



# Postpensjonistene i Oslo

## ÅRSBERETNING FOR 2023

### Styret har i valgperioden bestått av:

Leder	Rutt Siri Kregnes
Nestleder	Jan Helge Rognaldsen
Sekretær	Kirsti Stalheim
Økonomiansvarlig	Aud Irene Dalen Nielsen
Styremedlem	Arne Tømmerås
Styremedlem	Odd Jostein Hyttbakk
Varamedlem	Kari Pay
Varamedlem	Jan Angeltun

### Revisorer

Elin Dufset  
Per Olav Nygjerde

### Tur- og arrangementskomite

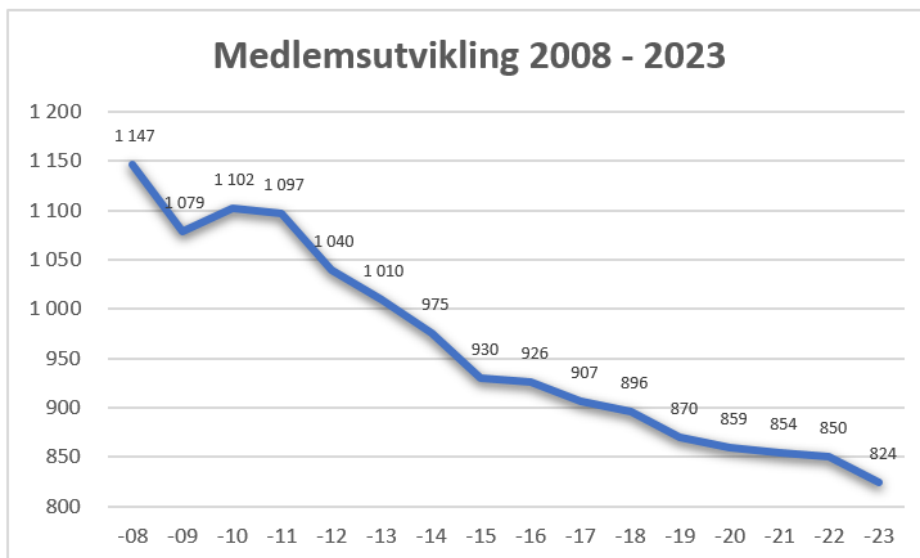
Jan Helge Rognaldsen - leder  
Laurentse Foss  
Oddmunn Kvist  
Ole Bjørn Brenna

### Valgkomite

Leder	Trond Nilsen
Medlem	Johanne Jacobsen
Medlem	Kirsti Stalheim

### Utvikling i antall medlemmer

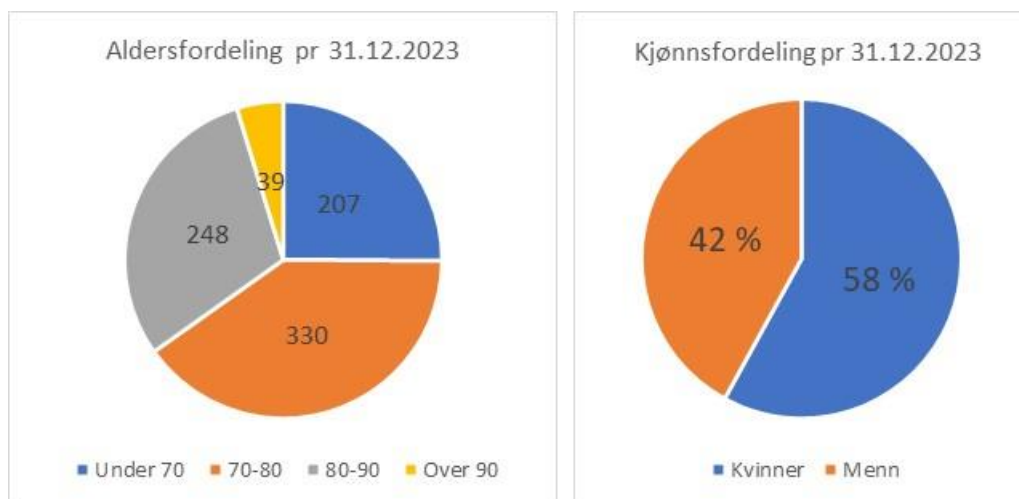
Ved utgangen av 2023 var vi 824 medlemmer, 477 kvinner og 347 menn. I løpet av året vervet vi 33 nye medlemmer. Nedgangen i antall medlemmer speiler en utvikling i Posten med færre tilsatte. Vi har høyt fokus på verving av nye medlemmer.



Snittalderen pr 31.12.2023 er 76,7 år for kvinner og 75,8 år for menn. Den eldste i foreningen vår er 101 år og den yngste 53 år.



## Postpensjonistene i Oslo



**Vi minnes 26 av våre medlemmer som gikk bort i 2023.**

### Møtevirksomhet

Det har vært holdt 8 styremøter for Oslo-pensjonistene i 2023.

Postens pensjonistforbund har avviklet 4 landsstyremøter, og Inger-Marie Stokker, Else Myhre, Ingvar Kjøren og Laurentse Foss fra Oslo-pensjonistene har deltatt. Det har også vært en lederkonferanse, der Oslo-pensjonistene var representert ved Rutt Siri Kregnes.

Rutt Siri Kregnes har også deltatt på høstens SAKO-konferanse i 2023, i tillegg til våre medlemmer som er i Arbeidsutvalget for Postpensjonistene.

### Medlemsmøtene

Det har vært avholdt 9 medlemsmøter i 2023; 8 møter i Posthuset samt tradisjonen tro - julebord i Oslo Kongressenter. Medlemsmøtene i kantinen i Posthuset har høyt fremmøte med 80-120 medlemmer hver gang. Det er varierte foredragstemaer og sosialt samvær med loddrekning. I april inviterte vi for første gang til påsketreff i påskeuken med 52 fremmøtte.

Foredragsholdere på medlemsmøtene: Trond Ivar Hansen om «Medikamenter, alkohol og bivirkninger», Christian Borch «Europa i historiens sentrifuge», Thor Gotaas «På loffen: Landstrykere og vagabonder langs norske landeveier», Roar Engelberg på panfløyte, Leif Gjerland «Byvandring gatelangs i Oslo vest og øst» og Ingebrikt Steen Jensen om å leve med Alzheimer.

Julebordet ble holdt med 140 til stede i Oslo Kongressenter med julemiddag og underholdning av PostCanto.



## Styrets arbeid i 2023

Styrets medlemmer har klare arbeids- og ansvarsoppgaver, som utføres på en formidabel måte og som fungerer bra. Vi har likevel gjort noen endringer i forhold til hvilke saker som skal behandles i styret og hvilke fullmakter det enkelte styremedlem har. Etter årsmøtet vil styret også evaluere arbeidet så langt, for deretter diskutere om vi skal fordele oppgavene på annen måte enn det er i dag.

Faste saker i styremøtene er:

- Oppfølging av styrets arbeid
- Status for regnskap i forhold til budsjett
- Nytt fra Tur- og arrangementskomiteen
- Medlemsutvikling/verving av medlemmer

Andre saker som har vært behandlet i løpet av året er:

- Planlagt og utført årsmøte i mars
- Planlagt og gjennomført ukentlige onsdags-turer/aktiviteter vår og høst
- Planlagt og gjennomført 3 dagsturer og en overnattingstur
- Fulgt med på dødsannonser etc. og bestilt krans/bårebukett til begravelser/bisettelser
- Vi har fulgt opp medlemmene ift «Den gylne spaserstokk». Stokker og merker for 2023 vil bli levert ut på første medlemsmøte i 2024
- Vi har vært vervet 33 nye medlemmer i 2023
- Vi har sendt ut 11 utgaver av PPNYTT. Vi har jobbet for å få flere medlemmer til å motta medlemsbladet elektronisk (etter ønske fra Posten, da dette er en utgiftspost for Posten). Vi ser en positiv utvikling, nå har 64 % av medlemmene epost, mot 61 % i desember 2022.

## Arbeidsplan 2023

Arbeidsplanen for Postpensjonistene i Oslo er utarbeidet med grunnlag i Postens Pensjonistforbunds Handlingsplan for landsmøteperioden 2021-2024 og brutt ned på lokale aktiviteter. Vi har oppfylt målene/aktivitetene i Arbeidsplan 2023 når det gjelder sosiale aktiviteter som medlemsmøter og turer. Med 33 nye medlemmer nådde vi ikke det ambisiøse målet om verving av 50 nye medlemmer.

## Dataopplæring

Planlagte kurs på vårsemesteret måtte avlyses på grunn av manglende påmelding. Vi arrangerte to kurs i høstsemesteret med 9 deltakere. Kurslederne var våre egne: Marit Kvist og Ann Bente Lund.

## Turer i 2023

Tur- og arrangementskomiteen har hatt et travelt fjorår. Deltakelsen på våre forskjellige turer er jevnt økende og viser at medlemmene tar vel imot og slutter opp om turalternativene. Utgangspunktet er at turene skal ha rom for sosiale treff. Mange kjenner hverandre. Men, vi blir også kjent med tidligere kollegaer som ikke har deltatt på turene før.

Onsdagsturene i mars, april, mai, september og oktober er lagt opp som by-, kultur- og parkvandring i moderat tempo. Både interne- og innleide guider deltar ved behov for å gi oss nødvendig utbytte. Tilsvarende gjelder for dagsturer og overnattingsturer.



## Postpensjonistene i Oslo

Dagstur til Strømstad ble gjennomført i mars. Besøk på Stortinget i mai, Stavanger med Flor og Fjære i juni, Telemarkskanalen i september og pilegrimsturen over Gjelleråsen i september har alle fått gode tilbakemeldinger. Julemarkedsturen gikk til Maihaugen i desember. Rørosturen i oktober måtte vi dessverre avlyse på grunn av få påmeldinger.

Vi holdt oss innenlands i 2023. Utlandet kommer på programmet neste år.

### Valg til Eldreråd

I etterkant av lokalvalget i 2023 ble flere av våre medlemmer valgt inn til eldreråd: Jan Helge Rognaldsen er gjenvalgt i Frogner Eldreråd med Arne Tømmerås som vara. Kari Pay er valgt inn i Nordre Aker Eldreråd. Rutt Siri Kregnes er valgt inn i eldrerådet i Asker og Laurentse Foss er valgt inn i eldrerådet Lillestrøm. Det er viktig for våre aldersgrupper at vi deltar med innspill i de politiske prosessene i kommunene.

### Pensjonistforbundet

Postens Pensjonistforbund er kollektivt innmeldt i Pensjonistforbundet. Inger-Marie Stokker er vår representant i sentralstyret for Pensjonistforbundet.

### Postens Pensjonistforbund

Fire av våre medlemmer i Oslo har verv i Landsstyret for Postens Pensjonistforbund. Inger-Marie Stokker er økonomiansvarlig, Else Myhre er sekretær, Ingvar Kjøren er styremedlem og Laurentse Foss er revisor.

### Den gyldne spaserstokk.

Stadig flere av våre medlemmer deltar aktivt i «Den gyldne spaserstokk». For 2023 delte vi ut utmerkelser til over 30 deltakere: 5 medlemmer får selve spaserstokken, 2 bronsemerke, 7 sølvmerke, 16 gullmerker. Et medlem får 10-årsmerke og 2 medlemmer har deltatt i 13 år og får et eget emaljert årsmerke. Stokker og merker for 2023 ble utlevert på medlemsmøtet i januar 2024.

### Avslutning

Styret i Postpensjonistforeningen i Oslo takker med dette medlemmene for den store deltakelsen i våre aktiviteter, det gir oss en god bekreftelse på at vi møter forventningene fra dere som medlemmer. Styret takker også alle tillitsvalgte som har bidratt gjennom året, tur- og arrangementskomitéen, revisorer, valgkomitéen og våre aktive medlemmer som gjør en viktig jobb for Postens Pensjonistforening.

Styret benytter også anledningen til å takke Posten Bring AS og Postens Pensjonistforening for god støtte i året som har gått.

Rutt Siri Kregnes

(Sign)

Jan Helge Rognaldsen

(Sign)

Aud Irene Dalen Nielsen

(Sign)

Arne Tømmerås

(Sign)

Odd-Jostein Hyttebakk

(Sign)

Kirsti Stalheim

(Sign)