenslutningene.

Til våre medlemmer i Oslo: Møt opp 4.april kl.13.00 på Peppes Pizza i Stortingsgaten 4 slik at vi får virkelig vist byråden at LOP-Oslo er viktig i alle sammenhenger hvor seniorene skal diskuteres.

Vi vil fokusere på at vi har medlemmer fra hele byen og at vi er en politisk nøytral organisasjon for offentlige pensjonister, noe hun vet fra før, men vil bli minnet på.

Selv mord blant eldre menn har vært mye opp i media i den senere tid, og i lokallagsstyret har vi diskutert: Kan vi gjøre noe? Hvorfor er det særlig menn? Er det ensomhet? Manglende nettverk? Kan vi som lokallag i LOP gjøre noe, eventuelt hva? Vi ønsker å rette søkelyset på våre mannlige medlemmer og danne en samtalegruppe for menn ledet av menn. Derfor har vi invitert spesialrådgiver Johan Lindmark i Nasjonalt senter for selvmordsforebyggende utdanning til medlemsmøte vårt 2. mai samme sted og samme tid som møtet med byråden. Møt opp, så får vi forhåpentligvis en ”Kick off” for samtalegruppen vi ønsker å starte.

Våren avsluttes med en busstur rundt omkring i Oslo til ”gamle” og ”nye” bydeler, slik at vi virkelig kan kjenne at vi er en by selv om vi tilhører forskjellige bydeler. Denne turen går 3. juni, det vil bli sendt ut eget skriv ang. pris, oppmøtested, tidspunkt o.s.v. etter påske. Vi ser fram til våren med snøfrie gater uten is og gleder oss til medlemsmøtene etter påske.

Jurid Frimo, leder Oslo LOP

FØRERKORTET

Kravet om legeattest for bilførere over 75 år har i lang tid vært en gjenganger i media, og med rette. Her er det mange ting å gripe fatt i. Nå har til og med NAF engasjert seg. Det antydes at "Eldre utsettes for diskriminering" i følge medlemsbladet "Motor". Mange eldre opplever å ikke få fornyet førerkortet. Det siktes til den såkalte kognitive testen de blir utsatt for. Testen med det formelle navnet: Norsk revidert Mini Mental Status Evaluering (MMSE-NR).



STRIDENS KJERNE

Alle over 75 år som vil ha fornyet førerkortet har som regel måttet bestå denne testen som en del av en obligatorisk helseattest for eldre, selv om det i veiledningen fra Helsedirektoratet står at testen kun skal brukes ved mistanke om kognitiv svikt. Testen gir ikke rom for skjønn. Kandidater med skrive- og lesevanskeligheter faller gjennom her. Forskning viser at den ikke har noen betydning for trafikksikkerheten. Danmark har fjernet kravet og land som Sverige og Tyskland har ikke slikt krav.

MANGLENDE RETTSSIKKERHET

Vi er vanligvis lojale og autoritetstro, men mister en sertifikatet på bakgrunn av MMSE-NR er det nærmest en krenking av rettssikkerheten til en gruppe mennesker, nemlig dem uten akademisk utdanning. I tillegg er det en enorm sløsing med samfunnets ressurser. Både leger og den enkelte skal bruke tid på disse testene. Dessuten må de som mister førerkortet nødvendigvis belaste samfunnet mer økonomisk, ved at de ikke klarer seg selv. Disse menneskene er nesten rettsløse.

FASTLEGEN – VENN ELLER FIENDE

Greier du ikke 30 poeng på den kognitive (akademiske) prøven er du i praksis fotgjenger. Søker du hjelp for et rusproblem må du ikke oppsøke fastlegen. Instruksen pålegger han å rapportere slikt og da kan du risikere å måtte "vente" seks rusfrie månedlige prøver før du får igjen "lappen"

INGEN MENNESKERETT Å KJØRE BIL

Alle bør sjekke helsen sin. En må ha et system og en klokskap for å fange opp dem som innebærer en risiko i trafikken. Eldre er ikke overrepresentert med hensyn til personskadeulykker. Det er et faktum at eldre som gruppe generelt har mer helseproblemer. Alle bør sjekke helsen sin. Eldre er flinkere enn andre til å innse sine begrensninger. Vi har ikke noe imot at folk skal sjekkes både for fysisk og mental helse. Det er denne særbehandlingen av eldre som ikke er faglig begrunnet som må bort. Har en fastlege sagt nei, har de i realiteten nesten ingen ankemulighet. Disse bør få en muntlig eller praktisk kontinuerings-prøve på nærmeste trafikkstasjon.

Begrenset førerkort innen et bestemt område er et forslag som bør vurderes. Det vil hjelpe eldre til å f. eks komme til butikken, helsesenteret eller lignende og vil derved spare samfunnet for store utgifter. Veidirektoratet og Helsedirektoratet fikk i oppdrag av Samferdselsdepartementet å se på hvordan ordningen med obligatorisk helseattest for eldre kan endres i Norge. Ap og Sp ville fjerne ordningen, men fikk ikke flertall for dette i sommer.

En egenerklæring burde være tilstrekkelig. Er en i tvil, oppsøkes fastlegen.

Jonn Bekkevold, leder i Romerike lokallag

TIPS TIL FOREDRAG: INTERRAIL FOR SENIORER



Indre Østfold lokalforening hadde i høst et foredrag om interrail. Foredragsholder var Wenche Berger. Vi tror dette kan være av interesse for flere foreninger. Hun hadde nylig blitt pensjonist etter et langt arbeidsliv i NSB. Der hadde hun i mange år ansvaret for interrail.

Berger redegjorde for tilbudet i Europa. Man kan kjøpe billetter for reiser i de aller fleste land i Europa, eller for ett bestemt land. Reisene kan ha ulik varighet, fra 3 dager og oppover. Togene i Europa har ulike klasser, men alle kan finne noe som passer for den enkeltes økonomi. Hun hadde mange gode tips å gi, også fra egen erfaring som interrail turist.

Interrail er miljøvennlig og sosialt, man reiser fra sentrum til sentrum, og funksjonshemming er ingen hindring. Tog er et flott alternativ når vi ikke ønsker å kjøre bil eller ikke liker å fly. Fortsatt ønsker vi reiser og opplevelser. Interrail er en fristene ferieform for mange.

Ta gjerne kontakt med Wenche Berger dersom dere ønsker dere foredraget. Med hennes tillatelse oppgis mailadresse her: wberger@online.no

Randi Frankrig, Indre Østfold lokalforening LOP

LOP leverer inn mange aktuelle høringsuttalelser i saker som angår våre medlemmer. Alle disse finner du på nettet: <http://lop.no/vart-arbeid/horingsuttalelser>



HJELP NÅR DU TRENGER DET!

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

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

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



brilleland

Nå får **alle medlemmer av LOP** følgende medlemsrabatter hos Brilleland:

- 20% rabatt ved kjøp av komplett brille.
- 10% på kontantkjøp av kontaktlinser.

Slik får du rabatten: Fremvis faktura med medlemsnummer sammen med bilde-legitimasjon for å ta del i medlems-tilbudet. *Betingelser: Tilbudet kan ikke kombineres med andre tilbud og rabatter. Synsprøve 590,- og brilletilpasning 300,- kommer i tillegg.*



Ut og stjæle hester Fra 8. mars

Halv pris på kino

10 utvalgte kvalitetsfilmer i året

kinoklubb.no
Et produkt fra **FILMWEB**

Spesialtilbud!

2-for-1 på medlemskap det første året!
Bruk rabattkoden **LOP** ved innmelding på kinoklubb.no og betal kun kr. 112,- pr. år



NORDIC CHOICE HOTELS

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

Bestill via choice.no/lfop



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

Les mer på www.fcturistbusser.no



- et unikt kurssted!

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

Les mer på www.nestorutvikling.no



SMALL DANISH HOTELS.DK

moments of happiness

Small Danish Hotels tilbyr et hav av kroer, hoteller, slott og herregårder i hele Danmark. De er plassert midt i byens bankende hjerte eller har en vakker beliggenhet nær skog, hav og vann.

Les mer på
www.smalldanishhotels.dk/lop



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

Les mer på www.dukapc.no




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

Les mer på www.escape.no



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

Les mer på www.dagaasbo.no

XORD .no				PUSSIGE	BRÅKET	FORTET SEG	FREDET OMRÅDE	GLISE TEINE	VESENE	TROS-GRUPPE
				LEGGES I GRUS						
				BRAGTE FREM			OMME SKRUD			
				PROSESS						
						LEKK RYDDE				
				PUST	PROFET FOR-ORDNINGEN			GLATT		DRIFTEN
BESITTER	BY I JEMEN	JØKEL	↓	OPPFAR-ENDE SPILE						
		KREPS-DYRENE ANBRAKT					TITTER SLAG			
GODBIT SLAG-STEDE									LEKETØY	
		STÅKET GREVE			DOM-STOLEN GLOSE					
HORN-PLATE				LAVE SIFRE PATTE-BARN				SVÆRT GODT LISTET		
SKY	BYBOER ROM-FARERE					RADERE FØLES				
		SKANDI-NAVEN ROLIG								
PRATE TØV SJARM					TÆRTE TVANG					REAK-SJONER
		IKKE VI EURO-PEER		SPASERER BE-SKRIVER		PLANTE BAK				
SITTER TIL HEST			↳					SPORTS-LEKER PULS-ÅREN		
ALL-VITER					SIFFER BAKVERK (fl.)					
LETT VASSE			SKRIFT 2740				M. NAVN HODE-TOPPEN			
	FORUM STANG					BELEGG EN PALME				HANN-FUGL
RESYMÉ				HÆR-FERD ALL-FADER						
TREKANT						DRAKT 3,14				
HAN-DELS-AVTALE			FOLK							
TOPPMÅL					OPP-DAGER					

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



**FRIST FOR
INNSENDING
ER
1. juni
2019**

Vinnerne får et flaxlodd i posten!

Disse ble vinnere i siste nummer:

Wenche Slettebakken
Porsgrunn

Jacob Olimstad
Kviteseid

Øystein Tomter
Larvik

Gunn Pauline Salvesen
Oslo

Maria Szacinski
3111 Tønsberg

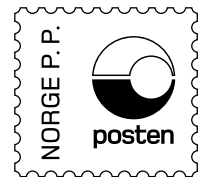
10 GODE GRUNNER FOR MEDLEMSKAP I LOP

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 og Helse- og omsorgsutvalg som arbeider spesifikt innenfor sine fagområder.
5. LOP har to spesialrådgivere som gir gratis rådgivning til medlemmene innenfor pensjon/arv/booppgjør/testamente. Barn får råd på foresattes medlemsnummer.
6. LOPs Kurs-Kontakt-Konferanseutvalg arrangerer kurs for tillitsvalgte lokalt.
7. LOP har et eget medlemsblad „Vi i LOP“ som kommer ut fire ganger i året.
8. LOP har egen nettside www.lop.no som holder medlemmene oppdatert på det som skjer.
9. LOP tilbyr reiser i inn- og utland både sentralt og lokalt.
10. Gjennom våre lokallag tilbys medlemstreff med foredrag, kåseri, kulturelle innslag, teaterkvelder, konserter m.v.



LOP i eldreråd

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



RETURADRESSE:
LOP, STORTINGSGATA 2, 0158 OSLO

LOKALLAGENE I LOP

AKERSHUS

Bærumsforeningen

Ragna Berget Jørgensen 977 56 144 rbergetj@online.no

Romerike

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

BUSKERUD

Kongsberg

Ellinor Nygård 456 03 467

HEDMARK

Glåmdal

Anna Stearn 975 45 394 annastearn@gmail.com

HORDALAND

Bergen og omland

Johnny Eide 413 05 375 eidejohnny@gmail.com

Voss og omland

Ragnhild Mølster Lidal 901 18 013 ragnhildlidal@gmail.com

MØRE OG ROMSDAL

Kristiansund

Margreth Torgersen Karlsvik 971 03 881 71 58 22 44

Molde

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

NORDLAND

Midt-Helgeland

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

Rana

David Øverli 482 59 151 david-a@online.no

Salten

Odd Hals 412 50 518 odd.hals@sbnett.no

Vesterålen

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

Vågan

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

Saltdal

Petter Kristiansen 916 95 061 petterk2@start.no

OPPLAND

Gjøvik og omland

Kjell Melleberg 482 88 924 kaabeem@online.no

Gudbrandsdal

Birgit Dyrset birglodv@gmail.com

Lillehammer

Per Rasmussen 995 07 051 prasmus@online.no

OSLO

Oslo

Turid Frimo 470 26 939 tfrimo@gmail.com

Mattilsynet O/A/Ø

Torunn Hagebø thagebo@gmail.com

Meteorologisk Inst. Seniorklubb

Arnulf Heidegård 922 91 147 heidega@online.no

PRESTEFORENINGEN

Astrid Bjellebø Bayegan 909 29 047 astrid.bayegan@gmail.com

ROGALAND

Mattilsynet R/A

Sverre Mortensen sverre.mortensen@gmail.com

Sandnes og Jæren

Martha J. Ulvund 906 56 520 Martha.ulvund@outlook.com

TELEMARK

Telemark

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

TRØNDELAG

Trondheim

Terje Osnes 465 02 507 terje.osnes@ntebb.no

TROMS

Tromsø

Asgeir Brekke 900 26 908 asgeir.brekke@uit.no

VESTFOLD

Larvik

Odd Bjarne Johansen 913 99 944 oddbj@online.no

Sandefjord

Lillian Heggem 473 13 408 lsheggem@frisurf.no

Tønsberg

Ellen Berit Strand 975 10 973, ellenbst@online.no

ØSTFOLD

Indre Østfold

Åshild W. Tangen 917 05 611 ashildtangen@gmail.com

Moss

Turid Bakkerud Nørving 952 31 299 turinoe@online.no

Sarpsborg

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