

# SeniorPosten

Medlemsblad for Postpensjonistene i Salten og Lofoten

Nr.6 August 2024

20. årgang

Stoff/innlegg til bladet kan sendes til:

[salten-lofoten@postpensjonistene.no](mailto:salten-lofoten@postpensjonistene.no)

## Medlemsmøte i Bodø 29.08. kl 1200 på Lokfører Johnsen

### Agenda:

1. Sang og velkommen
2. Nytt fra styret
3. Rapport fra turene til Værøy og Tsjekkia
4. Eventuelt

Det blir som vanlig kaffe og mat samt loddsalg. Lodd kan kjøpes ved hjelp av Vipps nr 110242 eller aller helst med betaling til vår konto nr 0531 44 90462.

Loddene koster kr 10,- pr stk.

Husk å ta med en gevinst til loddsalget.

Den siste sommermåned er godt i gang når jeg nå setter meg ned for å få ned noen ord i SeniorPosten nr 6. Det ble ikke noen utgave i juni, så da blir dette nr 6.

Jeg håper dere har hatt en flott sommer med gode minner som kan tas med inn i høsten. På annet sted er det beskrevet de 2 turene vi hadde tidligere i sommer. Turen til Værøy ble jo et minne som er flott å ta med seg videre. Det samme ble det med turen til Tsjekkia.

Så har vi fått til en gå-gruppe i Bodø og etter som jeg har hørt, er det lyst til å få til det samme på Fauske. Å gå langt er ikke målet, men det å komme seg ut og møte noen i samme ærend og gjerne ta en kopp kaffe og spise matpakke sammen er det som gjør susen. Det var en som sa at det kan være lurt å ha med seg ei notisbok og skrive ned gode tips av alle slag som kommer på turen.

Som det framgår øverst på siden er møtene våre flyttet til Bodø Jernbanestasjon eller retttere sagt til Lokfører Johnsen i 2. etg. Der har vi fått gratis møtested. Men vi setter også opp møter på Fauske.

I dette nummer er det også invitasjon til besøk i Bodø Bunkermuseum og til Røst. Velkommen til en trivelig høst med våre aktiviteter.

## Jubilanter i juli og august

60 år: Inger Andreassen 11.08

70 år: Berit Eriksen 03.08 og

Asbjørn Fredriksen 11.08

75 år: Eva Henriksen 13.08

80 år: Lisa Pedersen 10.07,

Evelyn Wolden Berg 18.07

og Åsmund Strømsnes 21.08.

Gratulerer alle sammen!

**NYE MEDLEMMER: Velkommen!**

**Helge Knudsen, Rita Jakobsen,**

**Britt-Hanne og Jostein Utne  
Jørgensen**

**DØDSFALL:**

**Kåre Johan Berg 05.7.2024**

**Arne Harry Andreassen 15.7.2024**

**Melding om dødsfall:**

Melding om dødsfall blant pensjonerte postfolk i Salten og Lofoten kan gis til leder **Wiggo Nilsen** på tlf. **48192224**

**Wiggo** vil sørge for bestilling av blomster/krans til begravelsen, og rapportere videre til forbundet sentralt.

Tidligere fast ansatte over noe tid omfattes av ordningen.

## Litt fra Landsmøtet 2024 på Gardermoen 3 og 4.juni



Leder Kjellaug Kristiansen Jota kunne ønske 40 delegater og 5 gjester velkommen.

I sin åpningstale kom Kjellaug inn på medlemsutviklingen, satsningen på styre- og IT-opplæring, viktige oppgaver Pensjonistforbundet jobber med. Spesielt prosjektet «Bo trygt hjemme» og det ferdig vedtatte Trygdeoppgjøret- Landsmøtet behandlet så de siste tre årenes Årsberetninger og regnskaper. Disse ble alle senere vedtatt som Forbundets Årsberetninger og regnskap for hhv 2021, 2022 og 2023.

### Den første gjesten var Pensjonistforbundets første nestleder Helga Hjetland.

Helga var i sitt foredrag innom:

- Viktig med friheten – både fra jobben og «sjefen»
- Eldrebølgen er ikke noe som kommer – den er her
- Mange av oss føler oss for unge til å være med i en pensjonistforening – men det er viktig å engasjere seg
- Pensjonistforbundet har vedtatt 4 viktige satsningsområder på sitt landsmøte som vi følger opp nå
- Trygdeoppgjøret – hvor vårt landsmøte fulgte opp med en uttalelse
- Aldersvennlige lokalsamfunn
- Sykehjemssituasjonen med svært ulike tilbud rundt omkring i landet

### Landsmøteforhandlingene andre dag

startet med et foredrag av Posten Brings konserndirektør for Strategi, bærekraft og kommunikasjon Silje Skogstad. Hun holdt et interessant foredrag rundt Samfunnsoppdraget, fortsatt behov for store omstillinger, Framtiden i den grønne omstillingen, Framtiden drives ikke av volum men enhetspris,

**Neste post på landsmøtets agenda** var vedtektene og forslag til endringer.

Landsmøtet fulgte landsstyrets innstilling i alle forslag til endringer – jfr dokumenter på forbundets nettside.

## Så fulgte et foredrag av rådgiver Dyre Røseth i Pensjonistforbundet.

Han hadde en gjennomgang av Stortingsmeldingen som behandler «Bo trygt hjemme».

Dette tema kan du finne mye rundt på Pensjonistforbundets nettsider. Landsmøtets behandling av Handlingsplan for perioden 2024 – 2027. Landsmøtet behandlet forslag til oppdatert Handlingsplans punkter rundt «Hva vi vil» og «Hva vi vil gjøre» innenfor Del 1 Interne Arbeidsmål og Del

## 2 Politiske Mål.

Alle foreslåtte endringer ble vedtatt – i tillegg til et par tillegg som ble oversendt det nye arbeidsutvalget og landsstyret knyttet til oppfølging av Samarbeidsavtalen med Posten Bring AS og oppfølging av styreopplæring og IT-opplæring.

## Valg

Valgkomiteens leder Inger Marie Stokker informerte om valgkomiteen arbeid og hadde en kort presentasjon av spesielt de nye kandidatene. Landsmøtet svarte med å enstemmig velge alle de foreslåtte kandidatene.

## Dette betyr at det nye arbeidsutvalget er

- leder Kjellaug Kristiansen Jota
- nesteleder Jan Bekkevold
- Sekretær Rutt Siri Kregnes
- Økonomiansvarlig Nils-Bjørn Sæbø

Forbundets nettside er oppdatert – så her kan du se hele det nye landsstyret og revisorer.

Kjellaug takket til slutt for ett vel gjennomført landsmøte – og ønsket delegater og gjester vel hjem



Kjellaug K Jota Postpensjonistene og Helga Hjetland Pensjonistforbundet

Referent Per Lillemark, Trøndelag nord

Du finner et nyhetsoppslag fra landsmøtet på våre nettsider: <https://www.postpensjonistene.no/>. På disse sidene - under **DOKUMENTER**- finner du aktuelle dokumenter fra landsmøtet, slik som protokoll, årsberetninger, regnskap, men også kopi av presentasjonene som ble holdt fra hhv Posten Bring AS og Pensjonistforbundet (Bo trygt hjemme). Sammen med regnskapene finner du også oversikten som ble vist på den økonomiske situasjonen/utviklingen for de 3 siste årene i vårt forbund.

Arbeidsdokumenter for den 3 års perioden som vi nå er inne i ble også behandlet/vedtatt på landsmøtet. Dere finner oppdaterte vedteketer, basisvedtekter for avdelingene og handlingsplan for perioden 2024 -2027 under "Brukerdokumenter for avdelingene" - på samme sted som lenket til over (**DOKUMENTER**).

Vi ønsker avdelingene lykke til i det videre arbeidet med drift av vårt forbund. Nytt landstyre og arbeidsutvalg vil nå kjapt komme i arbeid, og vi ser frem til et positivt og givende samarbeid med dere i tiden som kommer.

Kjellaug K. Jota - Leder

Jan Bekkevold - Nestleder



# INVITASON TIL BESØK I BODØ BUNKERMUSEUM 10.09.2024 kl 1800

Det er plass til 20 personer.

Påmelding innen 07.september til Wiggo Nilsen tlf 48192224. Kr 140,- for medlem og kr 200,- for ikke medlem. Kaffe og matservering



Den tyske bunkeren i Jentofthaugen ble bygd vinteren 1943-1944 og var en sendestasjon for det tyske luftforsvaret.

Bunkeren ble ført opp som et bombe og gass sikkert anlegg med 2 til 2,5 meter tykke vegger og tak av armert betong.

En større reovering startet i 2014 og bunkeren fremstår i dag som museum og forsamlingslokale.

## Postpensjonistene på tur til Værøy 22.-23.mai 2024

Onsdag 22 mai startet turen med ferge til Værøy i nydelig vær, sol og bortimot vindstille. Som vanlig så møtte de fleste av oss opp i god tid før avgang kl 1730. Det var forhåndsbestilt plass for alle (6 biler og passasjerer). Turen tok 3 timer, og om bord var det anledning til å få noe å spise, ettersom det ikke var bestilt felles mat ved ankomst Værøy.

På Værøy ble deltakerne innlosjert på Lofoten Værøy Brygge for de som skulle overnatte en natt, og Bensvik Brygge for de som ønsket flere overnattinger på Værøy. Til sammen var vi 17 deltakere på turen.



I det fine været passet det godt å ta en felles tur til grenda Nordland, helt nord på øya. Vi stablet oss inn i bilene og kjørte for å se etter sola. På turen passerte vi den gamle kirka som ligger kloss inntil veien. Den lille rødmalte kirka, med den spesielle iøynefallende løkkuppelen, er i dag Lofotens eldste kirke. Den ble bygd i Kabelvåg i 1714, før den ble flyttet til Værøy i 1799.



Etter å ha passert husene i bygda, kom vi til den gamle flyplassen. Værøy lufthavn ble åpnet i 1986, men eksisterte bare fire år. Flyplassen ble stengt etter den tragiske Værøy – ulykken i 1990. Like etter avgang en vindfull april dag styrtet et Twin–Otter fly i havet, og samtlige 5 om bord omkom. I 1992 ble Værøy lufthavn offisielt nedlagt. Etter dette har det vært både bar og sjokoladefabrikk på flyplassen. Lofoten Sjokolade AS startet opp i de gamle lokalene, hvor de produserte og solgte håndlaget kvalitetssjokolade. Men i 2015 brant det gamle terminalbygget og tårnet ned til grunnen, og sjokoladefabrikken ble lagt i grus.

Den 800 meter lange flystripa går parallelt med veien, den bærer preg av manglende vedlikehold, med gresstuer som stikker opp gjennom asfalten, men det gikk greit å ta en biltur på stripa.

I dag betjenes Værøy av helikopter – kanskje landets eneste regulære helikopterrute. Helikopterruta ble midlertidig gjenopptatt i 1993, og først i 1997 kom det på plass en permanent ordning med helikopterrute til fylkeshovedstaden Bodø.

Etter å ha ruslet rundt i området, fant vi en skråning hvor vi koste oss med medbrakt snacks og god drikke, både for sjåfører og passasjerer. Der vi hadde satt oss ned, var det få meter til havet og flott utsikt mot Mosken og Lofotveggen. Vi fikk med oss litt sol inn imellom.



Etter en god natt søvn og enklere frokost på hotellet, skulle vi igjen ut på tur. Det fine været var fortsatt med oss, sol og oppholdsvær. Etter programmet skulle gåturen til Heia/Håen starte kl 10.00. Det tok litt tid å få stablet oss i bilene for å kjøre inn til Sørland, hvor det var avtalt at vi skulle få låst opp bommen slik at noen av bilene kunne kjøre opp veien som er anlagt for å betjene NATO-installasjonen på toppen av Håen. Bilene tok med seg de som ikke ønsket/kunne gå opp, slik at de også fikk se den fantastiske utsikten. I tillegg tok bilene med seg vår medbrakte lunsj som vi skulle nyte der oppe. De som startet gåturen langs veien, fikk seg en tur gjennom en mørk tunell, da var det kjekt å ha lys på mobiltelefonen. Men veien opp gjør det til en trygg affære for den gemene hop å ta seg til topps, selv om havskodda skulle komme sigende.

På veien opp kom vi til et av de tradisjonelle ørnehusene, små skjulesteder i ura bygd av stein. Informasjonsskiltet som var satt opp der fortalte om dristige værøyværingene som brukte skjulestedene for å fange ørn. «Fuglefangernes øy» - et slagord som blir brukt i turistbrosjyrer o.l., - sikter ikke bare til Måstad -folkets fangst av lunde og annen sjøfugl. Her ute drev man også med ørnefangst, og det med bare nevene, ifølge opplysningene på informasjonstavlen.

*«Værøyfolkets mest spesielle sport var å "sitte på ørnhus" og fange ørn - med hendene. Beskrevet blant annet av italienske reisende på 1600-tallet. Dette ørnhuset var i bruk til 1972. Ørnefangsten foregikk kun i desember måned og var mer en sport enn en jakt selv om det ble betalt skuddpremie på 2 kr per ørn. Tidligere fanget man ørn på grunn av den skaden ørna gjorde på utgangersauene på vinteren. Ett enkelt år ble det utbetalt skuddpremie for 252 ørn. Ørnhus finnes flere steder på Værøy»*

Etter å ha passert Nato-bygget på toppen av Håen, kom vi fram på kanten og fikk en spektakulær utsikt mot Måstadhalvøya. Enkelte steder var det nesten litt skummelt å kikke ned. Så satte vi oss i skråningen ved Nato-bygget og inntok vår medbragte lunsj, mens vi pratet og koste oss med



storslagen utsikt. De som var på jobb på bygget, lot oss få komme inn for å se på oppholdsrommene deres, samt benytte toalettene ved behov.



Det er et helt spesielt landskap her oppe på «Værøyas tak». En info-tavle opplyste at de flate områdene på Værøyfjellene er rester av «den paleiske flaten» - et flatt og lavtliggende område som skal ha funnes mellom Europa og Amerika, før Atlanterhavet begynte å åpne seg for 55 millioner år siden.

Så startet turen nedover igjen, noen valgte å følge veien ned, mens andre fant alternative stier som de fulgte. Men uansett hvilken vei som ble valgt, så var det stort sett de som kjørte bil som benyttet tunnelen på turen ned.





Vel nede igjen gikk turen til Røssnesvågen tidligere postkontor og handelssted, hvor vi fikk en liten omvisning. Så ruslet vi rundt på kaia og i vågen, fikk tatt bilder av fisken på hjell og kjent på tørrfisklukta.

Siste post på programmet var felles middag for alle deltakerne på Værøy Brygge, en fin avslutning på en trivelig tur. Fergen hjem hadde avgang kl 21.30, og da vi var kommet om bord kom regnet. Men vi var alle fornøyd og enig om at vi hadde hatt en flott Værøytur.



Referent : Ann-Karin Tenggren

## POSTPENSJONISTENE SALTEN OG LOFOTEN - TUR TIL PRAHA - EUROPAS HJERTE

7-6-2024 - 11.6.2024



Årets utenlandstur går med fly fra Bodø en tidlig fredag morgen, 7.juni 2024 kl 0700.

Målet er PRAHA - EUROPAS HJERTE.

Praha sies å være en av Europas vakreste hovedsteder. Her er det mye spennende historie, flott arkitektur og en fargerik folkekultur. Praha er en stor by med 1,4 mill innbyggere og har vært åsted for mange historiske hendelser. Praha ble hovedstaden i Tsjekkia i 1993 (etter kommunistregimets fall og Tsjekkoslovakia ble delt i 2 stater).

24 stk påmeldte på denne turen, (inkl Wiggo), foruten Bodø var både Fauske og Saltdal representert.

Mange morgenblide fjes å se på flyplassen , gjensynsglede og hilsning.

Flyturen gikk fint, neste fly som skulle ta oss fra Gardermoen til Praha hadde avgang kl 1225. Kaffe og mat på Gardermoen, litt venting, men slik er det å være på reise.

Også dette flyet i rute. Men bussen som skulle hente oss på flyplassen kom jo ikke!! Vi ventet og ventet, Wiggo ringte og ringte. Etter hvert kom bussen, det viste seg at den hadde blitt stående i en kø, ca en time, sjåføren beklaget og var lei seg! Godt å sette seg i bussen da 😊

Innsjekking på hotell NH Prague City gikk fint, alle fikk nøkler og alle skulle bo i tredje etasje. Neste på programmet var middag. Tror de fleste var ganske klar for avslapping etter middag og tok tidlig kveld





### Dag 2:

Etter en god frokost ble vi møtt av tsjekkiske svensktalende Vladka, hun skulle guide oss denne dagen. Flink og kunnskapsrik dame, først ble det litt generell historie på bussen. På gåtur mot Estates Theatre passerte vi den astronomiske klokken i Praha. Den er plassert i tårnet på det gamle rådhuset i gamlebyen. Den har et urverk fra 1410, er et svært populært mål for turister. Klokken viser bla fire ulike typer av tid og alle faser og bevegelser av sola og månen. Estates Theatre er en flott bygning, mye historie her. Vakker lysekroner og fine lounges. Her ble vi servert bobler og det ble fortalt om komponisten Mozarts liv og levnet. Guiden fikk hjelp av en teateransatt, og oversatte videre til oss.

Neste stopp tur til og omvisning på det vakre slottet, Prague Castle. Her besøkte vi flere avdelinger, bla Jakobskirken, vakker bygning. Etter dette tur med en av Prahas gamle sporvogner, fin opplevelse dette også. Lunsjstede skulle vi finne hver for oss, tror alle fant sitt sted..

Denne kvelden ble det båttur på Moldau. Herlig, fin tur, middagsbuefe og musikk om bord, været var fortsatt fint, vi kunne også sitte ute. Båten gikk under den berømte Karlsbroen som sies å være en av verdens flotteste broer, påbegynt bygging i 1357 og ferdigstilt tidlig på 1400-tallet.

Etter båtturen ble vi hentet med buss og kjørt til hotellet.



### Dag 3:

Her blir vi hentet av bussen/sjåføren og guiden vår, turen denne dagen går til Karlovy Vary (Karlsbad). Kjent kurby med mange varme kilder.

Vi besøker Beckerovka likørfabrik. Her får vi først en filmsnutt om fremgangsmåten i produksjonen, deretter omvisning, med mye historie om tidligere eiere. Her ble det også smaksprøver, litt shopping ble det vel også.



Vi spiste lunsj i denne bygningen, restaurant Becker.

Karlovy Vary er virkelig en vakker by. Den ligger ca 110 km vest for Praha, har ca 49.000 innbyggere og er en av Tsjekkias mest besøkte byer etter Praha. Den er også kjent for sine helbredende kilder. Her fins mange gamle bygninger, det virker nesten som tiden har stått stille. Byen pleier å ha filmfestival i juli hvert år, Karlovy Vary filmfestival, og er en av de eldste filmfestivalene i verden (1946). På vår vandring gjennom byen passerte vi en åpen søylehall der det var vann/kilder fra flere enn ti forskjellige vannårer. Vannårene har varierende innhold av mineraler og gir dermed grunnlag for offentlige bad. Byen har tiltrukket seg mange prominente gjester, på platået utenfor luksushotellet « Grandhotel Pupp» var det lagt ned flere navneplater av prominente gjester som har vært der på besøk, bla Liv Ullmann, John Travolta m.fl.

Hjemme i fem-tida, middag i hotellets 2 etg, nydelig utsikt, god mat.



Dag 4:

Fri til egne ting denne formiddagen. Noen dro på kjøpesenter, noen på Karlsbroen, noen gikk langs elva, dvs vi fant våre ting å gjøre. Nydelig vær fortsatt.

Denne kvelden var satt av til Bøhmisk Folkloreaften. Dette ble en veldig fin kveld, siste kvelden vår i Praha. Her fikk vi oppleve Bøhmisk gjestfrihet, det ble musikk, dans og god mat og drikke. Tror alle koste seg denne kvelden. Vi ble hentet med buss fram og tilbake, veldig fin avslutning på turen vår.

Så var det hjem og pakke koffertene, avreise fra hotellet med buss tirsdag morgen den 11.6 kl 0930.



Dag 5:

Flyet var i rute, litt venting på Gardermoen, her fikk vi god tid til mat/middag ol..

Landet hjemme i Bodø ca 1915, gråvær og regn. Her ble det takket for laget og alle dro hver til sitt, noen til Fauske og Rognan og ellers rundt om i Bodø.

Veldig fin tur, noen slitte ben andre dagen, men alle de positive opplevelsene veier nok opp for dette.

Takk til alle medreisende, spesiell takk til Wiggo som geleidet oss gjennom turen med trygg hånd. Han er jo også med sin lune humor en ganske god vitseforteller..

25.6.24 Elinor





# Postpensjonistene i Salten og lofoten inviterer til tur til Røst

## 12 -13.september 2024



Røst har et flatt landskap der det høyeste punktet kun strekker seg 11 meter over havet. I sørvest ligger de høye, bratte fjellene og nykene som perler på en snor ut mot Skomvær fyr. Her ute finner du en av Norges tettste bestander av sjøfugl, med cirka 1,5 millioner individer.

På Røst har det bodd folk i over tusen år, og øysamfunnet har lange tradisjoner innen fangst og fiske. Røst er berømt for sin tørrfisk og tørrfiskhandel med det italienske markedet.

I dag er Røst et modernisert kystfiskesamfunn, med en enorm verdiskapning. Et mildt og luftig klima gir også de aller beste forutsetningene for produksjon av tørrfisk.

12.09. kl 1600 tar vi ferge fra Bodø og ankommer Røst kl 1945

Det er mulighet for å kjøpe seg middag om bord i fergen.

Overnatting på Røst Bryggehotell som er nabo med fergekaia.

13.09. starter vi med frokost før vi drar ut på tur. Dersom været er bra tar vi lunsjen ute i det fri.

Vi skal også besøke «Petrahuset» og de gamle kirkeruinene. Kanskje vi kan stikke innom Røst kirke også.


**Pris : kr 2000 pr person (ikke medlem kr 2400,-) som inneholder; reise, opphold med frokost, lunsj og middag på Røst. Påmelding innen 29.08.2024 til Wiggo Nilsen tlf 48192224 eller e-post.**



**RØST BRYGGEHOTELL**





<b>Mottaker:</b>	<b>Retur adresse:</b> <del>Salten og Lofoten pensjonistforening Postboks 1240 8001 Bodø</del>	Kundenummer 3623477  Rammeavtale 23325
------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Planlagte medlemsmøter høsten 2024: 29.08, 26.09, 24.10 og 28.11.**

**Styremøter høsten 2024: 13.08, 10.09, 08.10, 05.11 og 03.12.**

**Planlagte turer: 12 - 13.09 Røst**

**Julebord og julelunsjer: 07.12. Bodø**

*Styret oppfordrer medlemmene til å komme med forslag til temaer på medlemsmøtene.*

<p>Medlemsbladet utgis av styret i Postpensjonistforeningen for Salten og Lofoten <a href="mailto:salten-lofoten@postpensjonistene.no">salten-lofoten@postpensjonistene.no</a></p> <p>Leder Wiggo Nilsen, 481 92224</p> <p>Nestleder Britt-Konny Hansen, 992 57156</p> <p>Sekretær Arnt H Holm, 419 26135</p> <p>Kasserer Lisbeth Jakobsen, 948 08554</p> <p>Styremedlem Jan-Kåre Barstrand, 915 39970</p> <p>Varamedlem Arnstein Kjelaas, 992 66318</p>	<p><u>Grasrotandelen:</u></p> <p><b><i>Velg gjerne Postpensjonistene i Salten og Lofoten - 994 164 457 - som din Grasrotmottaker!</i></b></p> <p><u>Treffsteder for pensjonister:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <i>Rognan</i> hver tirsdag kl 12.00 på Samvirkelaget, kafe Oasen. Kontaktperson Peter Rognan, 480 32779</li> <li>❖ <i>Fauske</i> annen hver onsdag kl 12.00 på Jernbanekafeen. Kontaktperson Jan-Kåre Barstrand, 915 39970</li> <li>❖ <i>Bodø</i> hver fredag kl 11.30 på kafe Gidsken, flymuseet</li> <li>❖ <i>Svolvær</i> hver onsdag kl 12.00 på kafe Bacalo. Kontaktperson Sissel Pedersen, 974 02452</li> </ul>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------