



Januar 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

### Medlemsmøte mandag 6.januar

Leder Ingvar Kjøren ønsket velkommen til 112 medlemmer. Tema for møtet var «Fremtidsfullmakt» og foredrag ble holdt av advokatene Solveig Brorson Olsen og Christin Ruud Ulfsryggen fra Kolbotn Advokatfelleskap.



Det var et nyttig og bra foredrag. Det er viktig å tenke igjennom hvordan man ønsker at livet skal være selv om man på et tidspunkt ikke klarer å ta alle avgjørelser selv. Mer informasjon om dette sendes ut på mail og i tillegg legges det ut på nettsiden vår. Det er dessverre ikke mulig å ta med alt i papiirutgaven av PPNYTT.

**Til neste medlemsmøte mandag 3.februar kl 17 i kantina i Posthuset**, har vi invitert tidligere postansatt Arvid Løhre som vil ta oss inn i posthistorien med temaet:

Norske postuniformer. Om postfolk og bekledning, utstyr og symboler

*Inngangen* koster kr 100 som inkluderer foredrag/underholdning, ett lodd, 2 halve rundstykker, kaffe og kake.

Vandregevinsten for januar 2020 ble vunnet av Undis Sundnes.
--

Vandregevinsten for 2019 – kr. 1000 ble vunnet av Marit Holta Jacobsen.

## **Innkalling til årsmøte 2. mars 2020 klokken 17.00**

Det innkalles til årsmøte for Postpensjonistene i Oslo 2. mars 2020 kl. 17.00. Årsmøtet holdes i Kantina/Auditoriet i 1. etasje i Posthuset (tidligere Postgirobygget) og starter kl. 17.00. Det er åpent for alle medlemmer.

### **Dagsorden**

- 1. Åpning og valg av møteleder og sekretær
- 2. Årsberetning 2019
- 3. Revidert regnskap 2019
- 4. Budsjettforslag 2020
- 5. Gjennomgang av Arbeidsplan 2018—2021
- 6. Innkomne forslag
- 7. Valg
- 8. Avslutning.

Saker og forslag som ønskes behandlet i årsmøtet må være mottatt av styret senest **17. februar 2020**.

### **Utsending av PPNytt**

Flere enn 350 av våre medlemmer får nå PPNytt på mail. Dette er en ønsket utvikling fordi trykking og tilrettelegging av papirutgaven er svært dyr for foreningen.

Dersom du har mailadresse, ber vi om at du sender den til et medlem i Styret, se mailadresser på siste siden i PPNYTT. Eller du leverer mailadressen din på en lapp til en i Styret på et medlemsmøte.

### **Datakurs i 2020**

Det vil bli holdt kurs for postpensjonister i Oslo også i 2020. I år vil vi stort sett satse på kurs for litt viderekomne. Dersom du har lyst og tid til å gå på kurs, ønsker vi at du sender oss i Styret en melding om dette, enten på mail, via nettet eller at du tar kontakt på et medlemsmøte.

## Grasrotandel via Norsk Tipping



En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt organisasjonsnummer **999 599 796**. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs

ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.

## Jubilanter



### 70 år

Kjell Inge Skåre 7.februar  
Eirin Engebretsen 16.februar  
Sølvi O. Hansen 17.februar

### 80 år

Åge Børresen 5.februar  
Randi Omerås 5.februar  
Marie D. Breck 7.februar  
Petter Tomren 28.februar

### 75 år

Arnold Skjerve 3.februar  
Margit Ryen Håpoldøy 27.februar

### 90 år

Kari Bragen 14.februar



POSTENS

Pensjonistforbund

Til alle medlemmer av Postens Pensjonistforbund

## POSTENS PENSJONISTFORBUND ETTER 1. JANUAR 2020

Fra 1. 1. 2020 vil Postkom bli slått sammen med Fagforbundet. Alle som på sammenslutningstidspunktet er organisert i Postkom vil automatisk bli overført til Fagforbundet. Som Postkom-medlem trenger du ikke foreta deg noe som helst i den anledning. De det gjelder har allerede fått eget brev fra Postkom med beskrivelse av det som skjer.

Sammenslåingen mellom de to forbundene påvirker Postens Pensjonistforbund til en viss grad, spesielt når det gjelder framtidig økonomi.

Landsstyret i Postens Pensjonistforbund har diskutert konsekvensene av sammenslutningen, og har hatt et forslag om framtida til høring i avdelingen. Nå har landsstyret besluttet at:

- Postens Pensjonistforbund fortsetter som eget forbund i henhold til vedtektene som gjelder i dag.
- Dagens medlemmer fortsetter som medlemmer.
- Dagens aktivitetsnivå opprettholdes både faglig og sosialt.
- Dagens kontingentnivå beholdes gjennom hele landsmøteperioden.
- Det kollektive medlemskapet i Pensjonistforbundet fortsetter.
- Medlemskapet i SAKO (Samarbeidskomiteen for pensjonister) fortsetter.

Alle medlemmer vil fortsatt motta bladet "Pensjonisten".

Det er opp til den enkelte å bestemme hvor en vil ha sitt fagforeningsmedlemskap. De som har vært medlem av Postkom har hittil betalt sin fagforeningskontingent direkte til Postkom i tillegg til medlemskontingent til Postens Pensjonistforbund. Slik vil det også være i fortsettelsen. Den enkelte

vil betale sin fagforeningskontingent til Fagforbundet og sin medlemskontingent til Postens Pensjonistforbund.

Landsstyret har vedtatt at vi opprettholder kontingentsatsen som tidligere avtalt for denne landsmøteperioden. Da blir kontingenten slik:

## Kontingentfordeling 2020 – 2021:

	2020	2021
Medlemmer av Fagforbundet	102	102
Medlemmer av Postens Pensjonistforbund (som tidligere vedtatt)	289	321

Forskjellen i kontingenten skyldes at Postens Pensjonistforbund betaler videre til Pensjonistforbundet for de som ikke er medlemmer av Fagforbundet, mens Fagforbundet betaler for sine medlemmer.

Økonomien til Postens Pensjonistforbund vil etterhvert kunne bli påvirket av sammen-slutningen. Dette gjelder spesielt størrelsen på det statlige tilskuddet vi mottar til drift

For å møte denne utfordringen vil forbundet framover ha fokus på verving av nye medlemmer. I tillegg blir det viktig å arbeide for å beholde eksisterende medlemmer lengst mulig.

Fellesskapet i Postens Pensjonistforbund og Pensjonistforbundet er viktig for å ivareta våre rettigheter som pensjonister. Vi håper at alle som kjenner en blivende postpensjonist ser verdien av å få denne med i fellesskapet vårt.

For deg som er medlem av Postens Pensjonistforbund håper vi at du vil støtte opp om forbundets arbeid. Du er hjertelig velkommen til å delta på møter og aktiviteter i den lokale avdelingen. Det sosiale fellesskapet vil være like viktig som før. I tillegg vil du kunne delta i diskusjoner om aktuelle saker som Pensjonistforbundet jobber med for å sikre oss alle en trygg og verdig alderdom.

Vennlig hilsen

Arbeidsutvalget i Postens Pensjonistforbund

**Mottaker:**

**FRANKERES IKKE**  
I henhold til avtale med Posten  
Norge AS - Hovedkontoret

**Returadresse:**

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

### ***Nyttige opplysninger***

***Se PPNYTT og reiseinformasjon mv på vår hjemmeside. Nettadressen er:***

***<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/Oslo>***

***E-post: [oslo@postpensjonistene.no](mailto:oslo@postpensjonistene.no)***

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

***Vipps som du f.eks. kan bruke ved loddkjøp og inngang: 21673 (Bruk «Kjøp og betal» på Vipps)***

***Vårt organisasjonsnummer: 999 599 796***

### ***Styret***

Leder: Ingvar Kjøren	Mail: <a href="mailto:ingvkjoe@online.no">ingvkjoe@online.no</a>	Tlf: 415 07 721
Nestleder: Berit Holm Olsen	Mail: <a href="mailto:beholsen5@gmail.com">beholsen5@gmail.com</a>	Tlf: 450 24 109
Økonomi: Aud I. D. Nielsen	Mail: <a href="mailto:auddn@online.no">auddn@online.no</a>	Tlf: 950 56 466
Medlem: Else Margrete Myhre	Mail: <a href="mailto:elmamyhre@gmail.com">elmamyhre@gmail.com</a>	Tlf: 971 03 981
Medlem: Jan Rognaldsen	Mail: <a href="mailto:janinnorway@gmail.com">janinnorway@gmail.com</a>	Tlf: 930 30 859
Vara: Liv Tveito	Mail: <a href="mailto:livtv@yahoo.no">livtv@yahoo.no</a>	Tlf: 902 00 189
Vara: Gerd Fagerheim	Mail: <a href="mailto:gmfagerheim@gmail.com">gmfagerheim@gmail.com</a>	Tlf: 952 03 981



Februar 2020

# PPNYTT

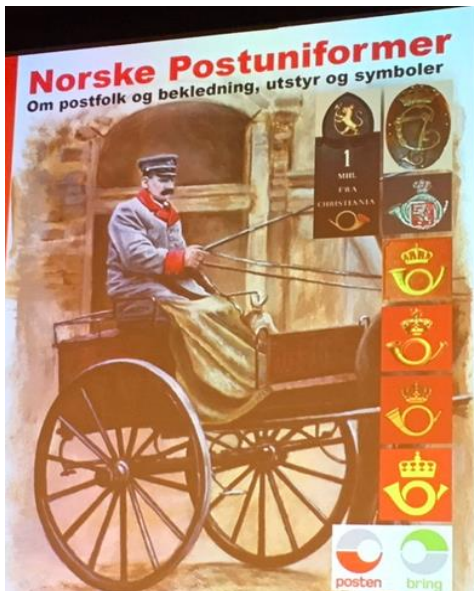
## Postpensionistene i Oslo

---

### Medlemsmøte mandag 3.februar

Berit Holm Olsen ønsket velkommen til 71 medlemmer.

Tidligere postmann og nå postpensionist Arvid Løhre holdt foredrag over tema «Norske postuniformer, om postfolk og bekledning, utstyr og symboler». Han gav oss et interessant tilbakeblikk på blant annet bekledning av kvinnelige postansatte og viste bilder av flotte uniformer. Poståpnere og postansatte på hurtigruten hadde egne uniformer. Posthornet kom som et symbol i 1717, det ble endret til kronet posthorn i 1871. Postmestrene var embetsmenn frem til 1969. Utviklingen av logoer helt frem til dagens logo i 2008 ble gjennomgått. Postsymbolet med krone brukes i dag kun i flagget for postførende båter. Arvid Løhre har skrevet bok om temaet.



Vandregevinsten for februar 2020 ble vunnet av Leif Andersen.

## **Årsmøte 2.mars**

Neste medlemsmøte er årsmøtet.

## **MEDLEMSKONTINGENT FOR 2020**

Medlemskontingenten for 2020 vil i nærmeste fremtid bli sendt ut til alle 861 medlemmene i vår avdeling med forfall 29.02.2020. Fakturaen vil komme til dere som ikke har e-postadresse som brevpost og til alle andre som e-post. I år vil de som er medlem i Fagforbundet (tidligere Postkom), betale kr. 102. Alle andre betaler kr. 289. Dere må oppgi KID som står på fakturaen, dette for å sikre korrekt betaling.

I år ber vi deg spesielt sjekke at du får betalt riktig kontingent. Altså, er du medlem av Fagforbundet (før Postkom) skal du betale kr. 102. Alle andre skal betale kr. 289. Dersom ikke kontingentsatsen er riktig, må du ta kontakt med styret for å få dette rettet opp. Jfr. også innlegg i PPNYTT i januar 2020 på side 4 og 5!

En liten bønn på slutten av denne melding – betal i tide!

## **Utsending av PPNytt**

Flere enn 370 av våre medlemmer får nå PPNytt på mail. Dette er en ønsket utvikling fordi trykking og tilrettelegging av papirutgaven er svært dyr for foreningen.

Dersom du har mailadresse, ber vi om at du sender den til et medlem i Styret, se mailadresser på siste siden i PPNYTT. Eller du leverer mailadressen din på en lapp til en i Styret på et medlemsmøte.

## **Datakurs våren 2020**

Meld deg på ved å sende navn, mailadresse, telefonnummer til [elmamyhre@gmail.com](mailto:elmamyhre@gmail.com). Oppgi hvilket type utstyr du har.

**Kurs nr 1 – 13.februar klokken 9.00-12.00 på Lilletorget 1, 4.etasje, Oslo**



Tema: Foto og trygg billedlagring

**Kurs nr 2 – 20.februar klokken 9.00-12.00 på Lilletorget 1, 4.etasje, Oslo**

Tema: Facebook og sosiale media

**Kurs nr 3 – 12.mars klokken 9.00-12.00 i Storgata 51, 1.etasje, Oslo (Hjørnet Storgata/Hausmannsgate)**

Tema: Offentlige nettsider og apper, for eksempel NAV, Skatteetaten, Oslo kommune etc

**Kurs nr 4 – 26.mars klokken 9.00-12.00 på Storgata 51, 1.etasje, Oslo (Hjørnet Storgata/Hausmannsgate)**

Tema: Bruk av E-post + Nedlasting av Apper.

Kursene er gratis og vi har tilgang til kaffe/te.

### **Fra Tur- og arrangementkomitéen:**

#### **BLI MED PÅ SPENNENDE RUNDTUR I MØRE OG ROMSDAL 24. -27.AUGUST**

Dag 1: Turen går med buss fra Oslo (Bussterminalen), via Hønefoss, Begnadalen og Fagernes til Beitostølen, der vi spiser middag og overnatter på Hotell SAS Radisson.

Dag 2: Bussen tar oss videre over Valdresflya via Lom til Geiranger. Her går vi ombord i Hurtigruta kl. 1330, og nyter resten av dagen i et naturskjønt og spektakulært fjord- og kystlandskap. Etter et kort landligge i Ålesund fortsetter ferden langs kysten til Molde. Middag serveres ombord før ankomst til Molde kl. 2130. Her har vi to overnattinger på Scandic Hotell Seilet, beliggende sentralt rett ved havet, og med utsikt over Romsdalsfjorden.

Dag 3: Etter frokost på hotellet og en runde i byen med lokal guide, drar vi med buss til det kjente fiskeværret Bud ved Hustadvika. På Bryggjen restaurant får vi servert stedets fiskesuppe, før turen går videre til Atlanterhavsveien, en av landets flotteste veistrekning. Her gjør vi en stopp for å betrakte dette fantastiske veianlegget ute i havgapet. Vi er tilbake i Molde ca. kl. 1530, og har resten av dagen til egen disposisjon. Middag på hotellet.



Dag 4: Etter frokost på hotellet går hjemturen med buss gjennom den vakre Romsdalen til Dombås, og videre gjennom Gudbrandsdalen tilbake til utgangsstedet.

Priser

Pr. person (medlem) i dobbeltrom: 5385 kroner. (6060 kroner ved færre enn 30 deltakere).

Ikke-medlem i dobbeltrom: 5885 kroner. (6560 kroner ved færre enn 30 deltakere).

Tillegg for enkeltrom: 560 kroner pr. natt.

Prisen inkluderer reise med buss og Hurtigruta, 3 hotellovernattinger, frokost og middag 3 dager. Medlemmer av Oslo-foreningen får turen til rabattert pris.

Påmelding skriftlig innen 15. juni til:

Jens Myklebust: mobil/SMS 952 99 186 eller epost: [audijens@online.no](mailto:audijens@online.no) eller

Jan Helge Rognaldsen mobil/SMS 930 30 859 eller epost: [janinnorway@gmail.com](mailto:janinnorway@gmail.com)

I påmeldingen oppgis den/de reisendes fulle navn og om vedkommende er medlem eller ikke. Videre må oppgis mailadresse, telefonnummer og postadresse, samt ønske om hhv dobbeltrom/enkeltrom og eventuelle matallergier.

## **Innmelding av dødsfall**

Når postfolk går bort, vil det bli vist oppmerksomhet i form av blomster/-krans ved bisettelse/-begravelse. Pensjonistforeningene i Posten administrerer ordningen, men er **avhengig** av at slike dødsfall blir meldt:

1. Primært på mail til [ingvkjoe@online.no](mailto:ingvkjoe@online.no) eller
2. **Tekstmelding** til **415 07 721**

I meldingen oppgis navn på avdøde og tid og sted for begravelsen/bisettelsen.

## Grasrotandel via Norsk Tipping



En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt organisasjonsnummer **999 599 796**. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs

ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.

## *Jubilanter – vi gratulerer!*



### **70 år**

**Ingunn Bjørklund** 1.mars  
**Irene Halvorsen Blomberg** 7.mars

### **75 år**

**Eivind Åse** 8.mars  
**Inger Syverud** 10.mars  
**Else Strandly** 28.mars

### **80 år**

**Jan Børre Johansen** 6.mars  
**Anni C. Marka** 18.mars  
**Margit Helene Østby** 28.mars

### **85 år**

**Odd Berg** 8.mars

**Mottaker:**

**FRANKERES IKKE**  
I henhold til avtale med Posten  
Norge AS - Hovedkontoret

**Returadresse:**

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

### ***Nyttige opplysninger***

***Se PPNYTT og reiseinformasjon mv på vår hjemmeside. Nettadressen er:***  
<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/Oslo>

***E-post: [oslo@postpensjonistene.no](mailto:oslo@postpensjonistene.no)***

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

***Vipps som du f.eks. kan bruke ved loddkjøp og inngang: 21673 (Bruk «Kjøp og betal» på Vipps)***

***Vårt organisasjonsnummer: 999 599 796***

### ***Styret***

Leder: Ingvar Kjøren	Mail: <a href="mailto:ingvkjoe@online.no">ingvkjoe@online.no</a>	Tlf: 415 07 721
Nestleder: Berit Holm Olsen	Mail: <a href="mailto:beholsen5@gmail.com">beholsen5@gmail.com</a>	Tlf: 450 24 109
Økonomi: Aud I. D. Nielsen	Mail: <a href="mailto:auddn@online.no">auddn@online.no</a>	Tlf: 950 56 466
Medlem: Else Margrete Myhre	Mail: <a href="mailto:elmamyhre@gmail.com">elmamyhre@gmail.com</a>	Tlf: 971 03 981
Medlem: Jan Helge Rognaldsen	Mail: <a href="mailto:janinnorway@gmail.com">janinnorway@gmail.com</a>	Tlf: 930 30 859
Vara: Liv Tveito	Mail: <a href="mailto:livtv@yahoo.no">livtv@yahoo.no</a>	Tlf: 902 00 189
Vara: Gerd Fagerheim	Mail: <a href="mailto:gmfagerheim@gmail.com">gmfagerheim@gmail.com</a>	Tlf: 952 03 981



Mars 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

### Årsmøte mandag 2. mars

Leder Ingvar Kjøren ønsket velkommen til 72 medlemmer. Innkallingen og forslag til dagsorden ble enstemmig godkjent.

#### Åpning med valg av møteleder og sekretær

Ingvar Kjøren ble valgt til møteleder og Else Myhre til sekretær.

- **Årsberetning 2019**
- **Revidert regnskap 2019**
- **Budsjettforslag 2020**

Hovedpunktene i sakene ble gjennomgått og kommentert av møtelederen. Sakene ble enstemmig godkjent.

- **Gjennomgang av Arbeidsplan 2018 - 2021**

Møtelederen presenterte og kommenterte hovedpunktene i arbeidsplanen for 2018 - 2021, og konkluderte med at foreningen er godt og vel ajour med målene i planen.

**Presentasjonen ble enstemmig tatt til etterretning.**

- **Innkomne forslag**

Det var ikke kommet inn forslag til årsmøtet.

### Valgkomiteens innstilling til valg

#### Styret

Leder	Ingvar Kjøren	Gjenvalgt for 2 år
Nestleder	Jan Helge Rognaldsen	Nyvalgt for 1 år
Sekretær	Else Myhre	Nyvalgt for 2 år
Økonomiansvarlig	Aud Irene Dalen Nielsen	Ikke på valg
Styremedlem	Odd-Jostein Hyttebakk	Nyvalgt for 1 år
Styremedlem	Arne Tømmerås	Nyvalgt for 1 år
Varamedlem	Inger Greve	Nyvalgt for 2 år
Varamedlem	Barbro Eyde-Axelsen	Nyvalgt for 1 år

## Revisorer

Revisor	Elin Dufseth	Ikke på valg
Revisor	Egil Hogstad	Gjenvalgt for 1 år

## Tur og arrangementskomiteen

Leder	Jens Myklebust	Ikke på valg
Medlem	Anne Catrine Evensen	Gjenvalgt for 2 år
Medlem	Jan Helge Rognaldsen	Ikke på valg
Medlem	Ole Bjørn Brenna	Gjenvalgt for 2 år

## Valgkomite

Leder	Per Arne Olsen	Ikke på valg
Medlem	Magne Furesund	Nyvalgt for 2 år
Medlem	Berit Holm Olsen	Nyvalgt for 1 år

**Valgkomiteens forslag ble enstemmig vedtatt.**

## Avslutning

Leder Ingvar Kjøren takket de som gikk ut av verv for innsatsen. Han gratulerte nye tillitsvalgte med valget, og ønsket dem velkommen til et godt samarbeid for å føre foreningens virksomhet videre.

**Medlemsmøtet ble hevet kl. 17.47.**



Følgende gikk ut av verv; F.v. Berit Holm Olsen, Helge Kristiansen, Gerd Fagerheim og Liv Tveito.

## Neste medlemsmøte 30.mars

OBS! Medlemsmøtet for april er fremskyndet til 30.mars pga påsken. På dette møtet kommer Elin Prøysen og Egil Johansson i et arrangement som de kaller «Prøysen for 2». Her får vi høre kjente og kjære Prøysen-sanger.

Vandregevinsten for mars 2020 ble vunnet av Rolf Joakimsen.

### Den gylne spaserstokk.

**Den Gylne Spaserstokk** er et gratis aktivitetstilbud til alle seniorer i Oslo i regi av Oslo Idrettskrets. Gåturene gjennomføres i sommerhalvåret mellom 15.april og 15.oktober. I løpet av denne perioden skal det registreres 20 turer på deltakerkortet. Disse kortene samles inn av oss før 1.november. Postpensjonistene i Oslo sender oppgave over deltakerne til Oslo Idrettskrets og oppgir antall over hvor mange år deltakerne har gått. Det første året mottar deltakeren **Den Gylne Spaserstokk**.

De påfølgende år mottar man merker til å feste på stokken:

2.år: bronse, 3.år: sølv, 4.til 9.år: gull, 10 år: emaljert 10 års merke, emaljert 11 års merke osv helt til 19.år og 20 år: emaljert gull 20 års merke!

Deltakelse i **Den gylne spaserstokk** ble første gang tatt i bruk av **Postpensjonistenes Forening** i Oslo i 1990 med 14 deltakerne. Mange av våre medlemmer har gjennom 20 år gjennomført turene sine og holdt seg spreke!

På medlemsmøte 6.januar 2020 var det 18 medlemmer som fikk **Den gylne spaserstokk**, 14 fikk selve stokken mens 4 fikk merker – 3 gull og 1 bronse.

På bildene under ses 2 glade damer – Liv Aina Granly og Berit Holm Olsen som fikk sine merker etter hhv 9. og 2.gangs deltakelse. På bildet til høyre er alle de 14 medlemmene som fikk **Den gylne spaserstokk** for 1.gangs deltakelse. Senere ble Tor Granly som ved en feil fikk spaserstokk, fått sitt velfortjente gullmerke for 9.gang!



## **Tur og arrangementskomitéen**

### **Høstturen 24. – 27. august snart fulltegnet**

Det er fortsatt noen ledige plasser på rundturen til Møre og Romsdal, se kunngjøring i februarnummeret av PPNytt og på vår nettside. I tillegg til å besøke Atlanterhavsveien inkluderer turen også seilas med Hurtigruta fra Geiranger til Molde.

Påmelding til:

Jens Myklebust: mobil/SMS 952 99 186 eller epost: [audijens@online.no](mailto:audijens@online.no) eller

Jan Helge Rognaldsen mobil/SMS 930 30 859 eller epost:  
[janinnorway@gmail.com](mailto:janinnorway@gmail.com)

### **Turkomiteen inviterer til guidet omvisning på Akershus Festning 23.mars**

Akershus festning er en av de mest betydningsfulle festningene i norgeshistorien. Den har vært sentrum for nasjonens vekst og utvikling gjennom 700 år. Festningen har i dag status som nasjonalsymbol, og er et populært rekreasjonsområde og en grønn lunge midt i Oslo sentrum.

Turkomiteen inviterer til guidet omvisning på Akershus festning der du får høre og lære mer om festningens spennende historie. Omvisningen varer i ca. 75 minutter og er gratis for medlemmene.



Under omvisningen beveger vi oss omkring på indre festningsområdet. Terrenget er til dels kupert og gangveiene belagt med ujevn brostein. Et besøk ned i en kanonstilling fra slutten av 1500-tallet kan

by på utfordringer for enkelte, men alle må ikke bli med ned dit.

Hensiktsmessig fottøy anbefales.

Tidspunkt: Mandag 23. mars kl. 1050, dvs. 10 minutter før omvisningen starter.

Oppmøte: Besøkssenteret (bygning 18) – et langt rødt hus som ligger ved Karpedammen og scenen på indre festning.

Påmelding: Innen 21. mars til:

Jens Myklebust: mobil/SMS 952 99 186 eller epost: [audijens@online.no](mailto:audijens@online.no) eller



Jan Helge Rognaldsen mobil/SMS 930 30 859 eller epost:  
janinnorway@gmail.com

I påmeldingen oppgir du også telefonnummer ditt.

For at alle skal få en god opplevelse er det et øvre tak på 35 deltakere.

Dersom det er ønskelig med litt mat og drikke etter omvisningen, anbefales at vi møtes på Oslo sentralbanestasjon/Østbanehallen der det er mange serveringssteder. Dette kan vi eventuelt avtale nærmere når omvisningen er over.

### **Datakurs i 2020**

Vi har arrangert 2 kurs i februar, og annonser nå 2 nye kurs i mars. Meld dere på, det er ledige plasser.

#### **Kurs nr 3 – 12.mars klokken 9.00-12.00 i Storgata 51, 1.etasje, Oslo (Hjørnet Storgata/Hausmannsgate)**

Tema: Offentlige nettsider og apper, for eksempel NAV, Skatteetaten, Oslo kommune etc

#### **Kurs nr 4 – 26.mars klokken 9.00-12.00 på Storgata 51, 1.etasje, Oslo (Hjørnet Storgata/Hausmannsgate)**

Tema: Bruk av E-post + Nedlasting av Apper.

Meld deg på ved å sende navn, mailadresse, telefonnummer til [elmamyhre@gmail.com](mailto:elmamyhre@gmail.com). Oppgi hvilket type mobil/nettbrett du har.

### **Grasrotandel via Norsk Tipping**



En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt organisasjonsnummer **999 599 796**. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs

ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.

**Mottaker:**

**FRANKERES IKKE**  
I henhold til avtale med Posten  
Norge AS - Hovedkontoret

**Returadresse:**

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

### ***Jubilanter***



#### **70 år**

<b>Morten Øye</b>	<b>8.april</b>
<b>Kirsti Tvergrov</b>	<b>27.april</b>
<b>Barbro Eyde-Axelsen</b>	<b>28.april</b>
<b>Roar Trond Karlstorpet</b>	<b>30.april</b>

#### **80 år**

<b>Tove Marie Pedersen</b>	<b>13.april</b>
<b>Kari Torjusen</b>	<b>19.april</b>
<b>Solfrid M. Thomassen</b>	<b>21.april</b>
<b>Ragnar Jacobsen</b>	<b>27.april</b>

#### **85 år**

<b>Kåre Davidsen</b>	<b>16.april</b>
<b>Ragnhild Vaksvik</b>	<b>30.april</b>

#### **90 år**

<b>Olga Rønningen</b>	<b>1.april</b>
-----------------------	----------------

#### **95 år**

<b>Ingebjørg Viksveen</b>	<b>4.april</b>
<b>Gerd Synnestvedt</b>	<b>5.april</b>
<b>Solveig Malene Langvad</b>	<b>11.april</b>



April 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder i Oslopensjonistene har ordet:



Kjære medlem. Vi opplever nå krevende tider. Vi er mange som blir redde og usikre både på egne vegne og for familien. Jeg har stor tro på at vi skal komme oss gjennom krisen. Helsevesenet vårt gjør en kjempejobb.

Hver og en av oss må følge myndighetenes anbefalinger og vise hensyn til hverandre. Du kan bidra ved å ta en telefon til en annen for å høre om hvordan det står til. Eller om du ønsker å holde deg og andre oppdatert på Facebook eller gjennom andre elektroniske medier. Det er slik kontakten mellom oss oslopensjonistene nå må foregå i den store dugnaden i landet vårt.

Alle aktiviteter i pensjonistforeningen er utsatt inntil videre. Men, vi kommer sterkt tilbake. Mine varmeste tanker går til hver og en av dere.

Hilsen

Ingvar Kjøren

Diverse viktig informasjon;

- Medlemsmøtet 4.mai er avlyst.
- Pensjonistutflukten 8.juni 2020. I tråd med de generelle helserådene i samfunnet rundt korona-situasjonen, AVLYSER Fagforbundet Post Oslo og omegn den årlige Pensjonistutflukten den 8. juni 2020.
- Turen til Møre og Romsdal i august er foreløpig ikke avlyst.

## Smittestopp app.



Helsemyndighetene ønsker at flest mulig skal laste ned «Smittestopp» appen. Hensikten er å begrense spredningen av koronaviruset. Anonymisert informasjon fra appen om bevegelsesmønsteret i befolkningen brukes til å utforme effektive smitteverntiltak.

En kort beskrivelse av hvordan du går frem;

1. Gå inn på App Store (Iphone) eller Play Butikk (Samsung)
2. Søk «Smittestopp»
3. Klikk på hent, installer, åpne
4. Deretter må du lese vilkår og trykke på akseptknapp nederst i bildet.
5. Deretter må du gå til «neste» bildet og legge inn informasjon.
6. Du må svare på endel spørsmål – svar stort sett Fortsett, Tillat eller OK.
7. Du må inngi mobil-nummeret ditt.
8. Du får en kode for å verifisere deg, noter det ned og gå tilbake til appen.
9. Stedstilgang skal settes til «alltid», dette er viktig.
10. Du kan slå av appen når du ønsker. Jeg slår den av når jeg er hjemme og slår den på når jeg går ut.

**Lykke til med nedlastingen.**

## Grasrotandel via Norsk Tipping



En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt organisasjonsnummer **999 599 796**. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs

ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.

## ***Jubilarer – vi gratulerer!***



### **70 år**

Ann Kristin Gro Fredriksen	11.mai
Gudveig Sirevåg	14.mai
Mohammad Siddique	22.mai
Trond Svendsen	27.mai
Odd-Jostein Hyttebakk	7.juni
Kari Wettre	11.juni
Jorunn Loge	12.juni
Grethe Nordheim	18.juni
Ellen Marie Engnes	21.juni
Anne-Lise Enersen	10.juli
Egil Vorland	19.juli
Robert Hedley Lewis	5.august
Synnøva Opheim Eidsnes	7.august
Karin Nygaard	10.august
Bjørg Selnes	23.august

### **75 år**

Singh Ashta Ranbir	14.mai
Elin Helene Holand	1.juni
Berit Hansen	18.juni
Ingvar Kjøren	19.juni
Anne-Lise Baadnes	2.juli
Rønnaug Westby	3.juli
Henry Arvid Olsgård	12.juli
Erland Gunnar Nitteberg	8.august
Gerd Olausen	11.august
Tove M. Hansen	26.august

### **80 år**

Anne Marie Hide	9.mai
Arne Kolbjørn Nilsen	12.mai
Åse Gisleberg	22.mai
Gunhild Hartmann	3.juni
John Ludvik Hurlen	23.juni
Ellinor Skog	11.juli
Gerd Bjørge	11.juli
Anne Helmersen	19.juli
Radojica Bradvarevic	3.august
Solveig Sveum	5.august
Ragnhild Einarsen	10.august
Egil Wenger	24.august
Kari Abelsen	27.august

### **85 år**

Gerd Sofie Saltvik	11.mai
Karin Sofie Fredriksen	20.mai
Else Torsnes	20.mai
Edel Ihlebakk	12.juli
Per Høvås	11.august
Olga Haug	22.august

### **90 år**

John Georg Norøym	12.juni
Klara Stien	24.juni
John Lie	27.juni
Arvid Strømmen	29.juli

### **95 år**

Gunvor Aarnes	6.mai
Martha Nilsen Søgnesand	29.juli

**Mottaker:**

**FRANKERES IKKE**  
I henhold til avtale med Posten  
Norge AS - Hovedkontoret

**Returadresse:**

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

**Nyttige opplysninger**

Se PPNYTT og reiseinformasjon mv på vår hjemmeside. Nettadressen er:

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

E-post: [oslo@postpensjonistene.no](mailto:oslo@postpensjonistene.no)

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

Vipps som du f.eks. kan bruke ved loddkjøp og inngang: 21673 (Bruk «Kjøp og betal» på Vipps)

Vårt organisasjonsnummer: 999 599 796

**Styret**

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

***Ønsker alle postpensjonister en riktig god sommerferie – i vårt nærmeste ferieland Norge.***





Juni 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder for Oslopensjonistene har ordet:

Kjære postpensjonist

Vi har nå i Norge startet forsiktig med å ta hverdagen tilbake. Men, vi vet at veien tilbake kan bli lang.

Den vil kreve mye av oss som samfunn. Vi må ikke glemme at vi i landet vårt har et godt utgangspunkt for å lykkes gjennom krisen.

Vi har en velfungerende økonomi som gir oss handlefrihet, vi har høy kompetanse og høy tillit til hverandre.

Når landet vårt nå åpnes forsiktig opp og smitteverntiltakene reduseres, får vi nyte sommerperioden så godt vi kan og ta vare på hverandre!

Styret og jeg ønsker deg en fin sommer. Forhåpentligvis kan vi møtes igjen på medlemsmøtene utover høsten/vinteren.

Med vennlig hilsen

Ingvar Kjøren



### Fra Reise- og Turkomitéen:

Høstturen til Møre og Romsdalen 24.- 27. august må avlyses

Turkomiteen har dessverre sett seg nødt til å avlyse også denne turen.

Myndighetenes restriksjoner og generelle reiseråd innebærer at det i praksis vil være umulig å gjennomføre turen. Eldre over 65 år er dessuten definert som en risikoutsatt gruppe for koronaviruset, dvs. at det av helsemessige grunner er for risikabelt å gjennomføre turen.

De påmeldte blir informert direkte om avlysningen.

Den avlyste turen var fulltegnet, og hadde mange på venteliste. På grunn av den store interessen tar turkomiteen sikte på å sette opp turen igjen når forholdene har normalisert seg. Vi har allerede reservert samme tur i slutten av august år, interesserte oppfordres til å sette av tidspunktet nå. Vi kommer tilbake med ny utlysning på et senere tidspunkt.

### Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo – i Frognerparken:

Vi ønsker å møte andre postpensjonister og starter derfor opp med turgåing hver **torsdag klokken 10.00**. Vi går ca en times tur i Frognerparken. Oppstart på broen ved «Sinnataggen». Du trenger ikke å melde fra om du vil være med, men vi starter turen presis. Oppstart torsdag 4.juni.



### Kjenner du noen som vil bli medlem hos oss?

Dersom du i din omgangskrets har postpensjonister eller noen som tidligere har jobbet i Posten, må du gjerne anbefale medlemskap i vår forening. Det er bare å ta kontakt med noen i styret. Vi ordner resten.

### Grasrotandel via Norsk Tipping

En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt



**GRASROTANDELEN**  
For mine spill hos Norsk Tipping  
**999 599 796**  
I tippedisken, på internett,  
på mobilen og på spillterminalene.  
**Postpensjonistene takker for støtten!**

organisasjonsnummer 999 599 796. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.



## ***Jubilanter – vi gratulerer!***



### **70 år**

Anne-Lise Enersen	10.juli
Egil Vorland	19.juli
Robert Hedley Lewis	5.august
Synnøva Opheim Eidsnes	7.august
Karin Nygaard	10.august
Björg Selnes	23.august
Laurentse Foss	22.sept.

### **75 år**

Anne-Lise Baadnes	2.juli
Rønnaug Westby	3.juli
Henry Arvid Olsgård	12.juli
Erland Gunnar Nitteberg	8.august
Gerd Olaussen	11.august
Tove M. Hansen	26.august
Reidar Kvalheim	25.sept.
Alise Olsen	28.sept.

### **80 år**

Ellinor Skog	11.juli
Gerd Bjørge	11.juli
Anne Helmersen	19.juli

### **80 år forts**

Radojica Bradvarevic	3.august
Solveig Sveum	5.august
Ragnhild Einarsen	10.august
Egil Wenger	24.august
Kari Abelsen	27.august
Ragnhild Stubberud	5.sept.
Kirsti Nygaard	6.sept.
Liv Randi Bryhn	13.sept.
Kjell Råum	18.sept.

### **85 år**

Edel Ihlebekk	12.juli
Per Høvås	11.august
Olga Haug	22.august
Astrid Bråthen	9.sept.
Gerd Marie Pettersen	17.sept.

### **90 år**

Arvid Strømmen	29.juli
----------------	---------

### **95 år**

Martha Nilsen Søgnesand	29.juli
-------------------------	---------

**Mottaker**

**FRANKERES IKKE**  
I henhold til avtale med Posten  
Norge AS - Hovedkontoret

**Returadresse:**

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

**Nyttige opplysninger**

Se PPNYTT og reiseinformasjon mv på vår hjemmeside. Nettadressen er:  
<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/Oslo>

E-post: [oslo@postpensjonistene.no](mailto:oslo@postpensjonistene.no)

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

Vipps som du f.eks. kan bruke ved loddkjøp og inngang: 21673 (Bruk «Kjøp og betal» på Vipps)

Vårt organisasjonsnummer: 999 599 796

**Styret**

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

***Ønsker alle postpensjonister en riktig god sommerferie – i vårt nærmeste ferieland Norge.***





August 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder for Oslopensjonistene har ordet:

Kjære postpensjonist!

Vi har nå vært igjennom en annerledes vår og sommer. Vi har sammen med resten av Norge levd i unntakstilstand på grunn av viruset.

Flere av oss drømmer nok om en normalisert hverdag. Å kunne ta folk i hånden, gi en klem, sitte tett sammen og å reise fritt. Men, det er nok ennå en stund frem i tid.

I situasjonen vi fortsatt er i, handler det om å gjøre noe hyggelig innimellom, spise god mat og drikke noe godt, være flink til å gå tur.

Torsdagsturene i Frognerparken er et turtilbud til dere alle og som jeg håper mange vil benytte seg av.

Medlemsmøtene må vi dessverre utsette inntil videre. Jeg vil oppfordre hver og en til å holde avstand og vaske hendene - men husk å senke skuldrene og gjøre det beste ut av situasjonen vi alle lever i.

Med vennlig hilsen

*Ingvar Kjøren*

### Informasjon angående medlemsmøter

Det er fremdeles strenge koronatiltak i Posthuset, og det planlagte medlemsmøtet den 7. september vil dessverre heller ikke kunne gjennomføres, og må avlyses.

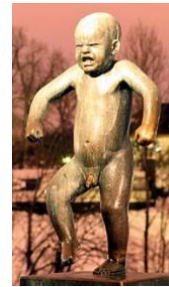
Vi håper situasjonen endrer seg slik at vi kan gjennomføre medlemsmøter som planlagt resten av året, dvs den 5. oktober, 2. november og 7. desember. Dette må vi imidlertid komme tilbake til, så ny informasjon vil komme i neste PPNYTT.



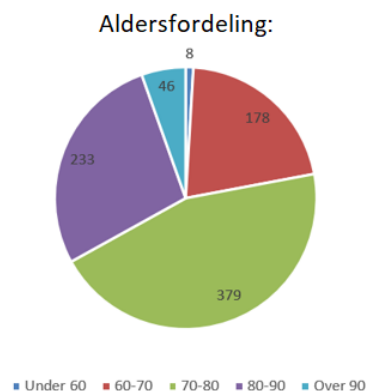
## Fra Tur- og arrangementskomiteen:

### Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo – i Frognerparken – OBS Nytt tidspunkt:

Vi ønsker å møte andre postpensjonister og starter derfor opp med turgåing hver **torsdag klokken 11.00**. Vi går ca en times tur i Frognerparken. Oppstart på broen ved «Sinnataggen». Du trenger ikke å melde fra om du vil være med, men vi starter turen presis.



### Medlemsfakta – Postpensjonistene i Oslo:



Pr. 30.6.2020 – 844 medlemmer  
Eldste medlem er 98 år.  
Yngste medlem er 49 år.  
Snittalder er 76 år.

### Kjenner du noen som vil bli medlem hos oss?

Dersom du i din omgangskrets har postpensjonister eller noen som tidligere har jobbet i Posten, må du gjerne anbefale medlemskap i vår forening. Det er bare å ta kontakt med noen i styret. Vi ordner resten.

### VIKTIG MELDING om mail og adresseforandring:

Hvis man endrer mail- eller postadresse så må vi få beskjed om det. Ring, skriv eller send mail.

Dersom noen har endret adresse og ikke meldt fra om dette, vær så snill å gi oss beskjed så snart som mulig.

### Mailadresser generelt:

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer pr. mail. Pr. i dag har vi registrert mailadresser på i underkant av 50% av medlemmene.

Vi håper at de som mottar PPNYTT på papir, men som har mailadresse, sender oss sin mailadresse så snart som mulig. På forhånd tusen takk.

Send gjerne mail til [auddn@online.no](mailto:auddn@online.no)

## Grasrotandel via Norsk Tipping

En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha



oppgitt vårt organisasjonsnummer 999 599 796. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs ikke. Du blir da

automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.

## Jubilarer – vi gratulerer!



<u>70 år</u>		<u>80 år</u>	
Laurentse Foss	22.09	Ragnhild Stubberud	05.09
		Kirsti Nygaard	06.09
		Liv Randi Bryhn	13.09
		Kjell Råum	18.09
<u>75 år</u>		<u>85 år</u>	
Reidar Kvalheim	25.09	Astrid Bråthen	09.09
Alise Olsen	28.09	Gerd Marie Pettersen	17.09

**Mottaker**



**Returadresse:**

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

**Nyttige opplysninger**

*Se PPNYTT og reiseinformasjon mv på vår hjemmeside. Nettadressen er:*

*<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/Oslo>*

*E-post: [oslo@postpensjonistene.no](mailto:oslo@postpensjonistene.no)*

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

*Vipps som du f.eks. kan bruke ved loddkjøp og inngang: 21673 (Bruk «Kjøp og betal» på Vipps)*

*Vårt organisasjonsnummer: 999 599 796*

**Styret**

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



September 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder for Oslopensjonistene har ordet:

Kjære postpensjonist!

Nå begynner temperaturen å synke ute. Etter en annerledes vår og sommer for de fleste, ser det ut til at vi så langt har kommet oss gjennom krisen bedre enn de fleste land.

Dessverre ser det ut til at mye vil være annerledes for oss og resten av befolkningen lenge.

For selv om vi ønsker oss tilbake til normalen, så ser det ut til at vi nærmest må innstille oss på en ny normal fremover.

Jeg savner medlemsmøtene våre. Koronakrisen og reglene som følger med, gjør at vi dessverre ikke kan holde medlemsmøter med alt det sosiale og hyggelige vi er vant til.

Styret vil holde månedlige styremøter og drifte foreningen. Vi vil utgi PPNYTT og jeg vil benytte anledningen til å invitere deg til å delta på våre uformelle og ukentlige torsdagsturer ute i det fri. Der kan du treffe kjente og slå av en prat.

Jeg håper du og dine er trygge og ved godt mot og ønsker en god høst til dere alle.

Med vennlig hilsen

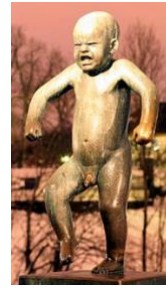
Ingvar Kjøren



## **Fra Reise- og Turkomitéen:**

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo:

Vi har siden 4.juni (ikke i august) gått tur i Frognerparken. Det har vært mellom 3-10 deltakere hver gang. I juni startet vi klokken 10, men har endret oppmøte-tidspunkt til klokken 11 etter ønske fra deltakere. Hensikten med turen er først og fremst å møtes og ha det hyggelig. Fra nå av kommer vi til å veksle mellom tur i Frognerparken og i Botanisk Hage. I Botanisk Hage møtes vi ved Lids hus, dvs det huset som ligger like innom hovedinngangen rett ovenfor Munch-muséet.



10.september – Frognerparken  
17.september – Botanisk Hage  
24.september – Frognerparken  
1.oktober – Botanisk Hage  
8.oktober – Frognerparken

Det går trikk fra Europarådets Plass/Jernbanetorget – nr. 11, 12 og 17. Gå av på stoppested Lakkegata skole. Det er deretter 6 minutter å gå til Botanisk Hage.

## **Medlemsmøter fremover.**

Pga koronasituasjonen har styret vurdert og kommet frem til at det ikke er forsvarlig å gjennomføre noen av de planlagte medlemsmøtene resten av året. Vi beklager dette, men vi er alle i den såkalte risikogruppen og styret mener det vil være galt om vi skulle ta en slik risiko. Vi kommer tilbake med informasjon om eventuelt møte i januar i desembernummeret av PP nytt.

## **Mailadresser.**

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer pr. mail. Pr. i dag har vi registrert mailadresser på 51% av medlemmene.

Vi håper at de som mottar PPNYTT på papir, men som har mailadresse, sender oss sin mailadresse så snart som mulig. På forhånd tusen takk.

Send gjerne mail om dette til [auddn@online.no](mailto:auddn@online.no)



## Grasrotandel via Norsk Tipping



En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt organisasjonsnummer 999 599 796. Når du spiller i Norsk Tipping oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster deg noe ekstra.

## Trygdeoppgjøret

Dette betyr trygdeoppgjøret for deg:

Opplysningene er tatt fra Pensjonistforbundets nettside publisert 03. september 2020 – av Sindre Farstad. Gå gjerne inn og les hele artikkelen her;  
<http://www.pensjonistforbundet.no/nyhet/4914-dette-betyr-trygdeoppgjorslashret-for-deg>

Årets trygdeoppgjør innebærer at alderspensjonen øker med 0,74 prosent med virkning fra 1. mai. På årsbasis gir trygdeoppgjøret en vekst i alderspensjonen med 1,25 prosent. Din nye oppjusterte pensjonsutbetaling fra folketrygden blir utbetalt første gang 20. oktober, og da mottar du samtidig etterbetaling for månedene fra mai til og med september.

Grunnbeløpet (G) øker fra 99.858 kroner til 101.351 kroner, en økning på 1,5 prosent fra 1. mai. På årsbasis er veksten i grunnbeløpet, uføretrygd og pensjon under opptjening 2,01 prosent. Dette kommer av en anslått lønnsvekst på 1,7 prosent for 2020, og i tillegg 0,3 prosentpoeng ekstra for et avvik mellom anslått og faktisk lønnsvekst i 2019. I trygdeoppgjøret i fjor ble det lagt til grunn en lønnsvekst på 3,2 prosent, mens faktisk lønnsvekst i ettertid er beregnet til 3,5 prosent.

## ALDERSPENSJON OG MINSTEPENSJON

Alderspensjon under utbetaling øker med 0,74 prosent fra mai. (Øker med 1,5 prosent som deretter fratrekkes 0,75 prosent). En pensjon som var 20.000 kroner i måneden før skatt i april 2020, øker dermed med 148 kroner til 20.148 kroner i måneden med virkning fra mai 2020. På årsbasis er veksten i alderspensjon 1,25 prosent. Prisveksten for 2019 er anslått å bli 1,4 prosent, og med dette utfallet vil kjøpekraften svekkes med 0,15 prosent i 2020. Vi vet ikke med sikkerhet hva prisveksten faktisk blir i 2020 før året er over. Kjøpekraften kan svekkes eller bedres, avhengig av hvor mye prisene stiger i resten av året.

Satsene for minste pensjonsnivå (minstepensjon) og garantipensjon for alderspensjonister øker med 0,92 prosent, fra 1. mai. På årsbasis er veksten beregnet til 1,41 prosent. Lav sats, som gjelder

minstepensjonister med ektefelle som mottar pensjon, øker fra 157.171 kroner til 158.621 kroner, med virkning fra 1. mai 2020. Ordinær sats, som gjelder når ektefelle mottar uføretrygd eller har inntekt over 2 G, øker fra 181.908 kroner til 183.587 kroner. Høy sats,

som gjelder når ektefellen har inntekt under 2 G, øker fra 191.422 kroner til 193.188 kroner.  
Sats for enslige minstepensjonister, øker fra 202.818 kroner til 204.690 kroner.

### ***Jubilanter – vi gratulerer!***



#### **70 år**

<b>Oddvar Svenstad</b>	<b>5.oktober</b>
<b>Pål Laumann</b>	<b>18.oktober</b>
<b>Bjørn Myklebust</b>	<b>20.oktober</b>
<b>Jorunn Intelhus Moen</b>	<b>25.oktober</b>
<b>Karen Holen</b>	<b>30.oktober</b>

#### **75 år**

<b>Odd Henry Tønjum</b>	<b>6.oktober</b>
<b>Tordis Petra Irene Johansen</b>	<b>9.oktober</b>
<b>Anne-Lise Farnia</b>	<b>17.oktober</b>

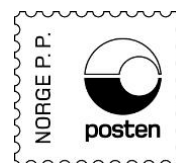
#### **80 år**

<b>Willy Tidslevold</b>	<b>23.oktober</b>
<b>Björg Taraldsen</b>	<b>25.oktober</b>
<b>Kari Grytdal</b>	<b>29.oktober</b>
<b>Jan Sverre Dahl Johansen</b>	<b>29.oktober</b>

#### **90 år**

<b>Ruth Torvund</b>	<b>4.oktober</b>
---------------------	------------------

**Mottaker**



**Returadresse:**

**Postpensjonistene i Oslo  
Postboks 1500, Sentrum,**

***Nyttige opplysninger***

***Se PPNYTT og reiseinformasjon mv på vår hjemmeside. Nettadressen er:***

***<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/Oslo>***

***E-post: [oslo@postpensjonistene.no](mailto:oslo@postpensjonistene.no)***

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

***Vipps som du f.eks. kan bruke ved loddkjøp og inngang: 21673 (Bruk «Kjøp og betal» på Vipps)***

***Vårt organisasjonsnummer: 999 599 796***

***Styret***

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





Oktober 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder for Oslopensjonistene har ordet:

Kjære medlem!

Nok en gang må hver enkelt av oss og foreningen bidra til å bringe oss alle trygt tilbake til hverdagen.

Akkurat nå handler det om Oslo på grunn av høye smittetall. Men, nye utbrudd kan komme i andre byer og kommuner.

Inntil det er kontroll på smitteutbrudd og en vaksine er klar, kan vi ikke gjøre som før. Det er tydeligvis et stykke frem til vi atter kan samles. Jeg anbefaler at den enkelte gjør det beste ut av situasjonen vi alle er i.

Jeg går selv daglige turer og får luftet både sjel og kropp. Og innenfor smittevernets regler blir det gjerne en kopp kaffe med tidligere kollegaer og kjente.

Så nyt høstfargene og solstrålene fremover!

Jeg håper du og dine er trygge og ved godt mot og ønsker en god høst til dere alle.

Med vennlig hilsen

*Ingvar Kjøren*

### **Medlemsmøter fremover.**

Koronasituasjonen i Oslo tilsier at vi fortsatt ikke kan planlegge medlemsmøter i nær fremtid. Vi følger situasjonen tett og vil komme tilbake med informasjon om eventuelt møte i januar i desembernummeret av PPNYTT. Følge gjerne med på nyheter på nettsiden vår;

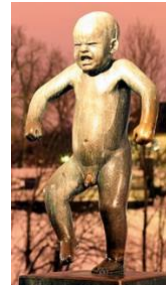
<https://www.postpensjonistene.no/avdelinger/oslo/avdelingsnyheter/>



## Fra Reise- og Turkomitéen:

Fast tur-dag for Postpensjonister i Oslo:

Vi har siden 4.juni (ikke i august) gått tur i Frognerparken. Hensikten med turen er først og fremst å møtes og ha det hyggelig. Fra nå av kommer vi til å veksle mellom tur i Frognerparken og i Botanisk Hage. I Botanisk Hage møtes vi på fremsiden av Lids hus, dvs det huset som ligger like innom hovedinngangen rett overfor Munch-muséet. I Frognerparken møtes vi ved Sinnataggen.



15. oktober – Botanisk Hage  
22. oktober – Frognerparken  
29. oktober – Botanisk Hage  
5. november – Frognerparken  
12. november – Botanisk Hage

## Mailadresser.

Vi ønsker å nå flest mulig av våre medlemmer pr. mail. Pr. i dag har vi registrert mailadresser på 51% av medlemmene.

Vi håper at de som mottar PPNYTT på papir, men som har mailadresse, sender oss sin mailadresse så snart som mulig. På forhånd tusen takk.

Send gjerne mail om dette til [auddn@online.no](mailto:auddn@online.no)

## Grasrotandel via Norsk Tipping



En del av våre medlemmer støtter vår egen forening økonomisk ved å ha oppgitt vårt organisasjonsnummer 999 599 796. Når du spiller i Norsk Tipping, oppgir du nummeret når du er hos kommisjonæren, mer trengs ikke. Du blir da automatisk registrert som bidragsyter til Postpensjonistene i Oslo uten at det koster

deg noe ekstra.

## Send inn ditt kort for «Den gylne spaserstokk» for 2020

Dine turer som du har notert på «Deltakerkort for gå-trimmen» i *Den gylne spaserstokk*, må du sende inn etter siste tur den 15.oktober slik at vi har kortet hos oss innen 1.november 2020. På kortet må du ha du skrevet navn og fødselsår.

Sendes til Odd-Jostein Hyttebakk, Orreleiken 23, 1388 Borgen som brev, eller du kan scanne inn både for- og bakside til [jhytteba@online.no](mailto:jhytteba@online.no).

I løpet av november vil styret lage en liste over alle deltakerne med antall år som du har deltatt. Det er Oslo Idrettskrets som gir oss spaserstokk for første års deltakelse og bronse-, sølv- og gullmerke etter hvor mange år vi har deltatt tidligere.

Da det ikke blir avholdt medlemsmøte, må vi i år samle kortene på denne måten!

## ***Jubilarer – vi gratulerer!***



### **70 år**

<b>Jorunn Interhus Moen</b>	<b>25. oktober</b>
<b>Inger Karin Stigum</b>	<b>2. november</b>
<b>Else Karin Hatlevik</b>	<b>17. november</b>

### **75 år**

<b>Sieglinde Gisholt</b>	<b>8. november</b>
<b>Britt R.E. Fossnes</b>	<b>12. november</b>
<b>Astrid Birgitte Momrak</b>	<b>14. november</b>
<b>Judit Lidsheim</b>	<b>24. november</b>

### **80 år**

<b>Elin Randi Søråune</b>	<b>18. november</b>
<b>Harry Magnussen</b>	<b>25. november</b>

### **85 år**

<b>Signe G. Larsen</b>	<b>18. november</b>
<b>Marit Snoen</b>	<b>24. november</b>
<b>Reidun Hoel</b>	<b>25. november</b>

## **Nytt fra Frogner eldreråd der Postpensjonistene i Oslo har en representant, Jan Rognaldsen.**

Postpensjonistene i Oslo er aktive i bl.a. Frogner eldreråd som dekker nærmere 60 000 innbyggere i Oslo. Eksempel på at vår eldrepolitiske røst er viktig, kan være Oslo kommunes "Kommunal Boligbehovsplan 2021-2030". Oslo vil fremover få vesentlig flere eldre innbyggere og må planlegge for sykehjem og andre tjenester.

Fra vårt ståsted støtter vi opp under omlegging fra en institusjonsbasert eldreomsorg til en aktiv eldreomsorg med gode tjenester i eget hjem. Mange vil være selvhjulpne med dagliglivets gjøremål. mens andre trenger betydelig pleie og omsorg.

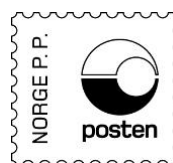
Andre eksempel kan være våre innspill til grøntområder og møteplasser på tvers av alder og livssituasjon.

Det er vel neppe noen andre enn oss selv som kan bidra i slike prosesser for å sikre at Oslo er en aldersvennlig by.



*Høstlig hilsen - Det vakre kirsebærtreet i Harald Hårfagresgate i Oslo*

**Mottaker**



**Returadresse:**

**Postpensjonistene i Oslo  
Postboks 1500, Sentrum,**

Vi ønsker å bli bedre kjent med våre medlemmer. Derfor starter vi opp med små «portrett» av tilfeldig valgte medlemmer som vi stiller endel spørsmål. Først ute og denne månedens medlem er Kari Pay.



1. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *På Linderud postkontor.*
2. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Mitt beste minne er stoltheten da jeg ble valgt som tillitsvalgt for Linderud.*
3. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Jeg tror jeg ville nyte en god middag og en god samtale med Jens Stoltenberg.*
4. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Som barn likte jeg å synge og opptre og ble alltid bedt om å synge for klassen når vi hadde kosetimer og foreldremøter. Jeg hadde veldig lyst til å bli sangerinne, men en betennelse på stemmebåndene stoppet den drømmen.*
5. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *Her er det mange å velge mellom! Men jeg tror den sterkeste opplevelsen er i forbindelse med Björn Afselius' Älska mig nu.*
6. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Jeg elsker å fotografere og redigere bilder. (Jeg har lagret et par oppsett av forskjellige tema.)*
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Bøkene mine. (Jeg leste Alexander Dumas De 3 musketerer som tiåring, og ble helt «bokorm».)*
8. **Hva er din «guilty pleasure»?** *En liten skvett Cognac og litt melkesjokolade når livet kjennes for råttent.*



# November 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder for Oslopensjonistene har ordet:

Kjære medlem!

Jeg vet at mange av dere tar beina fatt i disse tider. Det er mangt og mye å se og oppleve både i Oslo og Viken.

Gledelig er det at mange møter opp på våre faste torsdagsturer i Frognerparken og Botanisk Hage. Det er plass til flere så det er bare å møte opp. Turene avsluttes med kollegaprat over en kaffe for de som ønsker det.

Pandemien har så langt vist viktigheten at vi kan beherske nettbrett og smarttelefon. Det er hyggelig å kunne motta og dele bilder og filmer med venner og familie.

Jeg er glad for at vi nå har inngått avtale med

Pensjonistforbundet om et nytt tilbud for oss postpensjonister i

Oslo. Dersom du står fast og har et spørsmål om nettbrettet eller smarttelefonen som du lurer på, kan du tirsdager og torsdager ringe gratis til Pensjonistforbundets hjelpetelefon.

Detaljert «oppskrift» finner du på vår nettside og i denne utgaven av PPNYTT. Så her er det bare å ta tilbudet i bruk fremover.

Ønsker alle en fin tid og håper at det står bra til.



Med vennlig hilsen

*Ingvar Kjøren*

### **Medlemsmøter fremover.**

Koronasituasjonen i Oslo tilsier at vi fortsatt ikke kan planlegge medlemsmøter i nær fremtid. Vi følger situasjonen tett og vil komme tilbake med informasjon om eventuelt møte i januar i desembernummeret av PPNYTT. Følg gjerne med på nyheter på nettsiden vår;

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

### **Medlemsnytt.**

Ved utgangen av oktober var vi 856 medlemmer. Snittalderen er 76 år – 46% av medlemmene er under 75 år og 54 % er over.

### **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 (ikke i august) gått tur i Frognerparken. Hensikten med turen er først og fremst å møtes og ha det hyggelig.

12. november – Botanisk Hage (Oppmøte foran Lids hus)

19. november – Frognerparken (Oppmøte ved Sinnataggen)

26. november – Botanisk Hage (Oppmøte foran Lids hus)

3. desember – Frognerparken (Oppmøte ved Sinnataggen)

10. desember – Botanisk Hage (Oppmøte foran Lids hus) - *Dette blir siste gang før jul.*



## 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](mailto: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 51 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

## Grasrotandel via Norsk Tipping



Vi minner om at du kan støtte vår forening gjennom Grasrotandelen. Bare 5 %, eller 44 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 vindersjanse.

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.

## Jubilanter – vi gratulerer!



### 70 år

Ellbjørg Sundt

May Lisel Torbal

Kjell Vagstad

Snefrid Vivian Nystuen

Frøydis Karlstorpet

4. desember

7. desember

9. desember

22. desember

22. desember

### 85 år

Else Omland

Grethe Mellembakken

Ingrid Skog

Torbjørn Lindblad

8. desember

10. desember

18. desember

18. desember

## NYTT TILBUD til POSTPENSJONISTENE I OSLO «SMARTTELEFONEN – 22 600 700»

Koronasituasjonen de siste 7 månedene har vist hvor viktig det er at vi postpensjonister har digital kompetanse.

Vi har dessverre måttet avlyse planlagte kurs i nettbrett og smarttelefon. Vi samarbeider likevel med Pensjonistforbundet – via skjerm i disse tider.

Postpensjonistene i Oslo har fått tilbud om å bruke Pensjonistforbundets «Smarttelefon» om du har spørsmål som du lurer på.

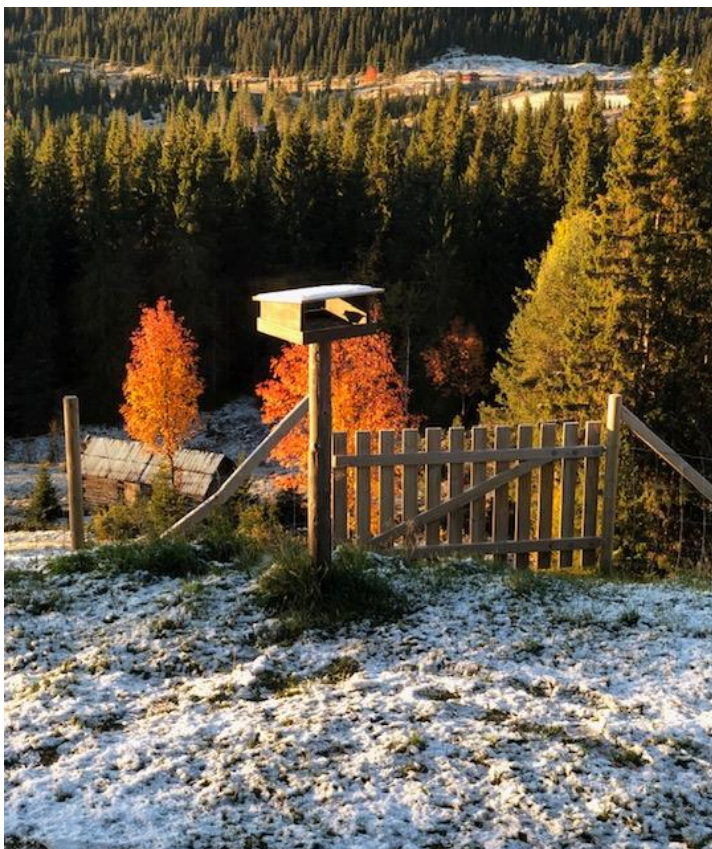
Det betyr at dersom du har spørsmål i forbindelse med bruk av nettbrett eller smarttelefon, kan du ringe gratis til «**Smarttelefonen- 22 600 700**». Dette er Pensjonistforbundets nye hjelpetelefon for digitale spørsmål og som du kan bruke.

- Tirsdag fra klokken 0900 til 1200
- Torsdag fra klokken 0900 til 1200

Vær oppmerksom på at spørsmål om digitale banktjenester må tas opp med banken din. «Smarttelefonen» kan ikke besvare slike spørsmål.

Husk på at alle som ringer denne telefonen, er garantert anonymitet og rådgiverne har taushetsplikt.

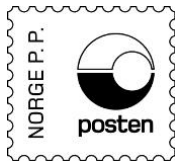
## Månedens bilde



Har DU tatt et bilde du har lyst å dele med oss? Det kan være fra tur i skog og mark, fra hytta eller nærmiljøet ditt. Send det på e-post til [beaxel@outlook.com](mailto:beaxel@outlook.com), og du har mulighet for å få det med i neste PPNytt. Oppgi navn på fotograf og stedet der bildet er tatt.

Foto: Barbro Eyde-Axelsen  
Sted: Nord-Aurdal

## Mottaker



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

Månedens portrett – Ole Martin Nore.



1. **Hvor vokste du opp?** *I Ullensaker på Kløfta.*
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** *På Postens godssenter Alfaset.*
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** *Alle de gode kollegaene.*
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** *Ellen Holager Andenæs.*
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** *Jeg ville bli lokomotivfører for min far jobbet i NSB.*
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** *Jeg hører mye på musikk, men har ingen favoritt.*
7. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** *Hobbymaling og turer i skog og mark.*
8. **Hva kan du ikke klare deg uten?** *Min Leatherman, den er min følgesvenn.*
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** *Å holde meg i noenlunde form og så frisk som mulig.*



# Desember 2020

# PPNYTT

## Postpensjonistene i Oslo

---

Leder for Oslopensjonistene har ordet:

### EN SPESIELL TID

#### **Kjære medlem**

Vi drømmer alle om en hyggelig jul. En uformell jul hvor det er plass til å holde fast på tradisjonene. Og samtidig skape nye minner. Min oppfordring til deg er å ta deg et lite frirom i en travel juletid.

Pust ut og bli inspirert. Vær sjenerøs mot deg selv, kos deg og nyt tiden hjemme. Det kan komme godt med nå i mørketida.

Husk på at vinter blir avløst av vår. Og med varmere vær får vi også håpe på vaksinen. Jeg ønsker hver og en av dere en fin juletid og håper vi kan ses en gang på nyåret.



Julehilsen fra  
*Ingvar Kjøren*

#### **Medlemsmøter fremover.**

Koronasituasjonen i Oslo tilsier at vi fortsatt ikke kan planlegge medlemsmøter i nær fremtid. Følg gjerne med på nyheter på nettsiden vår:

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

#### **Medlemsnytt.**

Ved utgangen av november var vi 859 medlemmer. Snittalderen er 76 år – 46% av medlemmene er under 75 år og 54 % er over.

#### **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. Hensikten med turen er først og fremst å møtes og ha det hyggelig. *Postpensjonistene i Oslo har nå kjøpt sin egen benk i parken.* For å finne benken, start fra hovedinngangen og gå over broen. På høyre side finner du en benk med skiltet «Postpensjonistene i Oslo – 2020». Dette blir møteplassen i Frognerparken når vi starter opp igjen med turer i 2021. Oppfordrer alle postpensjonister i Oslo å besøke benken vår.

Her er bilder fra den høytidelige åpningen 5.november 2020:



## 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](mailto: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 51 %, og vi håper selvfølgelig at dette øker fremover.

## Grasrotandel via Norsk Tipping



Vi minner om at du kan støtte vår forening gjennom Grasrotandelen. Bare 5 %, eller 46 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 vinnerjansje.

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.

## ***Jubilanter – vi gratulerer!***



### **70 år**

<b>Arnfinn Nordheim</b>	<b>18. januar</b>
<b>Kåre Kopperud</b>	<b>22. januar</b>
<b>Sverre A. Hatlevik</b>	<b>26. januar</b>
<b>Helga Anfinsen</b>	<b>28. januar</b>

### **75 år**

<b>Ole Pettersborg</b>	<b>22. januar</b>
<b>Helge B. Kristiansen</b>	<b>22. januar</b>
<b>Harry Pettersen</b>	<b>24. januar</b>

### **80 år**

<b>Ragnar Nøkling</b>	<b>7. januar</b>
<b>Kari Stabæk</b>	<b>8. januar</b>
<b>Aslaug Inger Brøten</b>	<b>20. januar</b>
<b>Johnny Pettersen</b>	<b>28. januar</b>

### **85 år**

<b>Georg Bjørgo</b>	<b>13. januar</b>
<b>Odrun Ringnes</b>	<b>30. januar</b>

### **90 år**

<b>Sonja Kvello</b>	<b>26. januar</b>
---------------------	-------------------

**Pensjonistforbundet**

Trenger du hjelp med smarttelefon eller nettbrett?

**Ring Smarttelefonen på 22 600 700**

– en gratis telefontjeneste for alle pensjonister.

Åpen tirsdag, onsdag og torsdag 09.00–12.00.  
NB: Vi besvarer ikke spørsmål om digitale banktjenester.

Jfr. også nettsiden vår og PPNYTT fra november 2020.

## **Den gylne spaserstokk – 2020**

Reglene er slik at første året får man selve stokken, Andre året blir det bronse, tredje året sølv og fra år 4-9 får man gull-merke. Hvert år fra 10-19 har sitt eget emaljerte årsmerke.

19 postpensjonister har registrert turer og levert inn liste for 2020.

10 år – Liv Aina Granly og Tor Granly

6 år – Trond Granum

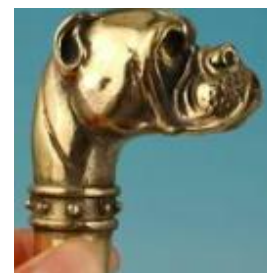
4 år – Marit Snoen

3 år – Berit Holm Olsen

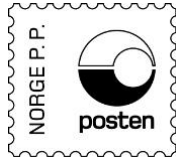
2 år – Jon Edner, Unni Edner, Torill Sagvolden, Else Myhre, Kari Pay og Reidar Holm

1 år – Anne Berit Sandnes, Ingvar Kjøren, Kari Kjøren, Arild Hønsvik, Ole-M Nore, Per A. Olsen, Geir Paulsen og Eileen K. J. Paulsen

Merker og stokker blir levert ut på første mulige medlemsmøte.



## Mottaker



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

Månedens portrett – Berit Ramstad.



1. **Hvor vokste du opp?** I Batalden (øy utenfor Florø). Bodde der til jeg var 15 år.
2. **Hvor jobbet du da sluttet i Posten?** Sluttet med AFP i 2006 i 20% stilling på Brevsenteret.
3. **Hva er ditt beste minne fra din tid i Posten?** Ikke fremheve noe bestemt, svært mange gode minner om dyktige medarbeidere og gode kolleger.
4. **Hvilken kjent person kunne du tenke deg å spise middag sammen med?** Angela Merkel.
5. **Hvilken barndomsdrøm ble aldri realisert?** Jeg tenkte nok at jeg skulle bli lærer, men lønn under opplæring i Posten ble avgjørende.
6. **Hvilken låt har betydd mest for deg?** Ingen «låt», men Intermezzoet fra operaen Cavalleria Rusticana. Vakker musikk!
7. **Hva kan du ikke klare deg uten?** Kaffe og lørdagskryssordene i Dagbladet/Magasinet.
8. **Hvilken aktivitet/hobby koser du deg mest med?** Lese, gå turer og trene.
9. **Hva er din viktigste aktivitet som pensjonist?** Frivillig arbeid i tilknytning til Frivilligsentralen i Vestre Aker.

## Månedens bilde



Foto: Else Myhre  
Motiv: Frognerparken mot  
Middelthungaten.

Ta et bilde du også. Send det på e-post til [beaxel@outlook.com](mailto:beaxel@outlook.com), og du har mulighet for å få det med i neste PPNytt. Oppgi navn på fotograf og stedet der bildet er tatt.