



Kjære medlem

Trygdeoppjøret er klart og det ville vel være rart om vi hadde vært fullt ut fornøyd med resultatet. Pensjoner og grunnbeløpet er endret med mer enn prisstigningen, noe som er bra, men likevel ikke nok i følge Pensjonistforbundet.



3. og 4. juni skal Landsmøte i Postpensjonistforbundet arrangeres på Gardermoen. Jan, Aud og Rutt Siri er delegater fra Oslo. Vi kommer tilbake med referat derfra i neste nummer.

Sommer og sommervarmen kom tidlig i år, det kan tyde på at vi får en lang og fin sommertid. Jeg oppfordrer alle til å lage seg gode dager, og å gjøre det du har mest glede av. Om det så er på hytta ved sjø eller fjell, i naturen, byliv, sammen med familien eller Albaniareise sammen med postpensjonistene. Ikke vent på det perfekte øyeblikket, men gjør øyeblikket perfekt for deg.

God sommer fra Rutt Siri

Velkommen til siste onsdagstur før ferien:



Siste onsdagstur før ferien blir **29. mai** og av praktiske grunner er den endret.

Møt frem i **Frognerparken kl 12** ved vår kjære benk.

Frognerparken er nå på sitt vakreste med vann, fontener og planter som vi må få med oss. Over kaffen på Kafé Mathia kan vi diskutere turprogram for høsten.

Medlemsinformasjon

Antall medlemmer: 808
Gjennomsnittsalder: 76,5 år
Andel kvinner: 58%
Andel menn: 42%
Andel med mailadr: 65%

Nye medlemmer siden sist:

Vi sier velkommen til:
Trond Mjelde
Mai-Britt Rammen
Kjell Vikebakk
Janne Lisbeth Jackola
Jan Jørgen Børstad

Om Frognerparken:

Bernt og Mathia Anker hadde Frogner hovedgård som sin sommerbolig på 1700-tallet og hadde mye selskapelighet her. Blant annet feiret de Mathias fødselsdag 28. mai.

I 1937 ville hun ha fylt 200 år, og da skrev Andre Bjerke dette diktet:

Frognerparkens hemmelighet

For gjenferd flest var jordlivstiden hård;
de går igjen med dystre eftertanker.
Det gjelder **ikke** Bernt og Mathia Anker
Som sam-spøker på Frogner hovedgård.

Det er ved blåsal-vinduet de står
En natt i mai med hvert sitt glass. Da vanker
det vin fra sekelgamle drueranker
Da feirer de at fruene fyller år.

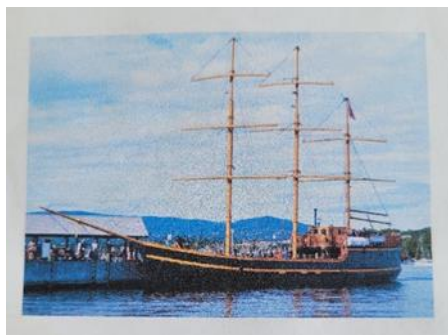
«Til lykke, Mathia!» sier Bernt beveget
«Din skål» «To hundre fyller jeg inatt, ja.
Jeg føler meg så ung, Bernt» hvisker Mathia.

Bernt peker: «Se vår park! Det elskes meget
i den, du! Vet du hvorfor lille venn?»
«Ja, kjære: det er **vi** som går igjen...»

André Bjerke

Mye å se fram til for Postpensjonistene i Oslo

Med Fagforbundet på «Bøljan Blå»



Fagforbundet Post Oslo og omegn har invitert til båttur mandag 3. juni.

Lady Mack seiler fra Rådhusbrygge 2, Oslo kl 10.00 og er tilbake samme sted kl 1500.

Påmeldningsfrist var 20. Mai.

Pensjonistturen til Albania

36 postpensjonister setter kursen for Albania 11. juni.

Vi ønsker GOD TUR og ser fram til bilder og rapport i vårt augustnummer.

Spennende medlemsaktiviteter til høsten

Det er planlagt både foredrag og turer som vi tror vil engasjere mange. Alle detaljer er ikke på plass ennå.

Foredrag om fremtidens omdeling i Posten Bring, velferdsteknologi/hjelpemidler og Kirkens Bymisjon vil vi få høre om. PostCanto er fast gjest på julebordet 4. desember.

Fra september går vi som vanlig onsdagsturer. Kombinasjonen av historie, byvandring, natur og sosialt samvær er sentrale temaer som før. Oslo postterminal står på besøkslisten sammen med NRK på Marienlyst og Østensjøvannet.

Dagsturer til Haldenvassdraget, Kongsberg/sølvgruvene (400 års jubileum), Harrytur til Strømstad og juletur er blant tilbudene som vil komme.

Styret har vektlagt et bredt tilbud for oss oslopensjonister.

Første medlemsmøte blir 9. september kl 1500. Foredragsholder blir kunngjort i neste PPNYTT som kommer i august.



Jubilanter i sommer:

Gratulerer med dagen til:

90 år:

04.06 Reidun Skålin
17.06 Bjørg Anni Herberg
11.07 Solveig Aamodt Nybakk
22.07 Oddveig Mørken

85 år:

01.06 Henny Jorun Berntsen
22.06 Ingrid Synnøve Hartløfsen
23.06 Karin Magnussen
29.06 Aud Else Sandstrøm
11.08 Liv Gerd Lauritsen

80 år:

05.06 Wenche Elisabeth Lindberg
Løkstad
13.06 Aina Plogås
17.06 Karin Hillestad Rise
24.06 Gunnar Hundhammer
29.06 Elin Syljeset Rytterager
09.07 Randi Johanna Sagbakken
23.07 Jan Aaboen
05.08 Anne-Lise Mjølid
11.08 Ingvar Sagbakken
14.08 Oddvar Aakvik
20.08 Karstein Helge Mevik
21.08 Berit Ramstad
28.08 Stein Jacob Rytterager

75 år:

03.06 Randi Glimstad
17.06 Terje Rolf Visnes
28.06 Torhild Irene Furesund
12.07 Arild Arnesen
12.07 Eldrun Norma Jenssen
27.07 Bjørg Lisbeth Kolpus
16.08 Grethe Børresen
16.08 Hugo Norman Johansen
26.08 Michael Foster

70 år:

01.06 Solvor Omland
07.06 Aase Horn
27.06 Frank Johnny Lie
26.07 Arne Moen
26.07 Eli Syljeset Neuhaus
28.07 Elisabeth Abrahamsen
05.08 Ingun Løvberg Naas
12.08 Anne Jorun Karlsen Polden

Tid for ettertanke



Bortimot 90 postpensjonister stilte på medlemstmøtet 6. mai og fikk en heller skremmende analyse av religionens kraft på verdensorden. Tidligere sjefredaktør i Vårt Land og nå journalist i Dagsavisen, Helge Simonnes, trakk frem kampen om korset primært knyttet til USA og Russland.

Retorikken med ord og bilder om Guds vilje og plan for utvalgte folk og land er sentrale tema i den amerikanske presidentkandidaten Trumps og president Putins politiske argumentasjon.

Patriark Kirill i den russisk ortodokse kirken og pastorer i amerikanske lutherske frikirker med millioner av troende medlemmer dyrker det samme åndelige språket. Eneretten til en Gud som støtter dem selv og ingen andre.

Under 2.verdenskrig bar alle tyske soldater beltespinner med påskriften «Gott mit Uns». Dette er historiske linjer som nå forsterkes.

Trass i tankevekkende fremtidsutsikter, ble mandagens medlemsmøte som vanlig avsluttet med hyggelig sosialt samvær, god mat og 10 vinnere i dagens lotteri.

Trygdeoppgjøret 2024

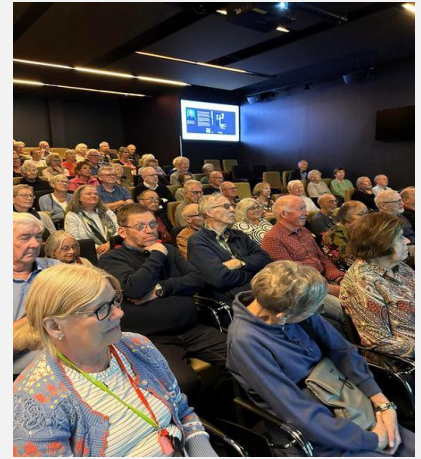
23. mai la arbeids- og sosialministeren fram resultatet av årets trygdeoppgjør. **Økningen blir 4,58** prosent på årsbasis. Trygdeoppgjøret skal sluttbehandles av Stortinget i juni.

Pensjonistforbundet ber Stortinget bevilge ekstra midler over statsbudsjettet, for å sikre pensjonister og uføre med lav og middels inntekt en bedre inntektsutvikling. Et kronetillegg vil gi oppgjøret en sosial profil som er nødvendig, sier Pensjonistforbundets leder Jan Davidsen.

– Vi mener etterlatte alderspensjonister må få oppregulert hele pensjonen sin. Fra 2024 blir ikke lenger det såkalte *gjenlevendetillegget* oppregulert. Det er en helt urimelig innstramning som reduserer kjøpekraften først og fremst til aleneboende enker, sier Davidsen.

Pensjonen øker med 2,76 prosent fra 1. mai. Økningen gjelder for alderspensjon fra folketrygden, og også offentlig tjenestepensjon. Veksten i pensjon er 4,58 prosent på årsbasis. Det vil si at den samlede utbetalingen til en pensjonist i 2024 er 4,58 prosent høyere enn i 2023, før skatt. Det er årsveksten på 4,58 prosent vi bruker når vi sammenligner med prisveksten, som i år er anslått til 3,9 prosent av regjeringen. Kjøpekraften anslås styrket med 0,7 prosent i år. **NAV utbetaler økt pensjon 20. juni, med etterbetaling for mai måned.**

Medlemsmøter 2024



Medlemsmøter holdes første eller andre mandag hver måned i Posthuskantinen.

09. september kl 15.00
07. oktober kl 1500
11. november kl 1500

04. desember (julebord) kl 1700

Julebord på Oslo kongressenter.
Post Canto underholder.

Tillitsvalgte

	Mobil
Leder:	
Rutt Siri Kregnes	91755132
Nestleder:	
Jan Helge Rognaldsen	93030859
Økonominsvarlig:	
Aud Irene Dalen Nielsen	95056466
Sekretær:	
Kirsti Stalheim	91528981
Styremedlemmer:	
Odd-Jostein Hyttebakk	99276125
Arne Tømmerås	92611209
Varamedlemmer:	
Kai Pay	48277621
Jan Angeltun	90956847

Kontakt oss på mail:
oslo@postpensjonistene.no

Kontakt oss pr post:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500 Sentrum
0001 Oslo

Tur- og arrangementskomiteen

Jan Helge Rognaldsen	93030859
Ole Bjørn Brenna	99561506
Turid Sætre	90118458
Oddmund Kvist	95838168

Sterke inntrykk på Utøya



Tirsdag 14.5.24 var en vakker vårdag. 50 postpensjonister satte kursen mot Utøya, denne idylliske perlen i Tyrifjorden. Som brått ble endret fra ferieparadis for unge til åsted for det verste terrorangrepet i Norges historie 22. juli 2011.

MS Torbjørn tok oss over til Bolsjevika og etter en god lunsj på Torget, bar det ut på vandring med to fantastiske guider, Maria og Samatar. De tok oss med gjennom eldre og nyere historie. Det har vært folk på Utøya siden 1000-tallet. Øya har hatt forskjellige eiere, og har vært brukt som privat feriested, feriekoloni for fattige arbeiderbarn fra Oslo-området, og sommerleir for ungdomsorganisasjoner. Nazistene inntok Utøya i 1940-45. I 1950 startet et nytt kapittel i øyas historie. Da fikk AUF Utøya i gave fra Oslo og Akershus faglige samorganisasjon. Et stort dugnadsarbeid ble igangsatt. En dugnadsånd som fortsatt preger aktivitetene der.



Vi fikk se Bakken med den kjente talerstolen der mange prominente gjester har holdt tale. Også ungdommer har benyttet talerstolen flittig og fortalt noen sannhetsord til «makta». Utenlandske gjester blir forskrekket når de hører at en statsminister sitter på bakken sammen med allmuen, og at noen tør å komme med direkte kritikk. Det er visstnok noe særnorsk over det.

I Skolestua holder Norsk Folkehjelp til. De var også der under terrorangrepet. Mange ungdommer gjemte seg der. De fikk hjelp til å låse dørene og sette madrasser foran dører og vinduer. Terroristen prøvde ikke å bryte seg inn, angivelig av bekymring for egen sikkerhet! Alle de 47 som var der overlevde.

Hjelp oss å verve!

Når du får kjennskap til at tidligere kolleger nærmer seg pensjonsalder, kan du hjelpe dem å bli med i pensjonistforeningen. De trenger ikke vente til siste arbeidsdag. Det kan være lurt å melde seg inn i god tid, så får de anledning til å gjøre seg kjent med alt av tilbud og aktiviteter som pensjonistforeningen har å by på!

Nytt medlem registrerer seg enkelt på nettsiden vår:
[www.postpensjonistene.no/om-oss/bli medlem](http://www.postpensjonistene.no/om-oss/bli%20medlem).
Eller benytt linken [her](#).

Vi minner om at ektefeller eller samboere av postpensjonister også kan være medlemmer i foreningen. De kan da bli med på møtene og aktivitetene våre til medlemspris.

Melding om dødsfall

Når postpensjonister dør, uavhengig av medlemskap i Postens Pensjonistforbund, vil det bli vist oppmerksomhet i form av båretbukett m/sløyfe ved bisettelsen eller begravelsen.

Pensjonistforeningen administrerer ordningen på vegne av Posten, men vi er avhengig av at dødsfall blir meldt til oss i tide.

I Oslo sendes meldinger til Jan Angeltun på epost:
jan.angeltun@gmail.com
eller som tekstmelding/telefon til 90 95 68 47

I meldingen må oppgis:

- navn på avdøde
 - sted for begravelsen
- dato og klokkeslett for begravelsen





Vi gikk så en del av Kjærlighetsstien. En smal sti som går rundt hele øya, med stupbratt ned til vannet på ene siden. Der ungdommer på sommerleir forsiktig fant hverandres hender og opplevde den første romansen. Under terrorangrepet ble stien en fluktrute for mange, men samtidig en livsfarlig felle. Den stupbratte fjellsiden var umulig å flykte fra, selv om noen få kom seg ned til vannkanten og fant gjemmested. Mange ble drept på denne stien.

Kafebygget er det eneste som er autentisk fra terrorangrepet, og her finner man historien om det som skjedde 22. juli. En tidslinje beskriver hvordan de første meldingene fra eksplosjonen i regjeringskvartalet tikket inn og skapte uro. Beskrivelser av tidspunkt for grusomhetene som deretter utviklet seg. I veggen kunne man se kulehull. På gulvet lå blomster, minnekort og bilder i krokene og inntil veggene hvor omkomne ble funnet. Man kan bare ane en flik av frykten ungdommene ble utsatt for da terroristen kom inn. Mange kom seg ikke unna. Dette stedet gav sterke og gripende inntrykk. Det var ikke lov å ta bilder der av hensyn til personvernet.

Det er satt opp et nytt bygg rundt Kafebygget, kalt Hegnhuset. I underetasjen er det tilrettelagt for Demokrativerksted hvor ungdommer kan diskutere og reflektere rundt demokratiske verdier. Kanskje finne nye ideer til hvordan «redde verden».



Til sist besøkte vi Lysningen nord på øya. Dette er et privat minnesmerke for de etterlatte, hvor navn og alder på de omkomne er preget inn. Her er alltid markering av fødselsdagen til hver enkelt av de 69 som ble drept under terrorangrepet på Utøya.

Det er gjort stor innsats av veldig mange for å bygge opp igjen øya for videre aktivitet, og for å bevare historien for nye generasjoner. I dag er øya møtested for ungdommer fra inn og utland under mottoet «minne, lære, engasjere», og de har rundt 17000 besøkende hvert år.

Så bar det hjem igjen etter en minnerik dag. Takk til alle som gjorde det mulig.

PS! Hvis noen ønsker å dykke dypere inn i historien om Utøya eller hvordan komme seg dit på egenhånd, anbefales å gå inn på nettsiden utoya.no.

Tekst: Turid Sætre

Foto: Turid Sætre, Samatar Hussein, Laurentse Foss

Sikkerhetstips fra Pensjonistforbundet

Sjekk om avsender er ekte



Du blir oppringt av din internett-leverandør som påstår at du har fått virus. Eller mobiloperatøren ringer og sier de vil betale deg tilbake for en faktura du har betalt dobbelt. Hvordan kan du vite om dette er ekte, og ikke svindel?

Ta selv kontakt for å sjekke

Hvis du blir oppringt; takk for henvendelsen og avslutt samtalen. Deretter kan du selv ta kontakt med kundeservice hos den aktuelle bedriften for å sjekke at det som ble påstått faktisk stemmer.

Ikke la deg stresse av påstander om at det haster og må gjøres med en gang. Svindlerne gir som regel inntrykk av at det haster. De forsøker å stresse situasjonen for å få deg til å gjøre noe du vanligvis ikke ville gjort.

Ring Smarttelefonen

Har du spørsmål om informasjonssikkerhet? Ring Pensjonistforbundets Smarttelefon for en hyggelig prat.

Vi har åpent tirsdag, onsdag og torsdag 09.00-12.00.
Telefonnummer 22 600 700.

Mottaker:

Returadresse:

Postpensjonistene i Oslo,
Postboks 1500
Sentrum, 0001 Oslo

NORGE P.P.



Glimt fra vårens turer.

Mye mer stoff og bilder på nettet:

<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo>
og facebookside: Postpensjonister i Oslo



Blåveistur på Bygdøy 26. april

Vi gikk over Hensengåsen, mye blåveis, men de er på hell. Første stopp var Bygdøy sjøbad med litt historiske fakta: Bygdøy var opprinnelig en øy som tilhørte klosteret på Hovedøya. Rundt 1850 besluttet Karl Johan å lage en folkepark her. Det ble etablert tivoli, teaterscene, restauranter, danseplattning, et badeanlegg og brygger. Folk ble fraktet med båter.. Virksomheten varte i nesten hundre år.



Langs Hovinbekken 8. mai. På et gammelt kart finnes det ca. 70 navn på elver og bekker som gjennom tidene har vært i bruk av Oslos beboere. Mange av dem er lagt i rør. Heldigvis har det meste av Hovinbekken blitt åpnet. Vi fulgte bekken fra Tegilverksdammen på Hasle, ned gjennom ny bebyggelse på Lille-Tøyen, og ned til Jordal og Klosterenga kulturpark, hvor den igjen går under bakken.



Rundt Sognsvann 15. mai

Onsdagstur i strålende solskinn !
13 turglade postpensjonister møtte opp på Sognsvann, og vi tok turen rundt vannet. Innlagt kaffepause med noggio attåt.



Ved Duetreet i Botanisk hage 22. mai

"Duetreet" (Davidia Involucrata) stammer fra Kina og her i hagen blomstrer det rundt ti dager i slutten av mai. Det eldste treet i Botanisk hage ble plantet på 50-tallet men blomstret først etter 30 år. Siden har det gledet alle besøkende med sin årvisse blomstring.



Grasrotandelen

Grasrotandelen gir deg som spiller hos Norsk Tipping mulighet til å bestemme hvem som skal motta noe av overskuddet til Norsk Tipping. Hver gang du spiller går inntil 7 prosent av din spillinnsats til den grasrotmottakeren du velger – uten at det går utover din innsats, premie eller vinnersjanse. **Vi oppfordrer deg til å støtte oss i Postpensjonistene i Oslo.** Det gjør du enkelt i alle Norsks Tippings kanaler eller ved å sende SMS «Grasrotandelen 999599796» til 60000. Du kan også scanne denne QR-koden og registrere det direkte hos Norsk Tipping:



Org.nr: 999599796



Norsk Tipping