



Januar 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem

Vi har lagt bak oss et av de merkeligste året i manns minne. Men, det går mot lysere tider på alle måter. Sola har snudd, vaksinen er på vei. Det er et godt håp at vi i løpet av 2021, sakte men sikkert, vender tilbake til mer normal situasjon.

Vi går i alle fall et spennende år i møte. Du og ditt engasjement er viktige i vår pensjonistforening. Jeg håper inderlig at vi får møtes i tiden fremover, selv om vi ikke kan holde medlemsmøter med det første.

Sannsynligheten er stor for at vi neppe kan holde årsmøte i mars som vi pleier. Men, årsmøtet vil bli avvirket om enn på annen måte enn normalt. Jeg vil komme tilbake med nærmere informasjon i kommende PPNYTT fremover.

Ønsker dere alle et:



Med vennlig hilsen

Ingvar Kjøren

Medlemsmøter fremover og årsmøte 2021.

Smittesikoen i Oslo tilsier at vi fortsatt ikke kan planlegge medlemsmøter i nær fremtid.

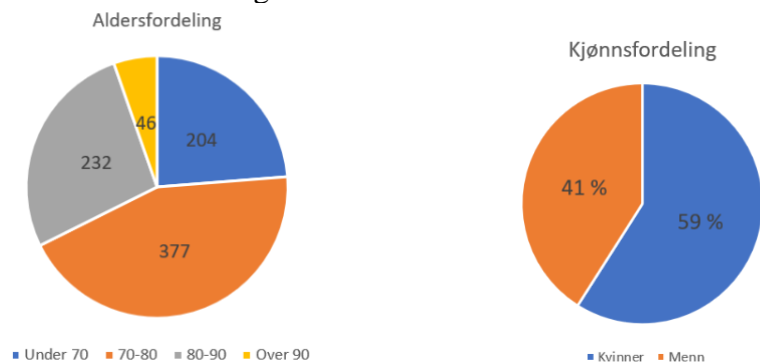
Styret har bestemt at årsmøte for 2021 skal foregå skriftlig. Følg med i februar-utgaven av PPNYTT. Der vil vi beskrive detaljert hvordan man kan delta på årets årsmøte.

Medlemsnytt.

Ved utgangen av desember var vi 859 medlemmer, 503 kvinner og 356 menn. I løpet av året fikk vi 50 nye medlemmer, men vi er likevel ikke flere da like mange gikk ut av foreningen. 23 av våre medlemmer gikk dessverre bort i 2020.

Snittalderen er 77 år for kvinnene og 75 år for mennene, den eldste i foreningen vår er 98 år og den yngste er 50 år.

58% av mennene og 47% av kvinnene bruker mailadresse.



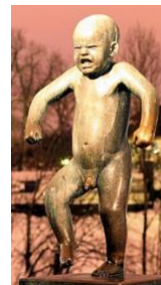
Kjenner du noen som vil bli medlem hos oss?

Dersom du kjenner postpensjonister som ennå ikke er medlem i vår forening, vil vi sette pris på om du anbefaler et medlemskap hos oss. Dette gjelder også ektefeller, samboere og partnere. De som ønsker medlemskap, kan melde seg inn direkte via vår nettside <https://www.postpensjonistene.no/> eller kontakte en av oss i styret.

Fra Reise- og Turkomitéen:

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo:

Vi har siden 4.juni gått tur i Frognerparken og i Botanisk Hage. Hensikten med turen er først og fremst å møtes og ha det hyggelig. Møteplassen er våre egen benk i Frognerparken og foran Lids hus i Botanisk Hage. Første tur i 2021 blir i Frognerparken ONSDAG 3.mars klokken 12.00.



Post- og mailadresser.

Gi oss beskjed om du endrer din post- eller mailadresse. Ring, skriv eller send en SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer på mail da utsending pr. post er dyrt for foreningen. Da mottar man både PPNYTT og faktura for medlemskontingent på mail. Andelen med mailadresse er nå ca 52 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

Trenger du hjelp med mobil eller nettbrett?

Ring smart telefonen 22 600 700 – en GRATIS telefontjeneste for alle pensjonister.

Jfr. også nettsiden vår;

<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/avdelingsnyheter/gratis-hjelp-med-nettbrett-eller-smarttelefon/>

Grasrotandel via Norsk Tipping



Vi minner om at du kan støtte vår forening gjennom Grasrotandelen. Bare 6 %, eller 48 medlemmer, gjør det i dag, så her er det virkelig et potensiale! Dette er en kjærkommen ekstrainntekt for Postpensjonistene i Oslo. Vi mottar ca. 40 000 kr. pr. år, så det er mye å hente om vi får økt andelen grasrotgivere. Det kan du bidra med uten at det går utover verken din

innsats, premie eller vinningsjans.

Støtt opp om foreningen vår som grasrotgiver ved å oppgi 999599796 til din tippekommisjonær, på Norsk Tipping sine nettsider <https://www.norsk-tipping.no/> eller på app'en til Norsk Tipping om du har lastet ned den på mobilen. Du kan også sende en SMS til Norsk Tipping; skriv da en melding med teksten «Grasrotandelen 999599796» og send til 6000.

TIPS for bruk av din advokatforsikring i LOfavør

Har du LOfavør Advokatforsikring, får du hjelp med testament, fremtidsfullmakt, husleiekontrakt eller andre juridiske utfordringer i privatlivet.

HELPS advokater kan bistå. Du finner dem på help.no/Min-side, post@help.no eller 22 99 99 99.

Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Håkon Aas 26. februar

75 år

Karl M. Johansen 2. februar
Torfinn Bæverfjord 3. februar
Odd Julshamm 4. februar
Dagny Arnestad 24. februar
Anne Gry Stubberud 28. februar

80 år

Willy Myrvang 4. februar
Mary Bergseth 9. februar
Marit Christoffersen 24. februar

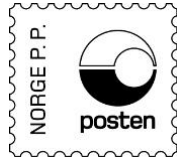
85 år

Elna Andresen 14. februar
Magne A. Nybo 23. februar

90 år

Marit B. Haugen 15. februar

Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – Jens Myklebust.



1. **Hvor vokste du opp?** *Blandt høye fjell i den vakre Romsdalsbygda 6386 Måndalen.*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *De siste 11 årene jobbet jeg i konsernstab Myndighetskontakt (19.etg. i Posthuset). Arbeidsområdet var spørsmål vedrørende Postens konsesjon og rapportering til Samferdselsdep. og Posttilsynet.*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Julekortsortering nattetid i messehallen på Sjølyst.*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Avdøde Torvald Stoltenberg.*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Fotball var favorittaktiviteten. Topplaget i fylket den gang var Hødd (fra Ulsteinsvik), med angrepsspiller Kjetil Hasund som frontfigur. Men for meg endte karrieren som indre høyre på Postdirektoratets Bedriftsidrettslag.*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *På postekspeditørkurs på Montana (Bergen) i 1968 falt jeg for melodien «Lyckliga gatan» med Anna-Lena Löfgren som (melodien altså) har blitt min absolutte favoritt.*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Daglige nyheter om aktuelle samfunnsspørsmål.*
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Slektsforskning er i perioder en altopplukende interesse.*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Med alderen er lokalhistorie blitt viktig. Har bl.a. utgitt artikler som dokumenterer utviklingen på ulike områder i barndomsbygda. Denne interessen var avgjørende for at jeg tok på meg jobben med å skrive vår forenings historie til 50-årsjubileet i 2018.*
10. **Hva er din «guilty pleasure»** (noe du skammer deg litt over å like)? *Kaster bort tiden på sosiale medier.*



Februar 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

INVITASJON TIL ÅRSMØTE 2021

Kjære medlem,

Smittesituasjonen gir dessverre ikke muligheter for å avvikle årsmøte fysisk. Dette gjelder mange foreninger og lag som vårt. Styret har derfor besluttet å avvikle årsmøtet **skriftlig**. Dette er en ny måte som vi ikke har forsøkt før.

Årsmøtet er **fastsatt til 15.april 2021**. Med følgende dagsorden:

1. Årsberetning 2020
2. Revidert regnskap 2020
3. Arbeidsplan 2018- 2021
4. Innkomne forslag
5. Budsjett 2021
6. Valg av styre
7. Valg av revisorer
8. Valg av valgkomite
9. Valg av Tur- og arrangementskomite
10. Valg av 2 representanter til å underskrive protokollen



Alle saksdokumentene vil bli lagt ut på vår nettside:

<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/avdelingsnyheter/dokumenter>

Du kan også be om å få tilsendt dokumentene i epost eller brev.

Frister

Ønsker du å fremme forslag til årsmøtet er fristen: **7. mars**

Frist for å be om å få tilsendt dokumenter og skriftlig svarskjema: **14. mars**

Frist for innsending av svarskjema på epost eller brev: **26. mars**

Bemerk at alle som ønsker å delta i årsmøtet må sende inn svarskjema.

SVAR helst per epost til:

oslo@postpensjonistene.no

Alternativt kan du sende per post til:

Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500 Sentrum, 0001 Oslo

Kort oppsummering av enkelte punkt under dagsorden

1. Årsberetning

Postpensjonistene i Oslo har 859 medlemmer og 50 nye er vervet i 2020. Medlemsmassen er likevel svakt synkende. Det har vært holdt 3 medlemsmøter. Styret har holdt 9 styremøter. Det er avviklet 2 datakurs. De planlagte turene utenlands og innenlands ble avlyst. PPNytt sendes elektronisk til ca 52 % av medlemmene.

2.Revidert regnskap 2020

Regnskapet gjenspeiler at vi ikke har hatt medlemsmøter som planlagt og planlagte turer er avlyst. Foreningen har solid økonomi og årets positive resultat på ca kr 115 000 er overført til egenkapitalen.

3.Arbeidsplan 2018- 2021

Arbeidsplanen for Oslo er utarbeidet med grunnlag i Posten Pensjonistforbund sin overordnede handlingsplan for landsmøteperioden. Aktivitetene våre vil være påvirket av pandemien i 2021. Det er fastsatt vervemål for nye medlemmer, mål for digital kommunikasjon , kursaktivitet og sosiale aktiviteter bl.a.

5. Budsjett 2021

Budsjettet vil som regnskapet, være preget av usikkerheten som knytter seg til lettelsers ift smitteverntiltak i Oslo og Norge. Det er budsjettert med et positivt driftsresultat.

6-9. Valg

Valgkomiteens innstillinger blir lagt ut på nettet og sendt til de som ber om det.

Det vil bli sendt ut protokoll etter årsmøtet via nettsiden og pr. post til de som deltar på møtet.

Husk svarfrist innen 26.mars om du ønsker å delta i den skriftlige avstemmingen. Helst per epost.

Med vennlig hilsen

Ingvar Kjøren

Leder

Medlemsnytt

Ved utgangen av januar var vi 860 medlemmer. Vi har fått 4 nye medlemmer, men samtidig har 1 medlem meldt seg ut og 2 har dessverre gått bort. Snittalderen i foreningen er 76 år, den eldste er 98 år og den yngste er 50 år. 52% av oss bruker mailadresse.

Grasrotandel NORSK TIPPING

Norsk Tipping har i 2020 utbetalt 716 millioner kroner til lag og foreninger. Postpensjonistene i Oslo har mottatt i overkant av 40 000 kroner. Vi har med andre ord et stort potensiale å ta av.

Du kan bidra ved å oppgi 999 599 796 når du tipper eller spiller Lotto og andre spill. Da får vår forening 7% av spillesummen hver gang.

TIPS

Trenger du hjelp med mobil eller nettbrett?

Ring smart telefonen 22 600 700 – en GRATIS telefontjeneste for alle pensjonister.

Jfr. også nettsiden vår;

<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/avdelingsnyheter/gratis-hjelp-med-nettbrett-eller-smarttelefon/>

Advokatbistand fra Legalis

Om du ikke har advokatforsikring gjennom LOfavør, kan du som medlem i LOfavør benytte advokatfirmaet Legalis der du får bistand fra dyktige advokater til fordelaktig pris.

Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Christine Marie Soleim 18. mars
Bjørn Lidvar Nordgård 23. mars

75 år

Anne Marie Fossheim 1. mars
Anne Setten 15. mars
Turid Felix Sjøen 29. mars

80 år

Magnhild Bjørnerud 10. mars
Inger Margrethe Larssen 16. mars

85 år

Anne-Marie Bråthen 2. mars
Arne Rikheim 30. mars

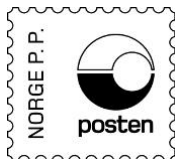
90 år

Eva Klatran 14. mars

95 år

Mary Drolsum 29. mars

Mottaker



Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo

Styret

Leder: Ingvar Kjøren	Mail: ingvkjoe@online.no	Tlf: 415 07 721
Nestleder: Jan Helge Rognaldsen	Mail: janinnorway@gmail.com	Tlf: 930 30 859
Økonomi: Aud I. D. Nielsen	Mail: auddn@online.no	Tlf: 950 56 466
Medlem: Else Margrete Myhre	Mail: elmamyhre@gmail.com	Tlf: 971 03 981
Medlem: Odd Jostein Hyttebakk	Mail: jhytteba@online.no	Tlf: 992 76 125
Medlem: Arne Tømmerås	Mail: arne@tommeras.no	Tlf: 926 11 209
Vara: Inger Greve	Mail: i-an-gr@online.no	Tlf: 913 94 942
Vara: Barbro Eyde-Axelsen	Mail: beaxel@outlook.com	Tlf: 909 14 877

Månedens portrett – **Berit Holm Olsen**



1. Hvor vokste du opp? *Jeg ble født og bodde på Tofte i Hurum til jeg var nesten 17 år.*

2. Hvor jobbet du da du sluttet i Posten? *I oktober 1986 avsluttet jeg mine 30 år i Postens tjeneste. Det var da Dataseksjonen holdt til i Chr. Kroghsgate med skrankeprosjektet. Jeg var brukernes representant på vegne av Postorg. fra 1978 – 1984. De to siste årene som konsulent under Berthold Malde sin tid som leder av skrankeprosjektet.*

3. Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten? *Fra arbeidet i skrankeprosjektet har jeg de beste minnene og som var meget lærerikt.*

4. Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med? *Øystein Pettersen.*

5. Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert? *Å bli radiotelegrafist på båt.*

6. Hvilken låt har betydd mest for deg? *“Something stupid” med Frank og Nancy Sinatra.*

7. Hva kan du ikke klare deg uten? *Stadig ha et eller annet å drive med.*

8. Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med? *Det var å løpe orientering, men nå er det slektsgranskning og friluft.*

9. Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist? *Å være på hytta, drive med arbeid ute og gå turer.*

10. Hva er din «Guilty pleasure» (noe du skammer deg litt over å like)? *Vin og lakrisbåter.*



Mars 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem,

Vi går sakte, men sikkert mot vår og lysere tider. Tradisjonelt er mars første vårmåned. Bak alle munnbindene preger pandemien hver enkelt av oss både på inn pust og ut pust. Jeg håper at mange av dere har fått vaksine. Men, det vil ennå ta tid før vaksineprogrammet er fullført.

Jeg vil sterkt oppfordre hver enkelt av dere å gå en daglig luftetur, gjerne med tidligere kollega eller venner. Ta en telefon, det er alltid hyggelig å bli husket på i hverdagen. Årsmøtet i år blir avviklet skriftlig. Tidsfrister som er verdt å notere seg er kunngjort i februarutgaven av PPNYTT og på vår nettside.

Jeg håper og ber om at mange av dere deltar og sender inn svarskjemaet. Ønsker deg og dine en fin vår og håper vi kan møtes etter hvert.

Med vennlig hilsen

Ingvar Kjøren



Vi ønsker alle postpensjonister i Oslo en strålende fin påske. Håper det blir mye solskinn, hyttekos, hjemmekos og at alle unner seg å fylle opp et stort påskeegg med favorittgodteriet.

Medlemsmøter fremover og årsmøte 2021.

Smitterisikoen i Oslo tilsier at vi fortsatt ikke kan planlegge medlemsmøter i nær fremtid. Vi ønsker at mange vil delta på årsmøtet, se beskrivelsen av gjennomføringen i PPNYTT for februar. Alle dokumenter til årsmøtet ligger på nettet;

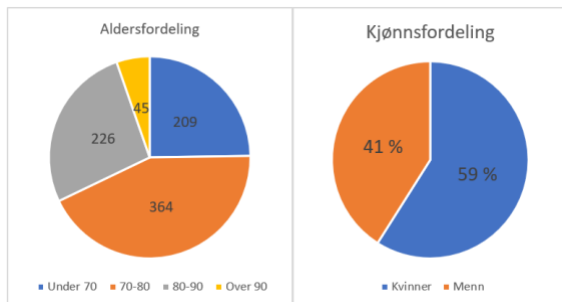
<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/dokumenter/>

Medlemsnytt.

Ved utgangen av februar var vi 844 medlemmer, 496 kvinner og 348 menn. I februar fikk vi 12 nye medlemmer, mens 26 ble utmeldt hvorav 11 døde.

Snittalderen er 77 år for kvinnene og 75 år for mennene, den eldste i foreningen vår er 98 år og den yngste er 50 år.

60% av mennene og 49% av kvinnene bruker mailadresse.



OBS! Medlemskontingent 2021

Medlemskontingenten for 2021 forfalt til betaling den 24.2., men det er fremdeles mange som ikke har betalt. Ofte er grunnen at man rett og slett har glemt det. Hvis du er i tvil om det kan gjelde deg er det fint om du tar en sjekk og da eventuelt betaler nå.

Kjenner du noen som vil bli medlem hos oss?

Dersom du kjenner postpensjonister som ennå ikke er medlem i vår forening, vil vi sette pris på om du anbefaler et medlemskap hos oss. Dette gjelder også ektefeller, samboere og partnere. De som ønsker medlemskap, kan melde seg inn direkte via vår nettside <https://www.postpensjonistene.no/> eller kontakte en av oss i styret.

Post- og mailadresser.

Gi oss beskjed om du endrer din post- eller mailadresse. Ring, skriv eller send en SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer på mail da utsending pr. post er dyrt for foreningen. Da mottar man både PPNYTT og faktura for medlemskontingent på mail. Andelen med mailadresse er nå ca 53 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

Grasrotandel via Norsk Tipping - 48 medlemmer skaffet oss nesten 40 000 kr i Grasrotandel i 2020.

Grasrotandelen fra Norsk Tipping er et kjærkomment økonomisk bidrag. Men hva skal vi gjøre for at flere enn de 54 (som vi har nå) av våre 860 medlemmer skal velge Postpensjonistene i Oslo som sin grasrotmottaker?

Norsk Tipping sin grasrotordning gjør at vår forening kan motta 7% av din spilleinnsats – uten at det verken reduserer dine vinnerejanser eller premiemuligheter.

Vi håper du bidrar til at 2021 blir et godt grasrot-år for Postpensjonistene i Oslo. Vårt registreringsnummer som du bruker hos tippe-kommisjonæren første gang er 999 599 796. Du kan også sende en SMS til Norsk tipping med tekst «Grasrotandelen 999599796» og sende den til 6000. Registreringen gjøres kun en gang, senere går det automatisk.

Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Jacob Wulfsberg

21. april

85 år

Kari Johnsrud

4. april

Helge Grøttum

16. april

75 år

Jack Hveding

10. april

90 år

Synnøve Clausen

19. april

Brit Johannessen

7. april

80 år

Jarle Beøy

10. april

Einar Gaarder

14. april

Sofie Engevoll

15. april

Kåre Bergstøl

26. april

Trenger du hjelp med mobil eller nettbrett?

Ring smart telefonen 22 600 700 – en GRATIS telefontjeneste for alle pensjonister.

Jfr. også nettsiden vår;

<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/avdelingsnyheter/gratis-hjelp-med-nettbrett-eller-smarttelefon/>

Kurs i velferdsteknologiens muligheter

Velferdsteknologi er en felles betegnelse på en rekke hjelpemidler som støtter og skaper trygghet for eldre hjemme, og gjør det mulig å delta i aktiviteter lenger.

Pensjonistforbundet tilbyr å arrangere kurs på nett for oss om dette temaet. Det er en fin mulighet til å forsøke seg på nettbasert kurs for dem som ikke har forsøkt dette tidligere, og et relevant tema for de fleste av oss.

Temaer på kurset er

- Velferdsteknologi for nybegynnere
- Velferdsteknologi og bolig
- Trygghet og mestring
- Digital avstandsoppfølging

Du kan følge kurset på nettbrett eller på pc. Påmelding skjer ved at du sender en epost til: tone.bye@pensjonistforbundet.no.

Du vil få en epost tilbake med bekreftelse om deltakelse og en link som du trykker på når kurset starter. Du blir da automatisk koblet opp og kan se og følge kurset. Det koster ikke noe å delta.

Tidspunkt for kurset er torsdag 8. april klokka 10.00 og påmelding kan skje løpende og seinest 6. april 2021. Kurset varer ca 2 timer inklusive pause og eventuelle spørsmål.

Velferdsteknologien vil bli viktigere mener postpensjonist **Dagny Hov**. Dagny Hov har fått opplæring som velferdsambassadør og er en av ca. 150 velferdsambassadører over hele landet. Rollen er å tilby foredrag om velferdsteknologi til pensjonistforeninger/eldreråd.

Hva er velferdsteknologi? Et felles begrep for teknologiske løsninger og hjelpemidler som skal bidra til at eldre kan få bo heime lenger. Eksempler er:
Digitale trygghetsalarmer/Elektroniske medisindosetter/Elektroniske dørlåser/Falldetektor/Lokaliseringsteknologi GPS / trygghetsklokker mv.

For eldre som ikke mestrer smarttelefon og nettbrett, er det utviklet et verktøy «KOMP/Kompen», en skjerm med 1 knapp.

Utvikling framover: Det er en rivende teknologisk utvikling. Nye hjelpemidler og tjenester innføres fortløpende. Utfordringen er å gjøre teknologien brukervennlig, samt effektiv bruk og opplæring av kommuner og brukere. **Alle har eget ansvar for planlegging av sin alderdom og hva som skal til for å bo hjemme så lenge som mulig.**



Den gylne spaserstokk. Fra 15.april til 15.oktober kan man registrere gåturer på et eget skjema. Skjema leveres deretter til Styret i PP Oslo som sørger for at du får enten stokk (første gang) eller egne merker (sølv, gull eller bronse). Last ned registreringskjema fra nettet <https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/avdelingsnyheter/deltakerkort-den-gylne-spaserstokk/>. Alternativ – klipp ut skjema under og fyll ut turer. Etter 15.oktober får vi muligens arrangert medlemsmøter der du kan levere inn ditt skjema.

<p>Den gylne spaserstokk OSLO</p> <p>DELTAKERKORT FOR GÅ-TRIMMEN</p> <p>April-oktober 20.....</p> <p>Navn:</p> <p>Fødselsår:</p> <p>Pensjonistforening/seniorsenter/ 60pluss gruppe/lignende grupper:</p> <p>60 plus aktivitet • fellesskap • helse</p> <p>NORGES IDRETTSFORBUND Oslo Idrettskrets</p> <p>www.idrettsforbundet.no/oslo</p>			<table border="1"> <thead> <tr> <th>NR.</th> <th>DATO</th> <th>HVOR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>9</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>10</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>11</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>12</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>14</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>15</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>16</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>17</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>18</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>19</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>			NR.	DATO	HVOR	1			2			3			4			5			6			7			8			9			10			11			12			13			14			15			16			17			18			19			20		
NR.	DATO	HVOR																																																																		
1																																																																				
2																																																																				
3																																																																				
4																																																																				
5																																																																				
6																																																																				
7																																																																				
8																																																																				
9																																																																				
10																																																																				
11																																																																				
12																																																																				
13																																																																				
14																																																																				
15																																																																				
16																																																																				
17																																																																				
18																																																																				
19																																																																				
20																																																																				

Fra Reise- og Turkomitéen:

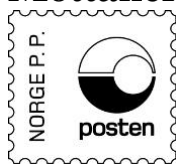
Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo:

Vi satser på at det er mulig å gå turer fra **7.april klokken 12.00.**

Møteplass er vår egen benk i Frognerparken.



Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – **Laurentse Foss.**



1. **Hvor vokste du opp?** *I Ogdal i Nord-Trøndelag*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *I divisjon Post - i Posthuset*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Beste minner er fra samarbeid og samvær med kolleger*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Hallvar Sandberg (Han er kunnskapsrik - og da trenger jeg ikke å snakke så mye selv... 😊)*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Jeg ble hverken same eller indianer, selv om det var planen på et tidspunkt...*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *Det meste av Springsteen*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Bøker*
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Strikking*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Vervet som nestleder i Postens Pensjonistforbund*
10. **Hva er din «guilty pleasure»** (noe du skammer deg litt over å like)? *Desserter*



April 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem,

Jeg vet at vi alle er lei av restriksjoner, lei av Covid19, lei av å ikke se hverandre og møtes. Men dette skal vi klare, og jeg er optimistisk med tanke på vår vei ut av pandemien. Vaksinasjonen er godt i gang og det vil forhåpentligvis lette litt på trykket etter hvert.

Vårsola titter frem og jeg er glad for at vi får avviklet årsmøtet, selv om skriftlig årsmøte er nytt for oss alle. Nærmere omtale av årsmøtet og deltakelse mv kan du lese om i aprilutgaven av PPNYTT.

Jeg vet ennå ikke når vi kan møtes fysisk på medlemsmøter. Vi får ta det som det kommer. Jeg vil minne om våre ukentlige gåturer om onsdager i Frognerparken og Botanisk hage. Vi starter opp igjen i mai.

De gode naturopplevelsene får du også her i byen og i vår omegn. Vårtiden viser oss endringene i naturen som det er god grunn til å glede seg over.

Jeg ønsker dere alle en fin vår!

Med vennlig hilsen

Ingvar Kjøren



Referat fra årsmøte 2021.

Tilstede: Ingvar Kjøren, Jan Rognaldsen, Aud Irene Dalen Nielsen, Arne Tømmerås, Odd-Jostein Hyttebakk, Inger Greve, Barbro Eyde-Axelsen, Else Myhre (ref), Jon Greve, Roy Charles Lund

Styret var samlet digitalt for å gjennomgå de skriftlige tilbakemeldinger fra medlemmene, ihht planen for gjennomføring av årsmøtet 2021 sendt ut i PPNYTT for februar 2021.

Dagsorden for årsmøtet:

- 1. Årsberetning 2020**
- 2. Revidert regnskap 2020**
- 3. Arbeidsplan 2018- 2021**
- 4. Innkomne forslag**
- 5. Budsjett 2021**
- 6. Valg**
- 7. Valg av 2 representanter til å underskrive protokollen**

Generelt:

Ingvar Kjøren var leder for årsmøtet, og Else Myhre var sekretær. 27 medlemmer hadde sendt inn svarskjema innen fristen, 26.mars 2021 og var dermed deltakere på årsmøtet.

Ad punkt 1: Ingen kommentarer og årsberetningen ble godkjent.

Ad punkt 2. Ingen kommentarer og regnskapet ble godkjent.

Ad punkt 3. Ingen kommentarer og arbeidsplanen ble godkjent.

Ad punkt 4: Ingen forslag er mottatt.

Ad punkt 5: Ingen kommentarer og budsjettet ble godkjent.

Ad punkt 6: En kommentar er mottatt og er tatt opp med Valgkomitéen. Valget er deretter godkjent med denne merknaden. Det er ingen person-endringer i noen av komitéene fra 2020 til 2021, det er kun valgperiodene som er endret. Se oversikt på nettet under «Tillitsvalgte».

Ad punkt 7: Jon Greve og Roy Charles Lund er valgt til å skrive under årsmøteprotokollen.

Den underskrevne årsmøteprotokollen ligger på våre nettsider under Dokumenter/Årsmøtet 2021; <https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/dokumenter/>

Medlemsmøter fremover.

Se leders innlegg – side 1.

Medlemsnytt.

Ved utgangen av mars var vi 844 medlemmer. Hittil i år har vi fått 15 nye medlemmer, mens 29 ble utmeldt hvorav 12 døde.

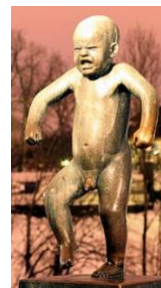
Den eldste i foreningen vår er 98 år og den yngste er 50 år.

54% av medlemmene har mailadresse.

54 av medlemmene gir grasrot-midler til PP Oslo (se eget punkt).

Fra Reise- og Turkomitéen:

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo. Nå har mange av våre medlemmer fått første dose med vaksine. Vi planlegger derfor for oppstart med turer i Frognerparken og Botanisk Hage onsdag 5.mai klokken 12.00. Møteplass blir vår egen benk i **Frognerparken** (over broen og til høyre).



Post- og mailadresser.

Gi oss beskjed om du endrer din post- eller mailadresse. Ring, skriv eller send en SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer på mail da utsending pr. post er dyrt for foreningen. Da mottar man både PPNYTT og faktura for medlemskontingent på mail. Andelen med mailadresse er nå ca 52 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

Grasrotandel via Norsk Tipping

54 medlemmer gir pr. april 2021 sine grasrotmidler til Postpensjonistene i Oslo. Det betyr ca. 40.000 kroner «i kassa» pr år og det igjen betyr at vi får inn ca. 750 kroner pr medlem. Dersom du vil være med på denne dugnaden må du oppgi enhetsnummeret vårt 999 599 796 til tippekommisjonær eller på nettet.

Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Randi Ørstavik Norum	6. mai
Solveig Häger	8. mai
Inger Elisabeth Moen	17. mai

80 år

Herdis Brox	1. mai
Inger Riise Fossen	27. mai

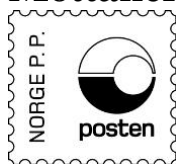
75 år

Ruth Søgner Fowels Landmark	9. mai
Ole Martin Nore	16. mai
Mayvår Eva Holand	17. mai
Ursula Fossberg	21. mai
Margun Faksvåg	22. mai
Annlaug Flemsæter	26. mai

85 år

Ole Martinsen	28. mai
----------------------	----------------

Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – Truls Krogh.



1. **Hvor vokste du opp?** *I Honningsvåg i Nordkapp kommune.*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *I Oslo og Akershus Øst postregion.*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Det var et vanskelig spørsmål. Jeg har jo «prøvd» det meste i Posten, fra dagarbeider til regionsjef og gjennomgående hatt flotte kollegaer alle steder. Men hvis jeg må velge, blir det nok tiden på Økern postkontor.*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Enda et vanskelig spørsmål, men av nålevende, tror jeg det ville bli Jonas Gahr Støre.*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Jeg ville bli journalist eller lærer.*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *Nordaførr Vårviser med Halvdan Sivertsen.*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Kryssord.*
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Kryssord og sport.*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Komme meg ut i frisk luft og vedlikeholde vennskap.*
10. **Hva er din «guilty pleasure»** (noe du skammer deg litt over å like)? *God rødvin og desserter, særlig puddinger.*

Er du interessert i tilbud om digitale kurs

Pensjonistforbundet arrangerer jevnlig kurs digitalt om relevante temaer. Kurset som de arrangerte om digitale hjelpemidler i april, var veldig nyttig og bra. Dersom du er interessert i å motta tilbud på epost om slike kurs, kan du sende en epost til oslo@postpensjonistene.no Vi lager en adresseliste slik at vi kan videresende epost med tilbudene og hvordan du melder deg på.



Mai 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem,

Endelig går vi inn i våren. Det er hyggelig å registrere hvordan alt spirer og gror i omgivelsene våre.

Det ser ikke ut som om vi får starte opp med medlemsmøter før utover høsten. Aktiviteten vår preges av pandemien som for resten av Norge. Styret har regelmessige styremøter på nettet og det fungerer fint.

Gåturene våre i Frognerparken og Botanisk hage startet opp igjen nå i mai. Det er bare å møte opp onsdager klokken 12. Det kan gi oss alle litt tankegodt å vite at det i sin tid var planlagt og vedtatt en 4 felts motorvei gjennom Frognerparken. Det høres nesten ut som en vits i dag, men det er sant.

Jeg vil oppfordre alle til å ta en rusletur i omgivelsene. Det er utrolig hvor godt det gjør for helse og velvære.

«Den gyldne spaserstokk» er også gratis trim for seniorer i Oslo. Deltakerkort for denne gåtrimmen finner du på vår nettside.

Jeg ønsker deg en fin vår!

Med vennlig hilsen

Ingvar Kjøren



Medlemsmøter fremover.

Se leders innlegg – side 1.

Medlemsnytt.

Ved utgangen av april var vi 839 medlemmer. Vi fikk 4 nye medlemmer i april, 10 ble utmeldt, hvorav 2 døde.

Den eldste i foreningen vår er 99 år og den yngste er 50 år.

54% av medlemmene har mailadresse.

56 av medlemmene bidrar med grasrot-midler til PP Oslo (se eget punkt).

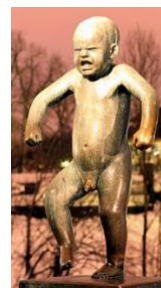
Vi ønsker følgende nye medlemmer velkommen; Jan Angeltun, Arne Hamre, Asbjørn Aune og Rolf Ertsås.

Fra Reise- og Turkomitéen:

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo, onsdager klokken 12.00.

Vi møtes i Frognerparken på like ukenr (18, 20, 22 osv) og i Botanisk Hage på ulike ukenr (19, 21 osv). Oppmøte i Frognerparken er ved benken vår.

Oppmøte i Botanisk Hage er utenfor Lids Hus.



Post- og mailadresser.

Gi oss beskjed om du endrer din post- eller mailadresse. Ring, skriv eller send en SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer på mail da utsending pr. post er dyrt for foreningen. Da mottar man både PPNYTT og faktura for medlemskontingent på mail.

Andelen med mailadresse er nå ca 52 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

HUSK GRAROTANDELEN



Det vil komme til nytte for deg og Postpensjonistene i Oslo om ditt spillekort blir registrert med

999 599 796 (vårt org.nr)

Det kan du bidra med uten at det går utover verken din innsats, premie eller vinningsjans.

Tusen takk til 56 givere for nær kr 14 000 hittil i år!

Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

**Nora Helene Urberg
Bodil Tyvold**

**9. juni
23. juni**

80 år

**Gerd Bastiansen
Odd Werner Fjeldstad** **18. juni
24. juni**

75 år

**Jan Andresen
Håkon Kristoffersen
Eva Eide**

**11. juni
20. juni
27. juni**

85 år

**Oddvar Hønsi
Jan Christiansen** **8. juni
18. juni**

Sommerfuglen – Henrik Wergeland

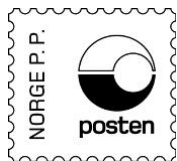


Den prektige sommerfugl
er fløyen fra Guds hånd.
Han gav den gylne vinger
og røde purpurbånd.

Han lærte den å flyve høyt,
høyere enn jeg er.
Den har nok fuglens lyster,
men ei dens dun og fjær.

Og alle verdens mennesker
og alle kongebud
ei gjøre kan en sommerfugl.
Det kan alene Gud.

Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – Jan Helge Rognaldsen.



1. **Hvor vokste du opp?** *Alverstraumen i Alver kommune.*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *Internasjonal Post..*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Spennende oppgaver og gode vennskap.*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Angela Merkel.*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Jeg ville bli prest eller gartner.*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *Ingen spesiell, men 70-80-talls musikk.*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Daglig byvandring.*
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Hagearbeid på balkong og i fellesareal.*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Arbeid for Postpensjonistene i Oslo og i Eldreråd i Frogner.*
10. **Hva er din «guilty pleasure»** (noe du skammer deg litt over å like)? *Kaker og desserter.*

Er du interessert i tilbud om digitale kurs

Pensjonistforbundet arrangerer jevnlig kurs digitalt om relevante temaer. Kurset som de arrangerte om digitale hjelpemidler i april, var veldig nyttig og bra. Dersom du er interessert i å motta tilbud på epost om slike kurs, kan du sende en epost til oslo@postpensjonistene.no. Vi lager en adresseliste slik at vi kan videresende epost med tilbudene og hvordan du melder deg på.

Tips. Visste du at Det Norske Teatret har bikubar på taket og at dei sel honning i butikken sin?



Juni 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem,

Sommeren er her. Det er godt å kunne nyte et måltid utendørs. Pandemien er heldigvis i ferd med å stoppe opp blant våre aldersgrupper. Det er bra for oss alle at vaksinasjonen går som planlagt.

Det er ellers verdt å glede seg over at pensjonistoppgjøret går vår vei. Etter å ha tapt kjøpekraft i 6 år, synes vi endelig å bli hørt. Pensjonistforbundet har gjort en fremragende jobb med pensjons- og trygdeoppgjøret for oss.



Jeg håper at vi fra høsten kan komme i mer normal gjenge med medlemsmøter, kurs og turer. I alle fall satser jeg på at de fysiske medlemsaktivitetene vil ta seg opp. Vi regner ikke med at det blir planlagt utenlandstur i år selv om vi er vaksinerte.

Det er gledelig at flere deltar på våre ukentlige parkturer og turer i Botanisk hage – uansett vær og vind. Det er alltid hyggelig å treffe gamle kollegaer og ta en kaffekopp.

Postens Pensjonistforbund har avviklet Landsmøte 7.-8 juni 2021. Dette ble gjennomført digitalt med deltakere fra hele landet. Vi fra Oslo deltok med 3 delegater og undertegnede. Vi har fra Oslos side også deltatt i arbeidsgruppe med forberedelse til Landsmøtet. Ekstra hyggelig er det at Else Myhre fra vårt styre enstemmig ble valgt til sekretær i Postens Pensjonistforbund.

Vi ses igjen til høsten og jeg ønsker deg og dine god sommer!

Med vennlig hilsen
Ingvar Kjøren

**Og det er juninatta høgt over skog og fjell.
Og det er grøne lunder der mørket itte fell.
Og itte får jeg sova og itte vil jeg hell.**

Sitat - Einar Skjæråsen

Medlemsnytt.

Ved utgangen av mai var vi 831 medlemmer. Vi fikk 4 nye medlemmer i mai, 13 ble utmeldt, hvorav 3 døde.

Den eldste i foreningen vår er 99 år, og den yngste er 51 år.

55% av medlemmene har mailadresse (økning med 1 % fra mai).

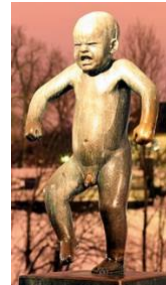
58 av medlemmene bidrar med grasrot-midler til PP Oslo (økning med 2 fra mai).

Vi ønsker følgende nye medlemmer velkommen: Venke Elde, Javed Akhtar, Karin M. Mustorp og Kristin Berget Nilsen.

Fra Reise- og Turkomitéen:

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo, onsdager klokken 12.00.

Vi møtes i Frognerparken på like ukenummer (18, 20, 22 osv) og i Botanisk Hage på ulike ukenr. (19, 21 osv). Oppmøte i Frognerparken er ved benken vår. Oppmøte i Botanisk Hage er utenfor Lids Hus.



I juli og august er det ikke offisielle turer, men de som vil, kan bare stille opp på turstedene og gå en runde.

Vi har god tro på at Reisekomitéen kommer til å arrangere turer til høsten når restriksjonene forhåpentligvis blir opphevet og de fleste av oss er vaksinerte.

Post- og mailadresser.

Gi oss beskjed om du endrer din post- eller mailadresse. Ring, skriv eller send en SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer på mail da utsending pr. post er dyrt for foreningen. Da mottar man både PPNYTT og faktura for medlemskontingent på mail. Andelen med mailadresse er nå ca 55 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

Landsmøte Postens Pensjonistforbund

Det 14. ordinære landsmøte 7.-8.juni ble historisk. Mellom 40-50 delegater og gjester fra hele landet møttes for første gang digitalt via skjerm.

I tillegg til ordinære landsmøte-saker som årsberetning, regnskap og valg, ble Handlingsplan for 2021-2024 behandlet og godkjent.

Nåværende leder, Kjellaug Kristiansen Jota, ble enstemmig gjenvalgt med Jan Bekkevold som nestleder.

Vi hadde besøk av Anne Berit Rafoss fra sekretariatet i «Aldersvennlig Norge». Hun snakket bl.a. om viktigheten av å planlegge egen alderdom, arbeidet med aldersvennlig transport og aktivitetsplasser for eldre i kommunene.

Nina Yttervik, som er forholdsvis ny konserndirektør for Mennesker og bærekraft i Posten Norge, gjennomgikk Postens nye strategier og tiltak for fremtiden. Hun nevnte bl.a. samarbeidet som er inngått mellom Posten og Kommunenes Sentralforbund (KS) om utvikling av tjenester for by og land.

Jan Davidsen fra Pensjonistforbundet orienterte om trygdeoppgjøret og det politiske arbeidet med å få på plass justeringer i pensjonen for oss pensjonister. Saken er nå til behandling i Stortinget, og det er grunn til endelig å forvente et godt trygdeoppgjør. Viktigheten av at vi pensjonister er organisert og tar del i elderråd ble poengtert.

Kort oppsummert ble det et godt og vel gjennomført landsmøte med nyttige diskusjoner og innspill underveis. Du kan *etterhvert* lese mer om landsmøtet på forbundets nettside;

<https://www.postpensjonistene.no>

TRYGDEOPPGJØRET 2021

Følgende artikkel står på nettsiden til Pensjonistforbundet. Den er skrevet av Anders Rasch og ble publisert 17.juni klokken 13:52. Vi har valgt å kopiere hele artikkelen inn til vårt PPNYTT.

Full seier i trygdeoppgjøret

Pensjonistforbundets krav om at pensjon skal øke med 3,83 prosent på årsbasis er innfridd. Det gir en vekst i pensjonen på 5,36 prosent fra 1. mai.



Forbundsleder Jan Davidsen kan i dag koste på seg et smil, etter stortingsvedtaket som gir Pensjonistforbundet fullt gjennomslag for krav til trygdeoppgjøret.

Uenighetsprotokollen mellom Pensjonistforbundet og regjeringen endte opp som en innertier for landets pensjonister da saken i dag ble behandlet i Stortinget.

Dette er en god seier for pensjonister og Pensjonistforbundet, og det viser at det lønner seg å brette opp ermene og stå på til siste slutt, sier forbundsleder Jan Davidsen.

Full kompensasjon

Et flertall på Stortinget bestående av SV, FrP, Senterpartiet og Arbeiderpartiet har gitt full støtte til Pensjonistforbundets krav i trygdeoppgjøret. Det gis full kompensasjon for at det ble benyttet en for lav lønnsvekst i beregningen av pensjonsøkningen i trygdeoppgjøret i fjor.

Dermed blir pensjonsveksten fra 1. mai i år økt til 5,36 prosent fra det opprinnelige tilbudet fra regjeringen på 4,99 prosent.

Forskjellen utgjør om lag 925 kroner mer i årlig pensjon i gjennomsnitt.

Viktig prinsippsak

Pensjonistforbundets krav i trygdeoppgjøret var å sikre full kompensasjon for at det ble benyttet en for lav lønnsvekst i fjorårets trygdeoppgjør. Regjeringen ville bruke en metode som bare ga delvis kompensasjon for dette.

- Det er prinsipielt svært viktig at Stortingsflertallet har gitt støtte til vårt krav, sier Jan Davidsen.
- Dette kan få betydning også i trygdeoppgjørene i årene fremover. Det er regjeringen som anslår lønnsveksten som benyttes i trygdeoppgjørene, og da må vi ha kontrollmekanismer på

plass som sikrer at pensjonistene ikke rammes negativt dersom regjeringen bruker for lave anslag på lønnsveksten.

Hvorfor øker pensjonene med 3,83 prosent?

Du lurer kanskje på hvorfor pensjonene skal øke med akkurat 3,83 prosent? Her får du forklaringen:

I år har flertallet på Stortinget vedtatt at pensjonene skal øke med gjennomsnittet av lønns- og prisveksten, men ikke høyere enn lønnsveksten.

Den anslåtte lønnsveksten i år er 2,4 prosent, mens prisveksten er anslått til 2,8 prosent.

Gjennomsnittet av lønns- og prisveksten blir dermed 2,6 prosent. Siden dette er høyere enn lønnsveksten, blir den anslåtte lønnsveksten på 2,4 prosent lagt til grunn i årets trygdeoppgjør. I tillegg skal det korrigeres for et avvik på 1,4 prosentpoeng som stammer fra trygdeoppgjøret i 2020. Hvorvidt man skulle få full korrigerings for dette avviket, har det vært uenighet om mellom regjeringen og Pensjonistforbundet. Pensjonistforbundet krevde full kompensasjon for dette avviket fra i fjor.

I trygdeoppgjøret i 2020 ble det lagt til grunn en anslått lønnsvekst på 1,7 prosent, mens det senere viste seg at den faktiske lønnsveksten i 2020 ble 3,1 prosent.

Dermed har vi følgende tall som ligger til grunn for beregningen av pensjonsøkningen i år:

- Anslått lønnsvekst 2021: 2,4 %
- Kompensasjon for avvik fra 2020: 1,4 %

Årsveksten i pensjon skal dermed beregnes slik: $(1+2,4\%) \times (1+1,4\%) - 1 = 3,83\%$ prosent.

For å oppnå en årsvekst på 3,83 prosent i 2021 må pensjonene øke med 5,36 prosent fra 1. mai i år.

Kan måtte vente litt på den nye pensjonsøkningen

NAV må komme tilbake til når de kan få beregnet og utbetalt de oppregulerte pensjonene med den nye veksten som nå er vedtatt. I mellomtiden vil du få pensjonen oppregulert basert på det opprinnelige tilbudet fra regjeringen.

Betalingsterminaler

Styret for postpensjonistene i Oslo har besluttet å anskaffe betalingsterminaler til bruk på medlemsmøtene våre. Dette vil gjøre betalingen enklere både på inngangspenger og lodd for alle møtedeltagerne, og enklere for oss som skal håndtere inntektene. Så vi oppfordrer alle til å ta med seg bankkortet sitt og benytte det på møtene fremover når medlemsmøtene etter hvert starter opp igjen.



Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Sonja Boger	07.07.
Åke Trondsen	16.07.
Mildrid Gustavsén	20.07.
Geir Paulsen	04.08.
Alfhild Bjørge	09.08.
Frank Erik Pedersen	11.08.
Asbjørg Hansen	21.08.
Judith Vambeseth	05.09.
Marit Kristin Kirkeby	21.09.
Mohammed Ashan Ullah Khan	26.09.

75 år

Alastair Grant Mackenzie	02.07.
Einar Skåre	07.07.
Unni Marianne Thoresen	16.07.
Bernt Bugjerde	11.08.
Tore Gunnar Negård	19.08.
Lilian Carlsson	23.09.

80 år

Else-Marie Martinsen	12.07.
Tone Fremstad	24.07.
Kjell Vidar Hansen	07.08.
Eva Andersen	20.08.
Gerd Hjemseth	21.08.
Tor Hansen	04.09.

85 år

Jan Christensen	18.06.
Inger Hammer	16.08.
Randi Lundtveit	22.08.
Tove Strømmen	03.09.

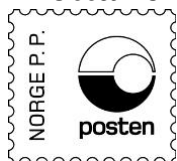
90 år

Jonny Ole Olsen	17.08.
Rolf Holm	20.08.
Reidun Hov	22.08.
Joveig M. Grønnhaug	11.09.
Anna Helene Undlien	29.09.

95 år

Anne Marie Nordby	02.08.
--------------------------	---------------

Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – Liv Tveito.



1. **Hvor vokste du opp?** *Honningsvåg i Nordkapp kommune.*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *Internasjonal Post..*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Mange gode minner, og mange spennende/varierte arbeidsoppgaver. Spesielt minne fra storflommen i Lillestrøm i 1966. Postkontoret måtte flytte til IOGT's lokaler, og postomdelingen foregikk med robåter rundt i gatene.*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Michelle Obama.*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Hadde en drøm om å bli telegrafist i utenriksfart.*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *Elvis Presley hadde flere låter som betydde mye.*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Mine daglige turer i skog og mark.*
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Kryssord og Sudoku.*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Samkvem med familie og venner, samt noe eksamensvakt.*
10. **Hva er din «guilty pleasure» (noe du skammer deg litt over å like)?** *Søtsaker.*

HUSK GRAROTANDELEN

Det vil komme til nytte for deg og Postpensjonistene i Oslo om ditt spillekort blir registrert med

999 599 796 (vårt org.nr)

Det kan du bidra med uten at det går utover verken din innsats, premie eller vinningsjans.





September 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem,

Nå får vi glede oss over å ha hatt en fin sommer. En del har nok fått reist i Norge og andre kanskje til utlandet. Og har skaffet seg gode ferieminner.

Postpensjonistene i Oslo har nå startet opp aktiviteter for høstsesongen.

Onsdagsturene i Botanisk hage og Frognerparken er i gang. Jeg håper mange av dere finner veien dit. En rusletur med postkollegaer og kaffe etterpå er alltid hyggelig.



De som har oppgitt mailadresse til oss og følger med på nettsiden vår, har fått med seg at vi planlegger en julemarkedstur til Trondheim 6.desember med retur 9.desember med fly.

Her har vi lagt inn omvisninger i Nidarosdomen og Ringve bl.a. Trondheim byr på et julemarked i desember som har til hensikt å formidle den koselige, norske og tradisjonsrike stemningen som vi alle forbinder med adventstida.

Mange har allerede meldt seg på, men det er fortsatt ledige plasser så her er det bare å melde seg på. Pris, program og reiseinformasjon finner du nedenfor.

Styret vil ellers starte opp med fysisk styremøte nå i september. Vi regner med å kunne starte med medlemsmøter utover høsten.

Vi er opptatt av at alle våre arrangementer skal være trygge å delta i og følge gjeldende smittevernregler.

Jeg håper på å se dere snart og ønsker deg en fin høst.

Med vennlig hilsen
Ingvar Kjøren

Skogen finner jeg er skjønnest
i høstgeniets fantasi,
og ikke, når den står som grønnest.
Bjørnstjerne Bjørnson

Medlemsnytt.

Ved utgangen av august var vi 833 medlemmer. Vi fikk 7 nye medlemmer i sommer, 5 ble utmeldt, hvorav 4 døde.

Den eldste i foreningen vår er 99 år, og den yngste er 51 år.

55% av medlemmene har mailadresse (uendret siden juni).

58 av medlemmene bidrar med grasrot-midler til PP Oslo (uendret siden juni).

Vi ønsker Irene Buanes, Jarle Vullum, Bente Brenna, Torild Nordli Aspaas, Kai Hoel, Øyvind Røgeberg Sørensen og Oddgeir Ovesen velkommen som nye medlemmer.

Fra Reise- og Turkomitéen:

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo, onsdager klokken 12.00.

Vi møtes i Frognerparken på like ukenummer (18, 20, 22 osv) og i Botanisk Hage på ulike ukenr. (19, 21 osv). Oppmøte i Frognerparken er ved benken vår. Oppmøte i Botanisk Hage er utenfor Lids Hus.

1.september startet vi opp igjen med onsdagsturene. Vi kommer til å fortsette med dette inntil vi får arrangere medlemsmøter i Posthuset.

Her er bilde fra turen i Botanisk Hage 1.september, les mer på nettet.

<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/>



Julemarkedstur til Trondheim 6. – 9. desember



Turkomiteen inviterer til julemarkedstur til Trondheim. Medlemmer som vi har epost-adresse til og som følger med på nettsiden vår, er allerede kjent med invitasjonen. Mange har meldt seg på, men det er fortsatt ledige plasser.

Dag 1:

- Fly til Trondheim (kl. 08.55-09.50)
- Byvandring med lokalguide
- Felles middag

Dag 2:

- Omvisning i Nidarosdomen
- Besøk på julemarkedet på egen hand
- Felles middag

Dag 3:

- Besøk i Ringve Musikkmuseum. Buss t/r.
- Besøke Rockheim, det nasjonale museum for populærmusikk
- På ettermiddagen er det tid til å besøke julemarkedet på egen hånd
- Felles middag

Dag 4:

- Tid til egen disposisjon
- Buss til flyplassen for hjemreise
- Fly til Oslo (kl. 15.00-15.55)

Følgende er inkludert:

- Fly t/r Oslo-Trondheim
- 2 stk innsjekkert bagasje pp
- Buss t/r flyplass - hotell
- 3 netter på Scandic Nidelven i dobbeltrom
- Frokost og middag på hotellet hver dag

- Guidet byvandring i Trondheim
- Besøk (inkl. inngangsbilletter) til Nidarosdomen, Ringve Musikkmuseum og Rockheim
- Buss t/r Ringve Musikkmuseum

Pris: ca. kr 5.000,- pr pers ved minst 30 personer. Pris ikke-medlemmer: kr 5.600. Tillegg for enkeltrom: 300,- pr natt.

Deltakerne vil være dekket at pakkereiseloven som også vil gjelde ved eventuelle avlysninger pga. endringer i koronarelaterte reiseråd.

Påmelding snarest til en av disse:

- Jens Myklebust, epost audijens@online.no eller mobil/SMS 952 99 186
- Jan Rognaldsen, epost janinnorway@gmail.com eller mobil/SMS 930 30 859

Oppgi i påmeldingen om noen har matallergier/-intoleranse som det må tas hensyn til.

Les her om julemarkedet: <https://julemarkedet-trondheim.no/>

Betalingsterminaler

Styret for postpensjonistene i Oslo har besluttet å anskaffe betalingsterminaler til bruk på medlemsmøtene våre. Dette vil gjøre betalingen enklere både på inngangspenger og lodd for alle møtedeltagerne, og enklere for oss som skal håndtere inntektene. Så vi oppfordrer alle til å ta med seg bankkortet sitt og benytte det på møtene fremover når medlemsmøtene etter hvert starter opp igjen.



Post- og mailadresser.

Gi oss beskjed om du endrer din post- eller mailadresse. Ring, skriv eller send en SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer på mail da utsending pr. post er dyrt for foreningen. Da mottar man både PPNYTT og faktura for medlemskontingent på mail. Andelen med mailadresse er nå ca 55 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

HUSK GRASROTANDELEN

Det vil komme til nytte for deg og Postpensjonistene i Oslo om ditt spillekort blir registrert med

999 599 796 (vårt org.nr)

Det kan du bidra med uten at det går utover verken din innsats, premie eller vinner sjanse.



Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Anita Warholm	02.10.
Inge-Henry Søfteland	23.10.
Ragnar Weseth	29.10.

75 år

Per Arne Bjerkli	01.10.
Leif Alfred Johannessen	14.10.
Hans Vestlund	23.10.
Gro Høiskar	25.10.

80 år

Inger-Brita Karlsen	09.10.
Odd Magnussen	15.10.
Jan Viggo Roos	31.10.

85 år

Svanhild Irene Landråk	03.10.
-------------------------------	---------------

90 år

Gerhard Mikkelsen	05.10.
Werner Hjorth	26.10.

DEN GYLNE SPASERSTOKK.

Deltakerkortet sendes:

Odd-Jostein Hyttebakk

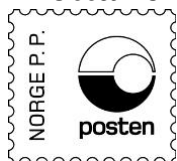
Orreleiken 23

1388 Borgen

FRIST: 15 oktober



Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – Helge Kristiansen.



1. **Hvor vokste du opp?** På øya Hjelmsøy i havgapet ut mot Nordishavet i Måsøy kommune i Finnmark.
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** I det som heter Kundeservice Storbedrift.
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** Det er nok tiden i Oslo postdistrikt, Distriktskontoret. Det var 10 hyggelige år med gode ledere.
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** Jens Stoltenberg.
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** Sjømann, Hurtigruten etc
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** Ingen spesielle, men i min tenåringstid var jeg veldig opptatt av Elvis. Har også veldig sans for Abba og hadde gleden av å oppleve dem live i Ekeberghallen i 1974.
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** Gode venner og nyheter, var avisoman, leste alt jeg kom over, kjøpte lokalaviser når jeg var på reise.
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** Jeg var eier av en seilbåt i 40 år og brukte det meste av fritid og ferie ombord i den. Dessverre har helseproblemer satt en stopper for et aktivt båtliv.
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** Treffe venner, gå litt turer og oppta litt reiseaktivitet igjen hvis helsa holder seg som i dag.
10. **Hva er din «guilty pleasure»** (noe du skammer deg litt over å like)? Det får dere ikke vite.



Oktober 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Kjære medlem,

ENDELIG ER VI DER

Oslo har blitt åpnet igjen. Kravet om 1 meters avstand har som kjent falt bort. Jeg råder likevel alle medlemmer til fortsatt å vise hensyn til hverandre og bidra til en sikker hverdag. Husk god håndhygiene og bruk antibac.

Jeg gleder meg til et åpnere samfunn. Postpensjonistene i Oslo vil arrangere en hyggelig julemiddag med underholdning i Oslo kongressenter/Folkets hus på Youngstorget den 17.november. Merk deg datoen.

Nærmere detaljer med påmelding er omtalt nedenfor.

Våre foreningsaktiviteter har selvsagt vært påvirket av pandemien og restriksjonene som fulgte med. Derfor noterer jeg med glede at den planlagte julemarkedsturen vår til Trondheim den 6.-9.desember har nærmere 30 påmeldte og vil bli arrangert som planlagt. Jeg ser frem til denne desember utflukten. Detaljert program finner du i PPNYTT for september og på nettet.

Vi vil starte opp med medlemsmøter igjen, sannsynligvis i januar 2022. Styret vurderer andre aktiviteter bl.a. som kurs i nettbrett og mobiltelefon. I overkant av halvparten av medlemmene i vår forening mottar PPNYTT elektronisk og det er en gledelig fremgang.

Det er hyggelig å se at mange finner veien til onsdagsturene våre i Frognerparken og Botanisk hage. På enkelte av turene har vi utvidet program med museumsbesøk og byvandring. Vi får mange positive tilbakemeldinger fra medlemmer. Onsdagsturene vil i alle fall fortsette ut oktober.

Jeg ønsker hver og en av dere en fin høst og håper å se mange av dere på julemiddagen i november.

Med vennlig hilsen
Ingvar Kjøren

**Livet er kanskje ikke alltid en fest,
men mens vi er her, kan vi like godt danse.**
Jeanne C. Stein, amerikansk forfatter

**Velkommen til medlemsmøte
i Oslo Kongressenter Folkets Hus
onsdag 17.november 2021 klokken 17.00.**



Vi har den glede å invitere til medlemsmøte i Oslo Kongressenter den 17.november.

Meny: Julemiddag med 1 valgfri drikke; 1 øl, 1 glass vin eller 1 mineralvann. Om man ønsker noe mer drikke så kan det kjøpes av den enkelte.

Oppstart: Klokken 17.00.

Påmelding på epost til: oslo@postpensjonistene.no

Påmeldingsfrist og betalingsfrist: 1.11.2021

Egenandel: Kr. 250 til konto 0531 07 98306 eller VIPPS 21673

Underholdning ved PostCanto.

Fra Reise- og Turkomitéen:

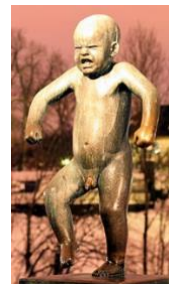
De populære onsdagsturene våre nærmer seg sesongslutt.

13.oktober er det tur i Botanisk Hage – oppmøte utenfor Lids Hus.

20.oktober blir det tur i Frognerparken – oppmøte ved benken vår.

Siste tur for året går fra Botanisk Hage 27.oktober med Trond Nilsen som guide – oppmøte også denne gangen utenfor Lids Hus.

Etter dette tar vi et opphold, men vil komme tilbake til byvandring og turer etter hvert.



Medlemsnytt.

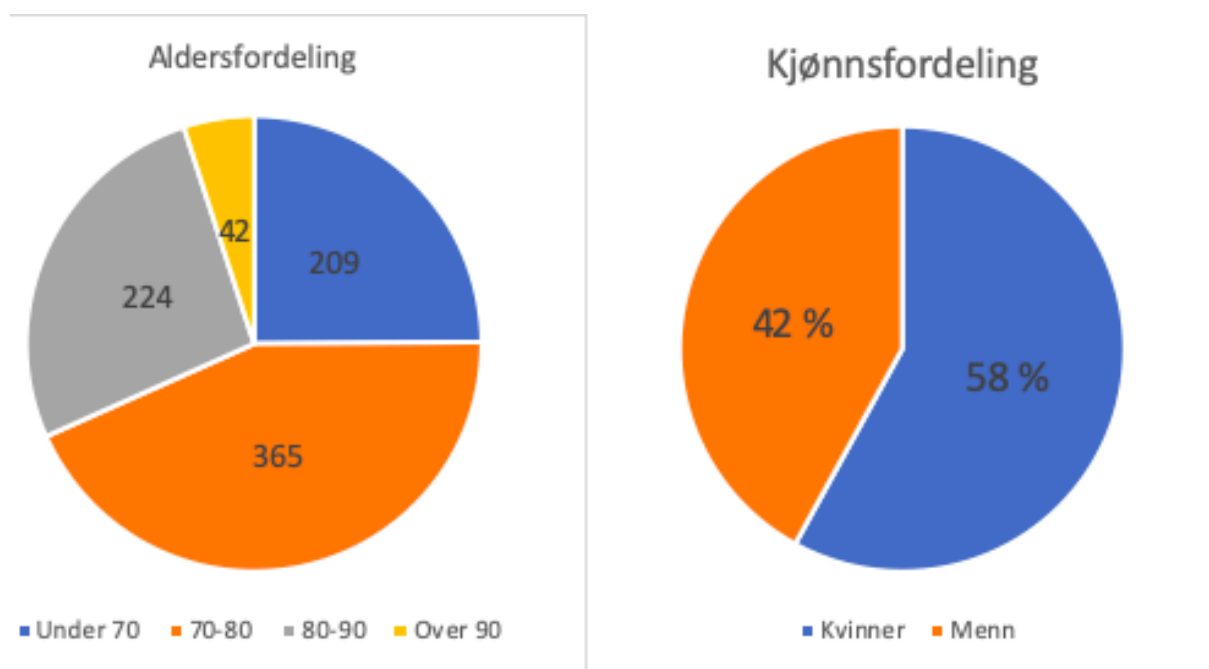
Ved utgangen av september var vi 840 medlemmer. Vi vervet 8 nye medlemmer i september, 2 ble utmeldt, hvorav 1 døde.

Den eldste i foreningen vår er 99 år, og den yngste er 51 år.

55,8 % av medlemmene har mailadresse.

60 medlemmer bidrar med grasrot-midler til PP Oslo (økning på 2 i september).

Vi ønsker velkommen som nye medlemmer Rune Løseth, Jon Terje Sandnes, Anne-Lise Sandnes, Møyfrid Johnsen, Marit Karin Mills, Johanna Lisbeth Bergheim, Geir Wikstrand og Rønnaug Heggås.



Melding om dødsfall.

Postpensjonistforeningene rundt omkring i landet har påtatt seg å sende en siste hilsen når vi hører at en av våre kollegaer i Posten har gått bort. Vi følger med i aviser, men vi er svært takknemlig om dere medlemmer hjelper å følge med på dette. Send en melding til leder Ingvar på epost eller SMS så snart du får nyss om en slik trist hendelse (mobil 415 07 721).

Post- og mailadresser.

For at du ikke skal gå glipp av PPNYTT, Pensjonisten og annen informasjon vi sender ut, er det viktig at du melder fra dersom du endrer din post- eller mailadresse. Dette kan du gjøre via vår nettside <https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/kontakt/> eller ved å ringe, skrive eller sende SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466.

Betalingsterminaler

Postpensjonistene i Oslo har anskaffet betalings-terminaler til bruk på medlemsmøtene. Dette for å gjøre betalingene for inngangspenger og lodd enklere. Vi oppfordrer alle til å ta med seg og benytte bankkort på medlemsmøtene når de etter hvert starter opp igjen.



HUSK GRASROTANDELEN

Det vil komme til nytte for deg og Postpensjonistene i Oslo om ditt spillekort blir registrert med

999 599 796 (vårt org.nr)

Det kan du bidra med uten at det går utover verken din innsats, premie eller vinner sjanse.



Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Gerda Sørensen

Mette Dåpan

03.11.

06.11.

80 år

Laila Svean

Ragnhild Løkken

Øivind K. Jensen

Inge Petter Flem

10.11.

11.11.

12.11.

15.11.

75 år

Arne Kristoffersen

Torill Kummen

10.11.

10.11.

90 år

Erik Olav Lien

20.11.

DEN GYLNE SPASERSTOKK.

Deltakerkortet sendes:

Odd-Jostein Hyttebakk

Orreleiken 23

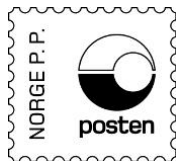
1388 Borgen

mail: jhytteba@online.no

FRIST: 15 oktober



Mottaker



**Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo**

Månedens portrett – **Torhild Furusund.**



1. **Hvor vokste du opp?** *Eidfjorden i Sortland kommune.*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *Salg Storbedrift i Posthuset.*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Jeg trivdes alltid i Posten, og har gode minner fra jobb på postkontor og som instruktør, men vil trekke fram tida som salgssekretær i Storbedrift som den beste og mest morsomme.*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Herbjørg Wassmo.*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Å reise til sjøs.*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *I love you because med Jim Reeves.*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Te og daglig avislesing.*
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Quilting/lappesøm, å sy av små lapper er urolig morsomt.*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Å ha det bra sammen med familie og venner. Jeg jobber også som frivillig ved et seniorsenter, det synes jeg gir meg mye.*
10. **Hva er din «guilty pleasure» (noe du skammer deg litt over å like)?** *Må jeg svare på det? Nei, det tror jeg ikke.*



Desember 2021

PPNYTT

Postpensjonistene i Oslo

Julehilsen

Kjære medlemmer. Det gleder meg mye at så mange møtte opp på medlemsmøtet og koste seg med julemiddagen og underholdningen. Mange positive tilbakemeldinger bekrefter dette.

Det ser dessverre ikke ut som om pandemien slipper taket med det første. Det gir usikkerhet i planleggingen av Oslo-pensjonistenes aktiviteter fremover. Men, i alle fall har vi planlagt første medlemsmøte mandag 10.januar 2022 klokken 1700, på fast plass i Posthuset.



Det positive er jo at alle i våre aldersgrupper er planlagt ferdig vaksinert med boosterdose før jul.

Snart venter juleforberedelser for de fleste. Adventstiden er et godt avbrekk i mørketiden når gater og butikker lyser opp.

Jeg ønsker hver og en alt godt og håper på at vi alle får en fin julefeiring.

*Med vennlig hilsen
Ingvar Kjøren*

Medlemsmøter i 2022

Neste medlemsmøte er planlagt 10.januar 2022 klokken 17.00, som vanlig i kantinen på Posthuset. På dette møtet vil vi dele ut stokker og merker til «Den gylne spaserstokk» for 2020/2021. Underholdning denne kvelden blir trekkspill ved Rolf Tuv. Kanskje blir det mulig å få seg en dans?

Viktig melding: I 2022 vil vi satse på å ha medlemsmøter hver 2.mandag i måneden – så sett av tiden i din kalender

Vellykket medlemsmøte med julemiddag i Oslo Kongressenter Folkets Hus



117 medlemmer fant veien til Oslo Kongressenter på Youngstorget onsdag ettermiddag den 17.november.

Det var bare glade folk å se overalt, glade over endelig å kunne møtes igjen. Det var vakkert dekket opp for oss med runde bord og røde servietter.



Leders oppsummering

Ingvar Kjøren ønsket velkommen med et kort tilbakeblikk på året som har gått og nevnte noen planer fremover:

- Økonomien er tilfredsstillende
- Vi verver nye medlemmer og er nå 854 medlemmer
- Økende oppslutning om onsdagsturene våre.
- Nærmere 30 medlemmer har meldt seg på juleturen til Trondheim
- Vi er aktive i en del Eldreråd i bydelene i Oslo slik at vår senior- stemme blir hørt
- Vi vil starte opp medlemsmøter slik vi kjenner dem i januar
- Digital opplæring med datakurs i samarbeid med Pensjonistforbundet vil bli startet opp
- Det planlegges for gåturer i Oslo og **to medlemsturer innenlands** i første omgang.



Middag og underholdning

Julemiddagen som ble servert var fabelaktig god med knasende svor slik vi husker den fra barndommen. Deretter kom riskremen på bordet i rause porsjoner.

PostCanto fremførte en vakker konsert med sanger både på norsk, samisk, russisk og engelsk. PostLudium er et spesialkomponert potpourri laget for PostCanto. Det passet godt når det skal synges for gode postfolk. Responsen var overveldende fra salen. Mange synes nok underholdningen er en god tradisjon i foreningen vår.



Kaffe og julekaker ble servert. Hver deltaker hadde fått utdelt 3 gratis lodd og det ble trukket ut **10 heldige vinnere av gavekort.**

Flotte medlemmer tilstede på arrangementet.



Medlemsnytt

- Vi er nå 854 medlemmer
- Vervet 15 nye medlemmer i oktober og november
- 2 er utmeldt, hvorav 1 død
- Den eldste i foreningen vår er 99 år
- Den yngste er 51 år
- 57 % av medlemmene har oppgitt mailadresse
- 60 medlemmer bidrar med grasrot-midler til PP Oslo

Nye medlemmer Turid Lie Jahnsen, Solvor Omland, Irene Nilsen Aas, Ragnhild Skurdal, Møyfrid Rødøy, Åse Helene Tønne, Kjersti Solberg, Grete Liberg, Sigbjørn Eidsnes, Signhild Marie Veganger, Johnny Bolstad, Eldbjørn Johansen, Per Ivar Eriksen, Else Kleppe og Ann Bente Lund.



Melding om dødsfall

Postpensjonistforeningene rundt omkring i landet har påtatt seg å sende en siste hilsen når vi hører at en av våre kollegaer i Posten har gått bort. Vi følger med i aviser, men vi er svært takknemlig om dere medlemmer hjelper å følge med på dette. Send en melding til leder Ingvar på epost eller SMS så snart du får nyss om en slik trist hendelse (mobil 415 07 721).

Mail- og postadresser

For at du ikke skal gå glipp av PPNYTT, Pensjonisten og annen informasjon vi sender ut, er det viktig at du melder fra dersom du endrer din mail eller postadresse. Dette kan du gjøre via vår nettside <https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/kontakt/> eller ved å ringe, skrive eller sende SMS eller mail til auddn@online.no Tlf/SMS til: 950 56 466.

Betalingsterminaler

Postpensjonistene i Oslo har anskaffet betalings-terminaler til bruk på medlemsmøtene. Dette for å gjøre betalingene for inngangspenger og lodd enklere. Vi oppfordrer alle til å ta med seg og benytte bankkort på medlemsmøtene når de etter hvert starter opp igjen.

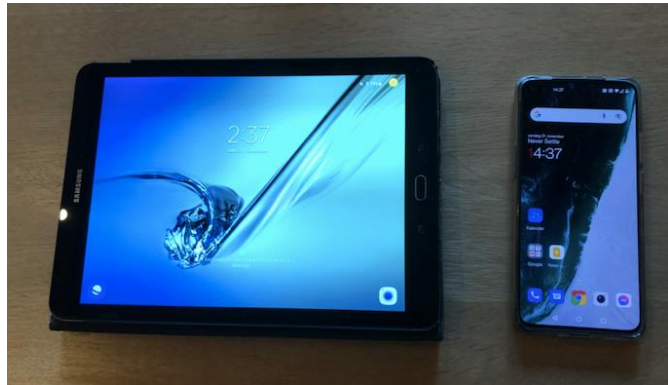


Ønsker du å komme deg på internett?

Vi arrangerer kurs på telefon og nettbrett for nybegynnere

Vi planlegger å sette i gang kurs for de som ønsker å lære og bruke telefonen til flere ting enn å ringe. Det vil si digital opplæring for nybegynnere.

Det planlegges kurs i januar, men tidspunkt er ikke fastsatt. Dersom du er interessert, kan du ringe telefon 91394942, Inger Greve, eller sende en epost til oslo@postpensjonistene.no.



Trening og sosialt samvær – onsdagsturer

Mange muligheter for tur i Oslo-området. Selvfølgelig med en herlig kopp kaffe på slutten av turen.

Postpensjonistene i Oslo har siden juni 2020 gått turer hver onsdag klokken 12.00. Det har vært litt endringer på tider og dager underveis, men nå er det fast i vår- og høstmånedene. Vi har i hele perioden gått vekselvis i Frognerparken og i Botanisk Hage, med noen guidede turer innimellom.



Det har vært en økende interesse for å delta på turene. Det synes vi er fantastisk bra. Så til våren starter vi opp igjen og håper at du blir med.

Det er spesielt hyggelig at noen medlemmer står frem som ledere og/eller guider for turene. En stor takk til dem.

Vi ser gjerne at flere melder seg som «hyrde» til turflokken. Kontakt Jan eller Else på mobil i tilfelle – Jan-930 30 859, Else-971 81 178.

Reise- og turkomitéen

Juletur til Trondheim 6.-9. desember. Det blir sendt ut detaljert reiseinformasjon.

Jubilanter – vi gratulerer!



70 år

Anne Sofie Carlsen	03.12.
Oddmunn Kvist	06.12.
Magnus Erling Moen	08.12.
Arvid Olsen	14.12.
Kjell Omvik Olsson	25.01.
Erling Sigstad	27.01.
Bjørn Sagplass	30.01.

75 år

Argentina De Silva Fortes	01.12.
Terje Skjørtvedt	11.12.
Brith Østli	04.01.

80 år

Vigdis Thuseth	03.12.
Kåre Nave	14.12.
Lisbeth Randi Solheim	02.01.
Arne Ole Gillebo	15.01.
Erling Moholt	25.01.
Herleif Frithjof Bårdsen	29.01.

85 år

Leif Anders Fjell	07.12.
Bjørg Aasen	27.12.
Janne Marie Rønnestad	05.01.

90 år

Erik Fossum	22.12.
Magna Stende	28.12.

HUSK GRASROTANDELEN

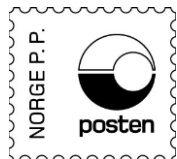
Det vil komme til nytte for deg og Postpensjonistene i Oslo om ditt spillekort blir registrert med

999 599 796 (vårt org.nr)

Det kan du bidra med uten at det går utover verken din innsats, premie eller vinningsjans.



Mottaker



Returadresse:
Postpensjonistene i Oslo
Postboks 1500, Sentrum, 0001 Oslo

Månedens portrett – **Kirsti Stalheim.**



1. **Hvor vokste du opp?** På Høvik i Bærum.
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** Kontorplassen min var høyt oppe i Posthuset, 17. etasje mener jeg å huske. Der var jeg en del av adresseteamet i Divisjon Post
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** Tiden i OL-prosjektet var enestående. Jeg fulgte Fakkelfstafetten i noen dager, og så var jeg med som vertskap for Postens gjester til Lillehammer-OL.
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** Jeg ser gjerne at mesterkokken Bent Stiansen inviterer meg til et gourmetmåltid - gjerne i hans hus i Provence. I likhet med ham er jeg ganske frankofil.
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** Jeg hadde diverse ønsker om å bli lege, veterinær eller ernæringsfysiolog. I stedet ble det franskstudier - og det var franskkunnskapene som førte til jobb i Postens utenlandssekretariat
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** Procul Harums: Whiter Shade of Pale gjorde stort inntrykk i ungdommen.
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** Kaffe. Den som blir servert på senga hver morgen, smaker ekstra godt.
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** Strikking – forskjellige plagg og mønstre – gjerne til barn og barnebarn.
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** Det aller viktigste er å komme meg ut hver dag i friluft og dagslys. Nå har vi fått en ny firbent turvenn, så den siste tida har det vært 7 lufteturer hver dag. Da koronaen kom og utenlandsreiser ble uaktuelt, begynte jeg på italiensk-kurs - digitalt. Hver uke er vi 12 personer fra forskjellige steder i Norge og Italia som møtes på Zoom. Dette funker: Både mht læring og som sosial aktivitet. Ellers liker jeg godt å benytte meg av det varierte kulturtilbudet i byen vår - helst sammen med gode venner.
10. **Hva er din «guilty pleasure» (noe du skammer deg litt over å like)?** Jeg koser meg med reality-programmer på TV - fint å kombinere med strikking.