



PARAPLOKSEN

MEDLEMSBLAD FOR POSTPENSJONISTENE I HORDALAND

Årgang 5 - Nr 2 2017

LEDEREN HAR ORDET



Så nærmer vi oss slutten av 2017. Vi har lagt bak oss et år med jevnt over god oppslutning på

medlemsmøtene.

I høst har vi som kjent holdt møtene på Hotell Terminus da Grand Bergen er under renovering. I skrivende stund vet vi ikke når vi er tilbake på Grand Bergen. Medlemsmøtet i januar blir i hvert fall på Hotell Terminus.

Så har vi dessverre hatt litt problemer med utsendelse av e-post i det nye systemet vi har fått tildelt.

Når dette skrives jobber vi fortsatt med saken, men regner med å finne en løsning på problemet ganske snart.

Dersom det er noen som har glemt å sende oss e-post adressen sin, så gjør det snarest.

Neste år går dagsturen til Gudvangen. Opplegget er ikke ferdig utarbeidet ennå, og innbydelsen kommer i løpet av mars måned.

Utenlandsturen til Albania ble fulltegnet i løpet av 20 minutter. 47 medlemmer kom med og 10 står på venteliste.

I tiden 15-16.mai 2017 er det landsmøte i Postens Pensjonistforbund. Postpensjonistene i Hordaland har 2 delegater i hh. til medlemstallet.

Du kan lese mer om bl.a. landsmøtet på hjemmesiden til Postens Pensjonistforbund.

Du går inn på:

www.postpensjonistene/nyheter/velkommen til ny hjemmeside.

Øverst til høyre finner du også en link til Avdelinger. Trykk på den og du får opp oversikt over alle avdelingene i Postens Pensjonistforbund.

Så vil styret takke alle medlemmene for året som snart er ute.

Vi ønsker vel møtt i 2018.

Hilsen

Eli

MINNEORD



Nestleder i Postpensjonistene i Hordaland, Ole Follesø, døde 9. november 2017. Ole Follesø ble styremedlem i Postpensjonistene i Hordaland i 2010.

Fra 2013 ble han bedt om å overta som nestleder, og dette vervet hadde han til han døde.

Han var også medlem i landsstyret i Postens Pensjonistforbund der han ble valgt som 1. vararepr. på landsmøtet i 2015. Som nestleder i styret markerte Ole seg som særdeles ryddig og kunnskapsrik. Han var svært arbeidsvillig og påtok seg oppgaver som tidligere lå på ledernivå i styret.

Han hadde mange gode innspill og gjennomtenkt syn på saker, og han var en person som ble lyttet til.

Han var en sterk og grundig støttespiller.

Med sitt stillferdige og behagelige vesen vant han alles tillit og respekt. Han er sterkt

MEDLEMSMØTE DEN 4.september 2017 på Hotell Terminus

Tema i dag : Brannvern i hjemmet
v/ Assar Hiort Dale

Han har vært brannmann i 38 år, har drevet rådgivning for Bergen kommune, og drevet eget firma etter at han pensjonerte seg 58 år gammel.

Dale holdt foredraget som en dialog med deltakerne.

Han påpekte viktige bidrag hver enkelt kan bistå med, og at brannforebygging er viktigst.

Mange viktige poeng underveis:

-seriekoblede røykvarslere er viktige

savnet både i styret og i Postpensjonistene i Hordaland.

Vi lyser fred over Ole sitt minne.

-å ha det ryddig i forhold til potensielle brannsteder

-sikringer går stadig >sjekk installasjonen/sikringsskap.

Slukkeutstyr i hjemmet:

Pulverapparat gir stor skade og har liten effekt.

Dale fremmet bruken av innvendige og utvendige vannslanger til bruk i slokking.

Det skal finnes inne-slanger som kan kobler under kjøkkenbenken eller på bad/vaskerom.

Gode råd ellers:

Hold rømningsveier klare

Ikke forlat vaske-oppvaskmaskiner og tørketromler som er påsatt.

Ring 110 for brann

MEDLEMSMØTE DEN 2.oktober 2017 på Hotell Terminus

Tema i dag: Humør og helse v. forfatter Jan Spurkeland.

Jan Spurkeland presenterte seg som en stril fra Seim i Lindås, fra garden Spurkeland der han bor med hele sin familie på slektsgården. Han gjorde også et poeng av at det engang var Norges hovedstad fordi Håkon den 1, Adelsteinfostre budde der på 900 tallet. Han er også gravlagt der. Hans egen bakgrunn er: lærer, tilsatt i Statoil, forfatter, foredragsholder om bl. a. relasjonsledelse. Han er opptatt av at humor gir bedre helse, det viser forskning. Det skilles mellom varm og kald humor:

Varm humor:>vil noen vel, kun vil glede, vil ikke ramme noen, vil bygge relasjoner

Kald humor>sårer andre, bryte relasjon, skaper avstand

Han henviste til forskning ved Sven Svebak-humor er viktig for helse og levealder- viktig for å overleve ved nyresvikt og kreft, viser studier fra 2015.

Latter produserer 4 kjente stoff i kroppen: Noradrenalin (bedre humør)

Serotonin (bedre humør)

Enkefalin (virker som opium)

Endorfin (virker som morfin)

Han fortalte gode historier om "Spøt Olina", som er utgitt i bokform, om Ivar Medaas, som



han kjente svært godt, og andre morsomme strilehistorier. Et svært humørfyllt og morsomt foredrag, og lattersalvene runget. Dette så ut til å treffe medlemmene godt.

POSTPENSJONISTENE I Hordaland: Høstfest 2017

Fredag 3. november hadde styret invitert medlemmene til høstfest på hotell Scandic city i Bergen. Vi ønsket å prøve dette ut i stedet for "julemøtet" en tirsdag i desember som har vært tradisjonen tidligere .

Vi bestilte buffet denne gangen, slik at maten skulle falle i smak hos alle. 42 medlemmer meldte seg på til festen. Alle festglade og i god stemning.



Kl. 2100 kom Postkoret med sin dirigent og underholdt oss med vakker korsang, noe som og gav god stemning.

MEDLEMSMØTE DEN 4. desember på HOTELL TERMINUS

Tema i dag : Underholdning, sang og gitarspill med Erling Johannessen

Før han startet med underholdningen, sa Eli noen minneord om nestleder Ole Follesø, som døde 9. november.



Deretter sang og underholdt Erling Johannessen oss i vel en time, med sanger han selv har laget og andre kjente sanger fra andre artister. Han har

Nydelig aperitiff ble servert, og bordene var fint pyntet.

Otto Aksnes spilte for oss underveis, nydelig musikk og sang. Maten var nydelig og variert. Og det var rikelig! Med godt utvalg i både varme og kalde retter, og et rikt dessertbord som i tillegg var tilgjengelig hele kvelden sammen med fri adgang til kaffen. God drikke ble servert, etter eget ønske. Medlemmene så ut til å hygge seg ved bordet og med maten, og vi sang hyggelige sanger underveis. Maten ble etter hvert ryddet vekk og Otto spilte opp til dans. Musikken var i den sjangeren som vår generasjon liker best som dansemusikk, og mange danseføre medlemmer svingte seg i dansen både vel og lenge.

Det var mitt inntrykk at de som var tilstede hygget seg gjennom kvelden, men flere gav uttrykk for at vi hadde hatt plass til flere. Kanskje det er en årstid da flere trekker sydover eller er engasjert i andre aktiviteter. Det er vanskelig å treffe alle, og styret vil nå vurdere hva vi skal tilby neste år.

et stort repertoar og en nydelig sangstemme. Medlemmene hadde fått julekaker og kaffe på bordet, og lokalene var fint pyntet og gav en fin førjulstemning til dette siste medlemsmøtet i 2017.

Og med vakker sang og gitarspill ble det en hyggelig stund for oss alle.

Før ny kaffe og snitter kom på bordet, orienterte Eli om vårens program, og ønsket alle velkommen til ny sesong, også på Hotell Terminus på grunn av oppussing på Grand Kafe.

HØSTTUR TIL FRANKRIKE / NORMANDIE

Fredag 25 august kl 0900 møtte 47 pensjonister opp på "nye" Flesland for å reise på tur til Normandie.

Flyet vårt var i rute og kl.1100 var vi på vingene mot Paris. Været i Paris var dårlig og landingen ble noe forsinket.

Men bussjåføren vår, Patrick, var møtt opp for å ta imot oss, og snart var vi og bagasjen på plass i bussen og i gang med første etappe mot Normandie.

Vi stoppet i Versailles for en noe sen, men god lunsj.

Parkanlegget og slottet passerte vi, men det ble bare et blikk fra utsiden denne gang.

Gode og mette og kanskje litt trøtte tok vi fatt på siste del av turen vår fram til hotellet vårt i Bayeux, der vi kom fram bort imot kl 2100.

Middagen var klar, og etter å ha fått nøkler og plassert koffertene på rommet, kunne vi endelig gå til bords.

De fleste var nok litt trøtte etter en lang dag på reise, så det ble en tidlig kveld.

Lørdag våknet vi til sol og fint vær og det var tid for første utflukt, som gikk til Caen memorial som også huser Memorial Pour la Paix(Nobel Fredsmuseum). Vi gikk i en labyrint av små rom som viste bilder og effekter fra landgangen 6.juni 1944. Det var mye å se og studere og de med spesiell interesse for og kjennskap til krigshistorie brukte nok tiden godt.

Begge var meget velstelte og det var ganske nylig lagt friske blomster på en del av gravene. Det å se disse kirkegårdene med de tusenvis av gravsteiner gjør et sterkt inntrykk.

En vil uvilkårlig tenke på de mange liv som ble ofret for fred i Europa og verden, men som kanskje kunne levd et langt lykkelig liv i sine hjemland. Håper verden har lært noe slik at dette ikke blir gjentatt.

Til slutt var det også en kort film i sort hvitt om det som hendte disse dramatiske dagene i juni-44.

Vel tilbake til hotellet var vi klare for å gjøre oss nærmere kjent med hotellet og byen Bayeux og få oss litt lunsj. Bayeux som ligger i området Calvados, er over 1000 år gammel, men ingen stor by.

Den har en lang hovedgate og mange små butikker og kafeer, samt en flott gammel katedral. Det går også en elv/kanal gjennom byen og dette området byr på mange idylliske steder. I tillegg finnes det en botanisk hage, et engelsk krigsmuseum, samt museet for det kjente Bayeuxteppet.

Søndagen var hele dagen satt av til å besøke krigsmuseer og kirkegårder. Vi begynte med Pegasus-broen som ble tatt av engelskmennene den 6. juni -44. Her var det også et museum som viste bilder og film fra hendelsene. I parken bak museet sto en modell av den opprinnelige broen som ble ødelagt.

Vi spiste lunsj i byen Arromanches, med nydelig utsikt over den engelske kanal. Etterpå besøkte vi den amerikanske og den tyske krigskirkegården.



Mandag hadde vi dagen til egen disposisjon. Noen benyttet tiden til å ta en tur med sightseeing-toget gjennom Bayeux, mens andre spaserte litt i den botaniske hagen som lå like ved hotellet.

Det engelske krigsmuseet og kirkegården fikk også besøk, og jeg tror ikke noen lot være å ta en tur inn i den vakre katedralen.

Tirsdag var det ut på tur igjen, og denne gangen reiste vi til Mont St.Michel. Dette er en tidevannsøy, dvs at ved fjære sjø er den landfast og ved flo sjø er den en øy. I de senere år er det bygget en lang bro ut til øya slik at man ikke lenger er avhengig av tidevannet for å besøke den. Mont St Michel er en av Frankrikes største severdigheter og et av verdens underer, der det ligger omgitt av en av Europas kraftigste tidevannstrømmer.



Øya er i hovedsak en høy klippe med et kloster og en katedral på toppen. Dette ble anlagt av en munk

som het Michel for ca 1000 år siden. Det er ganske krevende å gå opp alle trappene til toppen. Men en stor del av oss klarte det og ble belønnet med en fantastisk utsikt. Andre koste seg med å rusle rundt og se på folkelivet ved foten av klippen der det også var mange butikker og kafeer med noe for enhver smak. Onsdag var det tid for å se det kjente Bayeuxteppet som ble brodert for ca 1000 år siden og viser Wilhelms erobring av England og slaget ved Hastings. Teppet er ca 70m langt og ca 0,5 m høyt. Hele teppet er plassert i en glassmonter i full lengde og beskriver hendelser fra da Wilhelm (som var fra

Bayeuxområdet) gikk i land i England og til slaget var vunnet. Det er nydelig brodert og fargene har holdt seg utrolig godt.

En guide «på øret» beskrev de enkelte scenene i teppet da vi gikk langs det. Etterpå var vi på besøk hos en Calvados-produsent som også produserer cider og eplejuice. Dette var på en bondegård utenfor byen.

Vi fikk orientering om produksjonen fra eplene ble høstet og fram til de ferdige produktene. De fikk vi smaksprøver av.

Torsdag var igjen fridag som kunne benyttes til det en måtte ønske. Kanskje handle litt før hjemturen? Eller få med seg det siste av byen. Fredag var det avreise kl 0800 og vi tok fatt på en lang busstur til Paris og Orly flyplass. Været var bra og vi var i rute hjem til Bergen. På Flesland var det tid for å takke for turen og si adjø til hyggelige reisekamerater. Og igjen kan vi takke reiseleder Berit fra Destinasjon Europa for et flott opplegg.

AUD BENDIXSEN



AVTALE MED SPECSAVERS

Pensjonistforbundet har inngått en avtale med Specsavers som gir rabatt til medlemmene:

Her er noen punkter i avtalen:

- Kr 100 i rabatt på synsundersøkelse.
 - Alle medlemmer over 60 år får 25 % rabatt på komplett brille.
 - 2 for 1: ved alle kjøp over kr 795 kan man velge en gratis brille på kjøpet.
- (Kampanjer og tilbud kan ikke kombineres)

ÅRSMØTET 2018

Forslag som ønskes behandlet på årsmøtet må være styret i hende innen 5.januar 2018.

NYE NETTSIDER:

Vi har tidligere snakket om nye nettsider som var under arbeid. Nå er den nye nettsiden til Postens Pensjonistforbund på luften.

Medlemmene kan gå inn på www.postpensjonistene.no og der finner dere den nye nettsiden.

Der vil dere også finne linker til alle avdelingene. Det er fritt fram. Se på den avdelingen dere ønsker.

For Hordaland sin del har vi i skrivende stund ikke fått lagt inn så mye stoff, men det kommer.

PÅMELDING TIL KONSERTER:

Mange medlemmer er med i denne gruppen og har hatt mange flotte musikkopplevelser i Grieghallen

. Dersom flere ønsker å bli medlem av gruppen kan de sende en henvendelse til hordaland@postpensjonistene.no eller til leder tlf. 924 04 882.

Vi skal så formidle dette videre til de som f.t. organiserer konsertene.

NOE Å HUSKE PÅ:

- Melde adresseendring
- Melde om e-postadresse
- Verve nye medlemmer

Meld frå til Styret, postadresse:

Postens Pensjonistforbund, avd. Hordaland
c/o Distribusjonsnett Produksjon
Postboks 7980, 5020 Bergen

Eller til vår e-post adresse.

Rett postadresse er viktig elles går all post i retur, jfr sorteringsrutiner

NY E-POSTADRESSE:

Så har vi (igjen) fått ny e-postadresse. Det skyldes at Postens Pensjonistforbund sentralt har standardisert e-postadressen til alle avdelingene.

Vår nye e-postadresse er:

hordaland@postpensjonistene.no

NYE MEDLEMMER:

Inge Nordahl, Norunn Pettersen, Anne M. Teisbo, Stein Ole Teisbo, Magnhild Asker, Olga Garnes, Kåre Bjørndal, Stein Fauske, Harald Gille Lien, Nina Holm Juliussen, Vigdis Røskeland, Gunnar Takle, Ingunn Nordvik, Torild Aadland, Bente Krokeide, Stig Eriksen

REDAKSJONEN FOR PARAPLOKSEN:

Hjørdis Haarstad - redaktør
Gunnlaug Sand Granlund
Tormod Sandnes

GRASROTANDELEN

Postpensjonistene i Hordaland er nå med i Grasrotandelen – ett tilbud til deg som vil gi ett pengebidrag til pensjonistlaget ditt.

Andelen er på 5 % av spillsummen i spill fra Norsk Tipping.

Vil du gi grasrotandelen til pensjonistlaget, sier du fra til tippekommisjonæren og opplyser at andelen skal gå til:

POSTPENSJONISTENE I HORDALAND

ORG.NR: 911806169

