



Kjære medlem

Høsten er her, og jeg håper vi ser mange av dere på alle de spennende aktivitetene vi skal ha. Fellesskapet i denne foreningen er unikt og givende og jeg anbefaler alle å delta på ulike ting. Onsdagsturene gir både mosjon og ny kunnskap, heldagsturene gir også nye bekjenskaper og godt samhold.

Nyt årstiden!

Hilsen fra

Rutt Siri

Leder

Gratis datakurs i Posthuset



Grunnleggende kurs:

Har du en smart-telefon eller nettbrett og vil få bedre nytte av disse?

På kurset tar vi utgangspunkt i deltakernes behov.

Datoer:

10 oktober fra kl 12.00 — 15.00

19 oktober fra kl 12.00 — 15.00

Videregående kurs:

Har du PC og et verv har du kanskje et større behov for videregående kurs?

Datoer:

24 oktober fra kl 12.00 — 15.00

26 oktober fra kl 12.00 — 15.00

Kursene holdes i 1 etg i Posthuset og vi starter med lunsj.

Meld deg på til: marit.kvist1@gmail.com innen **5 oktober**.

Vi trenger navn, tlf og dato (for når det passer) samt om du har noen allergier.

Medlemsinformasjon

Antall medlemmer: 823

Antall nye medl. tom august: 24

Eldste medlem: 101

Yngste medlem: 53

Antall med mailadr: 522

Antall som gir Grasrot-midler: 69

Nye medlemmer

Vi ønsker velkommen til:

- Roger Stubberud
- Ann Torunn Bøe
- Sissel-Elin Bakkeby

Jubilanter i oktober

90 år:

06.10. Jon Roar Skjellaug

85 år:

22.10. Jonny Åserud

80 år:

18.10. Kjell Magne Mortensen

19.10. Olav Johan Trettens

75 år:

05.10. Ole Jostein Otnes

06.10. Tore Knut Lydvo

07.10. Aslaug Helene Otnes

17.10. Oddgeir Margido Ovesen

22.10. Bjørg Vestlund

26.10. Brit Gunhild Horpestad

31.10. Liv Karin Mobakk

70 år:

02.10. Bernt Almar Selstad

09.10. Odd Arvid Kaspersen

16.10. Karin Johanne R. Tømte

19.10. Roger Martinsen

24.10. Erna Pettersen

25.10. Turid Amundsen

29.10. Marit Tveterhagen

Bli med til RØROS 2 dagers busstur 27. og 28. oktober



Bussen går fra Oslo ca 08.30 om morgenen fredag den 27. og vi er tilbake i Oslo sen ettermiddag lørdag den 28.
Pris for medlemmer er 2700,- og ikke medlemmer kr. 3275,- Tillegg for enkeltrom er 450,- for medlemmer, og 600,- for ikke medlemmer. Prisen er for minimum 25 påmeldte.

For dette får du:

- ✓ Bus tur/retur Oslo Røros
- ✓ Overnatting, inkl. frokost på Bergstaden hotell
- ✓ Middag på hotellet
- ✓ 2 x lunsj
- ✓ Guidet tur i Bergstaden + Røros kirke og Smeltehytta

Påmelding **senest 1. oktober**:

- ✓ E-post til Ole Bjørn Brenna: olbbrenn@online.no
- ✓ Telefon 995 61 506

Oppgi om du er medlem, fullt navn på deltakere, adresse, e-postadresse og telefonnummer ved påmelding

NB: Husk også og oppgi spesielle behov, f.eks. matallergier, funksjonsnedsettelse eller andre spesielle forhold ved påmelding.

Velkommen til neste medlemsmøte

Mandag 9. oktober møtes vi kl 15 i Posthuset.

Vi går til auditoriet der Leif Gjærland holder foredrag med tittelen «Gatelangs i øst og vest». Han er en svært aktiv og engasjert formidler av Oslo-historie og byutvikling.

Deretter samles vi til sosialt samvær i Postkantinen.

Verving

Oslopensjonistenes mål er å verve minst 50 nye medlemmer også i 2023. Vi trenger alltid hjelp fra dere til å verve flere medlemmer. «Jo flere – jo bedre».

De kan i tilfelle gå inn på nettsiden vår:

www.postpensjonistene.no/om-oss/bli-medlem/og-registrere-seg-som-medlem, eller [klikk her](#).

Melding om dødsfall

Når postpensjonister dør, vil det bli vist oppmerksomhet i form av blomsterkrans ved bisettelsen eller begravelsen.

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

I Oslo sendes meldinger til Jan Angeltun på epost:

jan.angeltun@gmail.com

eller som tekstmelding/telefon til 90 95 68 47

I meldingen må oppgis:

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

Medlemsmøter høsten

Medlemsmøter holdes i Posthuset klokken 15.-18. på følgende datoer:

9. oktober – Leif Gjærland
6. november

6. desember – julebord på Oslo Kongressenter

Bli med på onsdagsturene i høst

20. september legger vi opp til naturvandring langs Alnaelva og Svartdalen.

Møt opp på Brynseng T-banestasjon kl 1200. Etter turen slår vi oss ned på Stamkafeen på Grønland for prat og påfyll. Jan Rognaldsen er vert på turen.

27. september går turen til Bygdøy og folkemuseet.

Møt opp kl 1200 på Jernbanetorget bussholdeplass der vi går om bord på buss 30 Bygdøy. Pensjonistforeningen dekker inngangspengene til museet og guidet omvisning.

4. oktober tar vi en byvandring i Homansbyen og Hegdehaugen.

Møt opp kl 1200 på trikkeholdeplassen Homansbyen – trikk 11 eller 19. Guide/turvert er Trond og Jan R.

11. oktober går vi nedover langs Akerselva.

Oppmøte kl 1200 på Kjelsås ved trikkestallen. Trikk 11 eller 12 eller buss 54. Vi vander elvelangs over Nydalen til Bjølsen og Sagene lunsjbar, for mat og drikke. Guide/vert er Trond og Jan R.

18. oktober går turen til Klosterenga og omgivelser i Gamlebyen

Møt opp kl 12 Trikkestopp Oslo Hospital på linje 19. Trond er guide på denne kulturvandringen.

Invitasjon til julebord 6.desember 17.00-21.00

Vi gjentar suksessen fra i fjor og inviterer med dette til julebord i Oslo Kongressenter onsdag den 6. desember kl. 1700 – 2100.

Vi koser oss med deilig norsk julemat og dessert. Drikke til maten er inkludert med enten et glass vin, en øl eller en flaske mineralvann. Ønskes ytterligere drikke kan det kjøpes i baren. Vi avslutter kvelden med kaffe/te og småkaker og loddtrekning på inngangslodd.

Som tidligere år kommer PostCanto og synger julen inn for oss. De synger fra kl 1715, så alle bør derfor være kommet og helst på plass ved bordene senest kl 1700. Maten serveres kl 1800.

Alle registrerer seg ved inngangen til Spiseriet Møller (samme lokale som tidligere år). Noen fra styret står nede ved inngangen til Kongressenteret og geleider dere videre om nødvendig.

Prisen er kr 550,00 for medlemmer. For ikke-medlem/ledsager er prisen kr 900,00. Du melder deg på julebordet ved å betale til vårt **VIPPS-nr 21673** eller til vår **bankkonto 0531 07 98306**, dvs **Betaling = Påmelding**. Fristen for å betale (=melde seg på) er senest **6. november**. Det er viktig å påføre navn på den/de som skal delta på julebordet. Det blir ingen automatisk bekreftelse på at du er påmeldt, men har du betalt og navn er notert på innbetalingen, så er du velkommen! Vi sjekker navn mot påmeldingsliste ved inngangen.

Skulle du bli i tvil om du har betalt, kontakt Aud på tlf 950 56 466.

VELKOMMEN !

LOfavør

Advokatforsikring Et nyttig tips

Fagforbundet Post og finans – som svært mange av oss Postpensjonister er medlem av – har inngått gunstige forsikringsavtaler om advokatbistand. Du kan få tilgang

til advokathjelp uten timepris, ubegrenset rådgiving og saksdekning opp til 3 millioner kroner. Forsikringen koster nå kr 194 i måneden som er svært lavt sammenlignet med prisen for en advokattime.

Forsikringen dekker fullverdig advokatbistand til mange typer saker

i privatlivet vårt: Testamente, arv og fremtidsfullmakt, naborett, eiendom, samboer-/ekteskap er eksempler på saksområder som selskapet HELP kan bistå med, i tillegg til eventuelle konflikter og rettsaker som måtte oppstå.

For medlemmer som ikke har LOfavør advokatforsikring er det fremforhandlet rabatterte timepris på advokathjelp hos advokatfirmaet Legalis.

LOfavør

post@lofavor.no

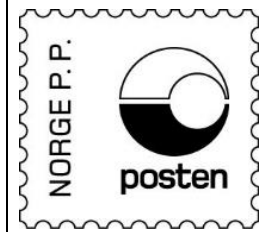
Medlemstelefonen 416 06 600



Mottaker:

Returadresse:

Postpensjonistene i Oslo,
Postboks 1500
Sentrum, 0001 Oslo



Onsdagstur 6. september



Vi var 12 personer som startet fra benken vår
Vi gikk ned til Solheimgaten og fortsatte ned Hafsrjordgaten til Bygdøy Alle. Vi tok veien forbi det nedlagte Elisenberg postkontor (henvvisningsskiltet til postkontoret står fortsatt i gaten)..



..og passerte Arno Bergs plass i Gyldenløvesgate, og så hvor han bodde. Han var arkitekten for mange av bygningene i området. Vi gikk innom den nye Gyldenløves park. En praktfull park som ble åpnet 27. august i år. Det ble en vandring i gater hvor man sjelden går, og vi endte opp på Bymuseets kafe hvor vi fikk kaffe og vaffel.
Hilsen Kari Pay

Pilgrimstur over Gjelleråsen 8. september



Vi var 7 deltakere som tok turen langs oldtidsveien over Gjelleråsen, som nå kalles Pilgrimsleden. Området har mye historie å fortelle formidlet av en utmerket guide og historiefremidler, Einar Skåre.
Første stopp var den tidligere militærleiren Lahaugmoen. Her har det vært militær virksomhet lenge. Forsvaret utdannet sanitetspersonell her fram til 2002. I dag er det boliger og bedrifter. En del av bygningsmassen er restaurert og fredet.

Oldtidsveien var en svært viktig ferdselsåre for bøndene som fraktet alle slags varer for salg i byen; om sommeren var det bare hest og kløv som var mulig fordi det stedvis er svært smalt. Vi fikk høre om Karl den 12s forsøk på å erobre Norge i 1716, som han jo ikke lyktes med. Deler av hans hær ble stoppet da den forsøkte å ta seg over Gjelleråsen. Hæren kom seg til slutt Kristiania, men klarte ikke å ta Akershus festning.
Under siste krig brukte tyskerne Lahaugmoen, og det var stasjonert 4000 mann der. Samtidig hadde en avdeling av Milorg tilhold i skogen med egen hytte bare noen få kilometer unna.
Turen ble avsluttet på Stovneråret, et flott utsiktspunkt som er bygget et lite stykke ovenfor Stovner senter. Stor takk til Einar for dette initiativet!
Hilsen Inger Greve



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



Org.nr: 999599796

