

telepensjonisten

Medlemsblad for Telepensjonistenes Landsforbund

Nr. 2/26 - 53. årgang



Godtfred har skrevet bok



Terje vil få sving på felles opplevelser



Kjetil forklarer pensjoner og fripoliser



Lederen har ordet

Kjære medlemmer,

Sommeren står for døren, og første halvår av 2026 går mot slutten. Rundt omkring i landet samles lokalforeningene våre til sommeravslutninger med kaffe, gode historier, latter og kanskje et kakestykke eller to mer enn legen anbefaler. Det er slike møter som minner oss om hvor viktig fellesskapet er – spesielt i en tid hvor verden rundt oss ofte virker både urolig og vanskelig å forstå.

Nyhetsbildet preges fortsatt av konflikter og uro. Krigen i Ukraina fortsetter å berøre oss alle, og spenningene i Midtøsten, ikke minst rundt Iran, skaper bekymring langt utover regionens grenser. Mange kjenner nok på at det kan bli litt mye alvor i løpet av en dag – særlig når Dagsrevyen nesten konkurrerer med værmeldingen om å være mest dramatisk.

Da er det kanskje ekstra viktig å huske verdien av de små tingene: en prat over kaffebordet, en sommerutflukt, et medlemsmøte eller et hyggelig gjensyn med gamle kolleger. Vi pensjonister har tross alt opplevd både kald krig, fastte-

lefoner med dreieskive og internett som pep og knitret før det virket. Det gir litt perspektiv – og kanskje også litt tålmodighet.

Samtidig er det saker nærmere hjemme som opptar oss sterkt. Årets trygdeoppgjør har igjen skapt engasjement. Mange opplever at pensjonene ikke holder tritt med prisveksten, og særlig matvareprisene bekymrer. Når enkelte varer nesten ser ut til å ha fått "rakettmotor" i prisutviklingen, er det lov å stille spørsmål ved hvordan konkurransen i dagligvarebransjen egentlig fungerer.

Telepensionistenes Landsforbund følger utviklingen nøye og samarbeider med andre pensjonistorganisasjoner for å påvirke beslutningstakerne. Vi skal fortsette å heve stemmen for en pensjonspolitik som gir trygghet og forutsigbarhet for alle eldre.

Til høsten starter forberedelsene til neste års landsmøte. Det blir en viktig anledning til å stake ut kursen videre for organisasjonen vår. Jeg håper lokallagene vil engasjere seg aktivt med forslag, idéer og

innspill. Vi skal både ta vare på tradisjonene våre og samtidig utvikle organisasjonen videre.

På lederkonferansen nå i april fikk årets verver velfortjent oppmerksomhet – blant annet med en ny iPad. Flere flinke ververe fikk også gavekort, og nå er en ny vervekonkurranse i gang frem til 31. mars 2027.

Målet er enkelt: dersom hvert medlem verver ett nytt medlem, blir vi dobbelt så mange. Det er faktisk bedre vekst enn de fleste aksjefond kan love!

Til slutt vil jeg takke alle som bidrar i lokallagene og skaper aktivitet, trivsel og samhold. Dere er selve ryggraden i organisasjonen vår.

Jeg ønsker dere alle en riktig god sommer – med varme dager, gode samtaler, litt latter og forhåpentligvis færre telefoner fra useriøse strømselgere.

Med vennlig hilsen
Tore Haugland
Forbundsleder



INNHOOLD

Lederen har ordet	s. 2	Deilige vårdager ved Gardasjøen	s. 11
Nytt fra forbundsstyret	s. 3	Sommertur til Andøya	s. 12
Lederkonferanse	s. 4	Trivsel i Østfold	s. 12
Magnar vervet flest	s. 5	Besøk hos Nkom	s. 12
Møte i AID	s. 6	Så seile vi på Mjøsa...	s. 13
Pensjoner og fripoliser	s. 7	Basar trekker folk	s. 13
Utsetter vedtak	s. 8	Tilbakeblikk	s. 14
Hold fast i skrujernet	s. 10	Besøk av en fruktbonde	s. 15
Bildet	s. 11	Småstoff	s. 16

Neste nummer av bladet kommer ut 10. september. Tips og stoff sendes på e-post til gunhi-s@online.no innen **19. august**.

Forsidebilde: Vakre parken Flor og Fjære i Ryfylke. Foto: Gunhild G. Skoglund.

Redaktøren forbeholder seg retten til redigering og nedkorting av innlegg.

Utgitt av Telepensionistenes Landsforbund. Redaktør: Gunhild G. Skoglund. Ansvarlig redaktør: Tore Haugland.

Nytt fra forbundsstyret



Statsbudsjettet 2027

Heidi Kvernevik deltok i møte 27. april der Pensjonistforbundet og SAKO møtte regjeringen angående neste års statsbudsjett.

Nærmere omtale annet sted i bladet.

Trygdeoppgjøret er klart: Økt kjøpekraft for pensjonister og trygdede

Vi viser til pressemelding 20. mai og sier oss fornøyd med årets trygdeoppgjør.

Fra 1. mai øker regjeringen grunnbeløpet i folketrygden (G) med 4,91 prosent til 136 549 kroner og alderspensjoner under utbetaling med 4,69 prosent. Med en forventet prisvekst på 3,5 prosent gir det både pensjonister og trygdede økt kjøpekraft i 2026.

Det er fastsatt i lov og forskrift hvordan grunnbeløpet og pensjoner skal reguleres. Stortinget vedtok nye regler for regulering av alderspensjon under utbetaling i 2022, og trygdeoppgjøret er gjennomført i tråd med Stortingets vedtak.

Grunnbeløpet i folketrygden øker fra 130 160 kroner til 136 549 kroner fra 1. mai 2026. Dette er en økning på 6 389 kroner, som svarer til 4,91 prosent. Alderspensjon under utbetaling får en økning på 4,69 prosent fra 1. mai.

NEXT Landsmøte

Som kjent holdes Telepensjonistenes landsmøte annet hvert år og alternerer med en lederkonferanse.

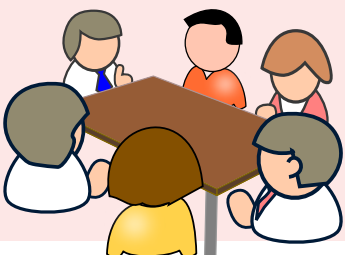
Landsmøte 2027 er berammet til 21. – 22. april på Quality Airport Hotel Gardermoen.

PF utsatte landsmøtet

Årets landsmøte i Pensjonistforbundet skulle holdes i juni, men ble utsatt på grunn av streiken blant renholderne på Thon Hotel Arena Lillestrøm hvor møtet skal foregå.

Nytt tidspunkt er satt til 15. – 18. august. På landsmøtet deltar landsstyret og valgte delegater fra fylkesforeninger og kollektivt tilsluttede organisasjoner.

Fra vårt forbund deltar Heidi Kvernevik som gjest fordi vi er med i SAKO, og dermed gis mulighet til å overvære landsmøtet. Tore Haugland deltar som delegat fra Pensjonistforbundet i Hordaland.

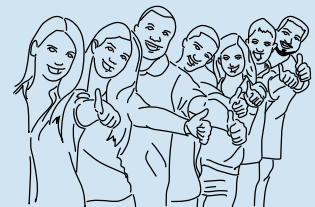


Gamle kataloger

Vi vet at noen foreninger har brukt gamle Interne telefonkataloger for å finne tidligere kollegaer som de kan kontakte og tilby medlemskap. Slike kataloger hadde forskjellige farger og ble gjerne kalt for eksempel grønnboka, gulboka osv.

Dersom du har en slik bok eller et hefte fra tidligere tider, så ta kontakt med lokalt styre.

Vi minner også om at ektefeller og samboere kan melde seg inn, selv om de ikke har vært ansatt i «verket». Det samme gjelder for de som jobber i datterbedrifter og utskilte bedrifter.



Vi trenger flere medlemmer

Ny vervekonkurranse startet 1. april i år og varer til 31. mars neste år. Som vanlig blir det premiering under neste års landsmøte.

Foreløpig har vi registrert seks vervede medlemmer. Styret har stort fokus på verving av nye telepensjonister og oppfordrer økt fokus også i lokalforeningene fremover.

Stå på – hvis hvert medlem verver én ny telepensjonist hver, så blir vi dobbelt så mange!

Vi minner om å

- ☛ melde fra hvis du får ny adresse
- ☛ melde fra hvis du ikke vil ha Telepensjonisten i posten
- ☛ verve nye medlemmer
- ☛ delta på vår facebook-gruppe
- ☛ sende tips og innlegg til redaktøren
- ☛ nyte sommeren





Alle foto: Gunhild G. Skoglund

Lederkonferanse med engasjement, gode diskusjoner og nyttige innspill

Årets ledersamling ble holdt på Quality Airport Hotel Gardermoen nest siste uke i april. De fleste lokalforeninger var representert, og samlingen var nyttig både faglig og sosialt. Det faglige er nødvendig for å drive foreningene på en god måte, kommunikasjonen mellom forbundsstyret og lokal ledelse styrkes ved en fysisk samling, og nye bekjentskaper foreningene mellom gir grobunn for økt samarbeid og erfaringsutveksling. Vi ba forbundslederen om en oppsummering av konferansen.



Leder av Pensjonistforbundet Jan Davidsen holdt et interessant foredrag om pensjonistenes levekår og utfordringer. Han går for øvrig av som leder på PF sitt landsmøte i august.

Årets lederkonferanse samlet engasjerte deltakere fra våre lokalforeninger til to innholdsrike dager med både faglig påfyll, erfaringsutveksling og gode samtaler. Det er alltid inspirerende å møte tillitsvalgte som legger ned et stort arbeid for fellesskapet vårt, og årets konferanse viste igjen hvor mye kompetanse og engasjement som finnes i organisasjonen. Vi hadde gleden av å få besøk av lederen i Pensjonistforbundet, som holdt et både interessant og tankevekkende innlegg om arbeidet Pensjonistforbundet gjør, og om betydningen av eldre som ressurs i samfunnet.

Han uttrykte det på en måte som traff mange av oss:

«Når politikere snakker om å drive eldrepolitikk, er det oss de snakker om – derfor må vi engasjere oss.»

Det er et viktig budskap. Eldrepolitikk handler ikke om «de andre», men om våre egne liv, vår hverdag og våre rettigheter. Derfor er det avgjørende at pensjonister deltar i samfunnsdebatten og bruker stemmen sin.

Hovedtemaet for konferansen var arbeidsverktøyet vårt, Styreweb. Via Teams (nettmøte, red. anm.) fikk vi en grundig gjennomgang av systemet fra en representant fra selskapet. Dette danner også grunnlaget for gruppeoppgavene som deltakerne arbeidet med under konferansen. Her kom det frem mange gode innspill, erfaringer og forslag til forbedringer. Resultatene fra gruppearbeidene tar forbundsstyret med seg videre i oppfølgingsarbeidet.

Vervearbeidet fikk også stor oppmerksomhet under konferansen. Medlemsvekst er viktig for organisasjonen vår, og det er gledelig å se at mange lokalforeninger arbeider aktivt og målrettet med verving. Årets verver fikk velfortjent heder og oppmerksomhet. Denne gangen gikk utmerkelsen til Magnar Svenningsen fra Arendal, som imponerte med hele ni nye medlemmer. Det står det stor respekt av.

Oppsummeringene og evalueringene etter konferansen tyder på at deltakerne var godt fornøyde med både innhold, organisering og de gode diskusjonene underveis. Nå vil styret arbeide videre med de innspillene og tilbakemeldingene som kom frem, slik at konferansen også skal gi konkrete resultater i det videre arbeidet vårt.

Takk til alle som deltok og bidro til å gjøre konferansen både nyttig, hyggelig og inspirerende.

Tore Haugland – Styreleder



Gruppearbeid om kompetanse, bruk og utfordringer med dataverktøyet Styreweb. Alle foto: Harriet Karlsen

Magnar vervet flest

Han liker i skryt, men måtte finne seg i mange gratulasjoner, applaus og fotografering på lederkonferansen samt en liten positiv omtale i bladet vårt. Magnar Svenningsen, leder i Arendal lokalforening, vant nemlig vervekonkurransen som ble avsluttet 31. mars i år.

Gunhild Granum Skoglund

Vi tok en telefon til Magnar for å høre hvordan han klarte å verve ni nye telepensjonister.

- Egentlig vervet jeg 12 personer, men tre av dem ble ikke registrert som vervet av meg, forteller Magnar.

- Desto bedre, og ni holdt jo akkurat til både hovedpremien og tittel superverver. Hvordan gikk du fram?

- Jeg ringte til alle jeg jobbet sammen med, også de som hadde gått over til andre bedrifter. Noen kjente noen som jeg også ringte til. De fleste sa ja til å bli medlem.

Magnar startet i Transmisjonen i Arendal i 1962 og jobbet der helt til 1997.

Magnar Svenningsen flankert av Jan Riddervold (til v.) og Bernt Harald Kilnes.

I årenes løp ble det mange kolleger.

- Men potensialet blir dessverre mindre og mindre, sukker han.

- Hvilke argumenter fristet du med da?

- Jeg fristet vel ikke akkurat, men fortalte om telehyttene og hyggelige medlemsmøter med interessante foredrag hver måned, bortsett fra juni, juli og desember. Hvert år besøker vi en bedrift og en forestilling i kulturhuset Kilden i Kristiansand. Og vi har et godt medlemsblad.

Det er tydelig at det hjalp med flere medlemmer.

- Tidligere var vi åtte til ti personer på medlemsmøtene. Selv om det ikke passer for alle, så kom 23 personer på siste medlemsmøte, sier han fornøyd.

Vi gratulerer nok en gang!

Det ble til sammen vervet 82 personer. Jan Riddervold og Bernt Harald Kilnes i forbundsstyret har et eget ansvar for verving og oppfordrer samtlige medlemmer til å stå på i neste konkurranse. Den er allerede i gang og varer fram til landsmøtet i april neste år.



Gavekort til de som har vervet flere enn to nye telepensjonister.

Fra v: Einar Nymoer tok imot på vegne av Dagrund Gull og Helge Kåre Moen (begge Oslo), Jan Riddervold (bak), Helge Nilssen (Harstad og omegn), superverver Magnar Svenningsen (Arendal), Oddbjørn Nilssen som også tok imot på vegne av Greta Krane og Kjell Arne Skogdal (alle Tromsø), Ivar Hjelmen tok imot på vegne av Torill Eide (Gudbrandsdal) og Bernt Harald Kilnes (bak).

Møte i AID



Heidi Kvernevik representerte Telepensjonistenes Landsforbund.

Møtet i Arbeids- og inkluderingsdepartementet (AID) ble holdt den 27. april, og tema i møtet var å diskutere saker som har betydning for pensjonister i statsbudsjettet 2027. Hovedtema denne gangen var Eldre i Arbeidslivet.

Heidi Kvernevik, forbundskasserer

Fakta er at vi lever lenger og er friskere enn tidligere.

Cirka 70 % av de mellom 60 og 65 år er yrkesaktive, og de fleste oppgir at de har god helse. De besitter en kompetanse som de opparbeidet seg gjennom mange år, og som bedriftene går glipp av når de slutter.

Eldre er svært utsatte når det skjer omorganiseringer, og det er vanskelig å komme tilbake i nytt arbeid. Dette er et stort dilemma - samtidig som næringslivet mangler arbeidskraft. Om ett årskull står seks måneder lenger i arbeidslivet, så utgjør det 30.000 årsverk.

Gjennomsnittlig avgangsalder er 66,4 år, og aldersgrensen er 72 år. Arbeid er helsefremmende. Det er viktig å utsette tidspunktet for uttak av pensjon.

I runden med innspill fra Pensjonistforbundet, YS, Senior Norge, Forsvarets pensjonistforbund, Akademikerne og Unio, var det ingen motforestillinger mot tiltak som gjør at en kan stå lenger i arbeidslivet. Men det ble pekt på problemområder som jobber motsatt vei – det vil si at det lønner seg å ta ut tidligpensjon.

- Samordningsregelen, for de som er født før 1963, i offentlig sektor gjør at det lønner seg å gå av tidlig. For hvert år en fortsetter vil pensjonen krympe.
- Det gis ikke sykepenger etter at en er fylt 70 år. Flere pekte på at denne regelen må endres til minst 75 år.
- I offentlig sektor er timelønnen for pensjonister 269 kroner, og det gir ikke mye motivasjon for å jobbe lenge.

Fra de tillitsvalgte kom det følgende forslag:

- Bortfall av arbeidsgiveravgift for eldre arbeidstakere.
- Lik rett til sykepenger og dagpenger som andre arbeidstakere.
- Bistand til eldre ved omstillingsprosesser.
- Ikke lag en reform for bare de med god helse.
- Gjøre det enklere og mer lønnsomt å kombinere arbeid og pensjon.

- Seniorpolitisk tiltak som ekstra ferieuke, seniordager, redusert arbeidsplikt og tilrettelegging er viktige for at mange står lenger i arbeid, sa leder i Pensjonistforbundet Jan Davidsen blant annet til arbeids- og inkluderingsminister Kjersti Stenseng.

Foto: pensjonistforbundet.no



Daglig leder i Telenor
Pensjonskasse Kjetil Korshavn
Foto: Stian Kristoffer Sande



Pensjon og fripoliser

TPK forklarer

Trygdeoppgjøret er klart, og vi er spente på hva som rører seg i så måte i Telenor Pensjonskasse (TPK). Regulering av pensjon og fripoliser er vanskelig å forstå, vi sendte derfor en e-post med et par spørsmål til pensjonskassen.

Vi fikk et hyggelig svar fra daglig leder Kjetil Korshavn. Han er enig i at dette ikke er enkelt for de som ikke jobber med det til daglig, og svarene er gitt så forståelig som mulig.

Gunhild Granum Skoglund

- På nettsiden til TPK ser vi at styret har besluttet å disponere deler av årsresultatet tilsvarende en pensjonsregulering på 3,07 %. Kan du forklare kort om bakgrunnen for vedtatt regulering.

- Regulering av pensjoner i Telenor Pensjonskasse (TPK) besluttes i forbindelse med styrets behandling av pensjonskassens årsoppgjør.

TPKs styre fastsatte enstemmig et prinsipp for pensjonsregulering i desember 2019, hvor både nåværende og morgendagens pensjonister hensyntas, og hvor hovedfokus er å sikre at pensjonistenes kjøpekraft opprettholdes på sikt.

Styret justerte prinsippet noe i 2021 for å gjøre nødvendige beslutninger om pensjonsreguleringen mer robust for markedssvingninger.

Gjeldende prinsipp for pensjonsregulering, vedtatt enstemmig 25. mars 2021, er følgende:

Pensjonsregulering skal kun gjennomføres når hvert av disse kriteriene er oppfylt:

1. Dersom SKD¹ > 100 % etter regulering og etter aksjefall på 35 %

samt rentefall på 0,75 %-poeng, kan det reguleres 0,75 x KPI.

2. Det foreligger et regnskapsmessig overskudd tilstrekkelig stort til å gjennomføre reguleringen.
3. Det er foretatt en samlet vurdering med særlig fokus på forventet utvikling i pensjonskassens finansielle situasjon.

Styret har til intensjon å gradvis øke reguleringen til 1,0 x KPI, etter hvert som det oppnås erfaring med kriterium 1.

Ved behandling av årsregnskapet for 2025 vurderte TPKs styre pensjonskassens soliditet som god. Kriteriene 1 – 3 ovenfor var innfridd, og Styret besluttet å regulere pensjonene i Telenor Pensjonskasse tilsvarende full KPI² for 2025, dvs. 3,07 %.

- Hvem har fripoliser, gi gjerne litt info angående regulering av disse. De reguleres jo individuelt, men hva legges til grunn her.

- Alle som har vært medlem av TPK har opptjent pensjonsrettigheter som ansatte i Telenor-konsernet. Disse rettighetene skal bevares, selv om de ikke lenger er aktive medlemmer eller arbeidstakere tilknyttet ordningen. På tidspunktet de meldes ut av ordningen utstedes en fripolise.

Det har også blitt utstedt fripoliser ved endringer i ordningens vilkår.

Alle rettighetshavere i en pensjonskasse har en garantert rente (betegnes også «rentegaranti»).

Den garanterte renten på en fripolise er den minste årlige avkastningen pensjonsleverandøren (her TPK) har lovet at oppsparte midler minst skal få over tid for å sikre den opptjente ytelsen.

Det er pensjonskassen som fastsetter

den garanterte renten, i samråd med myndighetene. Renten ble beregnet ut fra det gjeldende rentenivået og forsikringstekniske grunnlag da opptjeningen fant sted.

Fordi rentenivået har endret seg historisk, har rentegarantien også endret seg.

For personer som har opptjent sine pensjonsrettigheter på ulike tidspunkt innebærer det at de vil kunne ha ulike rentegarantier på sine fripoliser, dvs. rentegarantien varierer fra fripolise til fripolise, avhengig av når opptjeningen fant sted. Gjennomsnittlig garantert rente på fripolisene i TPK var 2.7 % pr. 31. desember 2025.

Innenfor rammene i forsikringsvirksomhetsloven og foretakspensjonsloven fastsetter styret i pensjonskassen størrelsen på gjennomsnittlig (ref. ulike garanterte renter på hver fripolise) regulering av fripoliser.

For at det skal reguleres, må resultatet på fripolisens midler overgå den garanterte renten. Fordi den garanterte renten er ulik på fripolisene, vil reguleringen av fripolisene også bli ulik.

Styrets vurderinger for fastsetting av nivå på gjennomsnittlig regulering er tilsvarende som nevnt under spørsmål 1.

Henvisninger i teksten:

¹ Solvenskapitaldekning (SKD) viser hvor godt en pensjonskasse er rustet til å tåle tap. En høy SKD betyr at virksomheten har en solid økonomisk buffer og dermed større evne til å møte sine forpliktelser selv i krevende markedsforhold.

² Ved beregning av KPI benyttes årsvekst KPI. Årsvekst KPI 2025 var på 3,07 %.

Terje Israelsen er telepensjonist og har god tro på at bedre samarbeid gir flere gode aktiviteter der flere kan delta. For eksempel turer med butikkbesøk er populært for noen.



Utsetter vedtak, men: – Samarbeidet for å få med flere medlemmer fortsetter

Flere pensjonister ventes å bli lokket opp av godstolen med nye tilbud om aktivitet, på tross av utsatt vedtak på landsmøte.

Tekst og foto: Bjørn Lønnum Andreassen/www.frilans-andreassen.no

Pensjonistforbundet skulle behandle spørsmålet om hvordan flere forbund skal samarbeide for å få med flere pensjonister på aktiviteter. Landsmøtet skulle være i juni, men er utsatt flere måneder (15.-18.aug. red. anm.).

Vedtaket ventes å formalisere med felles aktivitet gjennom det såkalte SAKO-samarbeidet, der felles reiser og møtesteder blir mer vanlig for flere deltagere. SAKO er en samarbeidskomité som består av mange pensjonistforbund fra offentlig sektor.

Planen klar

Telepensjonistene i Midt-Norge har vært med og fått lage en mal som kan brukes av alle foreningene med pensjonister i Norge. Det forklarer styremedlem Terje Israelsen.

– Vi kan ikke styre at hotellstreiken i vår har ført til at landsmøtet til Pensjonistforbundet må utsettes. Utsettingen på noen måneder kan ikke ha så mye å si, og jeg tror koordinering og samarbeid mellom foreningene forsetter, for vi er alt i gang, sier han til Telepensjonisten.

Det er nettopp Telepensjonistene,

Jernbanepensjonistene, Politiets pensjonistforbund, Statens vegvesens forbund og Posten som skal være med i samarbeidet der også Pensjonistforbundets foreninger ønskes involvert.

– Vi har hatt møter nylig med representanter fra sentralt hold i Pensjonistforbundet. Det var forsatt greit å høre forskjellige synspunkter samtidig som de aller fleste er fornøyde med ideen, sier han og forklarer:

– Et eksempel er at det flere steder i landet blir for få deltagere på turer. Her i Midt-Norge skal vi ha tur til Mausund i

øyrekka utenfor Frøya. Vi skal se musikkteateret «Oda fra havet», og vi har fått 32 påmeldte. Ikke alle er telepensjonister. Vi skal natte over på Hotell Frøya, noe vi tror blir både genialt og enkelt samtidig, forteller han spent og ser framover.

Vil rekruttere

Flere forklaringer brukes når lag og foreninger prøver å forstå årsaken til at færre blir medlem og deltar aktivt.

– Jeg håper vi får mer sving på aktiviteter for flere, og at kommunikasjonen mellom flere i samarbeidet går godt. Vi skal huske på at ikke alle takler all digital kommunikasjon like godt, sier Israelsen.

Han mener pensjonister må få nok interessante tilbud så mange nok blir med på tur og ting sammen.

– Faktisk er yngre pensjonister en gruppe vi må satse på å få med flere av. Selv liker jeg båtturer og kortere dags-turer med og uten butikkbesøk. Ellers ser vi at pensjonister i distriktene ikke har så mange tilbud. Vi burde derfor legge møter ute i distriktene for å få med flere, konstaterer han og er håpefull om SAKO-samarbeidet.

For høye egenandeler

Det er Postens pensjonistforbund (PPF) i

Midt-Norge som har initiert samarbeidet mellom de regionale statlige foreningene av pensjonister i Midt-Norge.

Per Lillemark på Steinkjer har hatt lang fartstid i Posten. Etter senere år med pendling i lederjobber i Posten sentralt og hos Avinor, er pensjonist Lillemark hjemme, og aktiv i PPF.

– Vi “rusler og går” og jobber med vårt rundt samarbeidet, selv om Pensjonistforbundet behandler samarbeidet på utsatt landsmøte i august. Vi diskuterer blant annet hvordan vi kan hjelpe de som ønsker bistand til å starte opp mer aktivitet, blant annet i Finnmark, forklarer Lillemark.

Samarbeidspartene tror lettere tilgjengelig informasjon om aktiviteter og turer gjør at flere blir med. Da reduseres også egenandelen. Pensjonister bør lett kunne melde seg på hverandres planlagte tilbud uavhengig av hvilke pensjonistforeninger de er medlemmer i, sier Lillemark.

Håpet er å utarbeide felles kalender med tilbud i Midt-Norge.

Bedre for flere

Foreninger har utfordringer med å skaffe nok tillitsvalgte, heter det fra Lillemark og flere.

– Bedre samarbeid vil gjøre det

enklere å bli aktiv. Vi ser også behov for å forebygge A- og B-medlemskap. For tilbudene er gode i mer sentrale strøk. I distriktene er utfordringene større med aktivitet og å skaffe tillitsvalgte, formidler han.

Avstander kan oppleves som store. I Midt-Norge finnes omtrent 72 foreninger i Pensjonistforbundet. I tillegg kommer regionale foreninger av statlige pensjonister.

– Nytt er altså at vi skal forsøke å få de med i aktiviteter lokalt. For statspensjonistene har ikke hatt lokale aktiviteter til nå. Arbeidsgruppa har derfor kartlagt hvor de statlige bor, for å se om de kan kobles på Pensjonistforbundets tilbud lokalt. Til sammen er det cirka 11 500 medlemmer i Midt-Norge, oppgir Lillemark.

De to mener øvrige fordeler med mer samarbeid vil bedre arbeid i elderråd og samordning av krav til kommunale tjenester. Ellers er skatte- og avgiftspolitikken lettere å påvirke med bedre samarbeid, mener de to.

Tallet på alderspensjonister har økt med 40 prosent på ti år. Om fem år ventes antallet eldre å passere antall yngre (0-19 år) i Norge, ifølge offentlige tall.



Per Lillemark, her fotografert ved sentrums eneste postkasse. Den henger der Samvirkelaget fra 50-tallet ruvet mellom de stolte småproducentenes Grønnsakstorget, og samfunnshuset i Steinkjer.

Hold fast i skrujernet

Godtfred Myklebust (68) fra Aksdal har brukt pensjonisttilværelsen til noe uventet: å skrive bok. Resultatet er «Muntre historier fra telebransjen» – en samling varme og humoristiske fortellinger fra innsiden av en bransje de fleste kjenner, men få har hørt snakke for seg selv.



Foto:
Forlagshuset Vest

Det hele begynte som terapi.

- Da jeg ble pensjonist og gården solgt, falt to store vegger i livet ned. Jeg startet skrivingen nærmest som en terapiøvelse, forteller Myklebust. – Og etter hvert som historiene ble skrevet, ble dette noe som kunne bli til en bok.

Gården han snakker om, er slektsgården i Skjoldastraumen i Tysvær, der han vokste opp og bodde med familien i hele yrkeskarrieren. Han var ung da oljeeventyret grep Rogaland, men valgte en annen vei enn mange av naboene – han søkte jobb i Televerket, og ble i bransjen i 45 år.

Fra KEL-kurs til fjelltopp med helikopter

Historiene i boka spenner vidt. Vi møter Myklebust som nybegynner med rådet «Hold fast i skrujernet» friskt i minne, og følger ham gjennom tiår med snøscooterhavari, nattlige utrykninger langs Sørfjorden og helikopterturer til værharde fjelltopper. Innimellom den tekniske hverdagen dukker de menneskelige møtene opp – gretne grunneiere, takknemlige kunder og kollegaer man husker resten av livet.

– Dette er ikke en bok om «teknikk», understreker forfatteren selv. – Det er mer en samling mellommenneskelige historier som forhåpentlig fremkaller smilet og god stemning hos leseren.

Og humoren er gjennomgående. Myklebust skriver med selvironi og et godt øye for det absurde – det komiske potensialet i situasjoner som ikke gikk som planlagt, kommunikasjon som sporet av og teknologi som satte seg på bakbeina i verst tenkelige øyeblikk.

Men boka er ikke bare munter. Innimellom lattermildhetene dukker livets alvor opp, slik det gjør i alle liv som leves fullt ut. Om foreldre som går bort, om havet som tar, og – i en av de mer uventede passasjene – om en liten hund som logret tre ganger da hun møtte evigheten. Det er disse øyeblikkene som løfter tekstsamlingen fra en anekdotesamling til noe mer.

– Noen unntak finnes, sier Myklebust stille. – Og når siste historie leses, er det ikke utenkelig at leseren sitter igjen med tårer i øynene.

En bransje det er skrevet forbausende lite om

Telebransjen har vært en av de store i norsk arbeidsliv i over hundre år – fra de tidlige telegrafstasjonene til Televerkets storhetstid og frem til dagens fragmenterte telekommarked. Likevel er det skrevet overraskende lite om hverdagen inni denne bransjen, sett fra dem som faktisk var der.

Det vil Myklebust gjøre noe med. Selv om utgangspunktet

er telekommunikasjon, er historiene universelle nok til å treffe langt bredere. Alle er selvopplevde, skrevet ned slik de huskes – med det han selv kaller «snill penn».

– Historiene er såpass universelle at jeg håper og tror at også andre vil ha utbytte av boken, sier han.

Flere historier på lur

Myklebust bor i dag i Aksdal sammen med kona Solveig. De har fire voksne barn. Debuten kom seint i livet, men interessen for skriving er ikke slukket med første bok.

– Jeg synes det er morsomt å skrive og har materiale å jobbe videre med, sier han. – Hvorvidt dette vil resultere i enda en bok, får tiden vise.

Foreløpig kan leserne glede seg over denne første tekstsamlingen – en lun og hjertevarm beretning fra en mann som har sett det meste, husket det godt og endelig fått tid til å skrive det ned.

«Muntre historier fra telebransjen» av Godtfred Myklebust er utgitt på Publica.

Intervjuet er gitt av Forlagshuset Vest.



Godtfred Myklebust, telepensjonist i Haugesund, fikk endelig tid til å dele noen av sine mange muntre historier med andre.

Foto: Privat

Lillehammer, juni 2024

<< bildet

Tekst og foto: Ola Heensåsen
Lillehammer og Gjøvik lokalforening

Stigen går gjennom eit gammalt hogstfelt. Ein meterhøg stubbe står tett inntil stigen. Brått legg eg merke til noko eg aldri har sett før. Seks spisse «piler» møtest midt i stubben.

Stubben er kutta rett ovanfor ein greinkrans. Gjennom åra har innmaten i stubben rotna vekk, men den harde kvistveden står att. For det er nettopp det desse «pilene» er, kvistar.

På nettet finn eg følgjande: *Når trærne danner toppskudd, utvikles det samtidig sideskudd som etter hvert blir til kvister. Hvert år dannes en årring i stammen med tilsvarende diameterøkning. Kvistene fortsetter å vokse utenom stammen, men en del av kvisten blir etter hvert liggende inne i stammen i forbindelse med overvoksingen. Kvistveden inne i stammen er ulik stammeveden, både i utseende og egenskaper.*

Ha augo med deg når du er ute i naturen. Det er alltid noko å oppleve og undrast over.



Deilige vårdager ved Gardasjøen

Kirken Madonna Della Corona ble bygget på en klippe i fjellet.



I slutten av april tok 28 telepensjonister i Bergen & Hordaland turen til den italienske byen Garda. Hotel Continental var et koselig lite hotell med små altaner og svømmebasseng der de bodde under hele oppholdet.

Jorunn Kristin Bø Scheie har skrevet et interessant reisebrev.

Vi startet med besøk i Verona hvor vi fikk se Santuario della Madonna di Lourdes, kirke og tidligere festning på høyden over byen, deretter ble det byvandring.

Arene de Verona er eldre enn Colosseum i Roma og tok 30.000 tilskuere. Den mest kjente familien som bygde opp og styrte Verona, særlig på 1300-tallet, er Della Scala-familien, også kjent som Scaligeri.

På markedet i Garda kunne man handle klær, sko, stentøy, oster, skinker, pølser etc. Til tross for innlagt fridag arrangerte guiden vår en busstur opp i fjellet til byen Spiazzi. Gåturen ned til kirken og fram til platået var helt magisk.

En annen dag ble båtturen til den koselige byen Sirmione en fantastisk morgentur i sol og ok temperatur.

Opp gatene gikk vi forbi villaen til operasangerinnen Maria Callas (1923-1977). Dette er nå et Luxus Hotell til stive priser. Det romerske palasset Grotte di Catullo må ha vært et enormt stort byggverk. 4000 kvm. Solid bygget siden så pass mye er bevart.

Besøket i Venezia ble en fantastisk opplevelse. Vi gikk opp og ned trappene

over broene, gjennom smale passasjer og inn på store plasser. Mange historiske bygninger, kirker, og skoler. De rike hadde enorme palasser mens andre hadde beskjedne boliger.

Venezia består av 118 øyer og 400 broer. Byen har sunket 20 cm opp gjennom årene, men nå har de funnet et system for å begrense eventuelt ekstremt høyvann.

Turen endte opp på Marcus Plassen med de enorme bygningene, tårnet, Marcus kirken og Dodge palasset.

Vi var utrolig heldige med temperaturen og været disse dagene. Hotellet var rent, rommene ble rengjort hver dag. Frokost og middag var meget bra.

Stor takk til Dag Aasebø Travel og reiseleder Gyrid for et fint tilpasset opplegg der alle kunne delta etter evne.

Reisebrevet er forkortet og redigert. Les det i sin helhet på foreningens hjemmeside.



Sirmione hvor Maria Callas bodde.



Vinsmaking hører med i Italia.



To som er klare for marked.

Foto: Inger Lund



Fornøyde deltakere, Gunn Jacobsen og Atle Andersen.



Inger Karin Olsen og
Roar Haugen koser seg

Sommertur til Andøya

Den siste onsdagen i mai ble en fin dag for Harstad og omegn Telepensjonistforening forteller sekretær Harriet Karlsen.

Vi startet med Evensen Bussreiser i Harstad og tok ferga over Gullesfjorden og plukket opp våre medreisende fra Lødingen i Langvassbukta. Det ble en meget vellykket og innholdsrik dag for alle sammen.

Guiden Asle Brinchmann, som er vokst opp på Andøya, delte velvillig av sin enorme lokalkunnskap om øya og egenopplevde hendelser fra sin oppvekst.

Vårt første stopp var såpefabrikken «Alveland» på Dverberg. Der fikk vi servert kaffe og kanelboller, samt mulighet for å kjøpe mye godlukt. Andre stopp ble på Kvalnesberget der tidenes største landbaserte oppdrettsanlegg innen akvakultur bygges.

Videre dro vi til Andøya Space Senter, Norges eneste operative romsenter. Her fikk vi nydelig lunsj og omvisning. Andøya Space Senter er etablert her på grunn av gunstig beliggenhet og infrastruktur; åpent hav, høye fjell og mye nordlysaktivitet. Noe som passer NASA og romforskningen perfekt. Vi fikk lære om nordlysforskning, Andøya Spaces historie – og fikk en virtuell reise til Mars!

Vi kjørte nydelige turistveien på yttersida av øya, fikk servert en god fiskemiddag på Andøy Friluftssenter i Buksnesfjord før vi returnerte tilbake til Harstad. Takk til Asle som var en perfekt guide, og hans levende minner fra diverse sykkel-turer på øya mante fram Wildenveys dikt "Sykkelstyre og kjærlighet", servert under middagen.

En rundtur på Andøya er absolutt verd å anbefale!

Besøk hos Nkom

Telepensjonistene Arendal var på bedriftsbesøk hos NKOM i Lillesand tirsdag 10. mars.

NKOM står for Nasjonal kommunikasjonsmyndighet. De har hovedkontor i Lillesand med cirka 165 ansatte. I tillegg har de regionskontorer på fire andre steder i landet.

Leder for telepensjonistene Magnar Svenningsen forteller om en god mottakelse der det ble servert kaffe og kringle til de 18 interesserte telepensjonistene.

Vi fikk en grundig innføring i NKOMs arbeid for sikkerhet i både fastnettet og mobilnettet. Videre fikk vi se kommandosenteret hvor de samles når det har oppstått kriser i nettet, og til sist fikk vi demonstrert en av bilene som de kan reise rundt med for å kontrollere hendelser vanlige kontroller.



En hyggelig dag ble avsluttet med middag på "Hos oss".



Trommer og treblåsere i musikken.



Del av Borge Blåseensemble der telepensjonist Odd Gunnar Nilsen spiller bass.

Trivsel i Østfold

Telepensjonistene i Østfold hadde skikkelig underholdning på sitt medlemsmøte i slutten av mars. De hadde nemlig invitert Borge Blåseensemble, hvor flere telepensjonister bokstavelig talt blåser i pensjonisttilværelsen.

Styremedlem Arild Bodahl melder om god oppslutning med 40 - 50 deltakere på hvert møte. Styret sørger for fristende bevertning og ulike innslag hver gang.

På dekk uansett vær. Fra v.: Marit Kristiansen, Ruth Brimi Kvarstad (begge Hamar), Kari Aanerud, John og Aina Holen (alle Glåmdal).



Kaffekos i en av de ærverdige salongene ombord.



Så seile vi på Mjøsa ...

Tekst og foto Gunhild Granum Skoglund

Det var tidenes påmelding til den tradisjonelle sommer-samlingen for telepensjonistene i Glåmdal, Hamar og Lillehammer/Gjøvik. I år var det ekstra hyggelig at også Gudbrandsdal tok turen sørover for å bli med.

Vi seilte riktignok ikke - vertskapet i år var Lillehammer/Gjøvik som inviterte til tur med Skibladner. 123 personer steg ombord i den 170 år gamle hjuldamperen.

Vi skulle kose oss over utsikten til de slakke liene med store garder som strekker jordene sine helt ned til mjøs-kanten. Vi skulle sitte på dekk i solskinn denne junidagen, og Mjøsa skulle være himmelblå.

Yr meldte plaskende regn. Det stemte. Alt var grått og vått bortsett fra stemningen. Humøret var på topp, det ble fine gjensyn, mange klemmer, god prat og mye latter.



Per Inge Høiberg er styreleder for Mjøsamlingene og fortalte muntre historier.



Serveringsdama holder balansen opp lederen.



Staselig pyntet bord, god mat og godt drikke.

Basar trekker folk

Å invitere medlemmene til basar er muligens en morsom ide for å spe på inntektene i lokalforeningene. I Bergen var det i hvert fall et vellykket arrangement. Leder Tore Haugland gir her et aldri så lite referat.

Telepensjonistenes lokalforening Bergen og Hordaland har avholdt sesongens siste medlemsmøte, og over 50 medlemmer møtte frem til en hyggelig ettermiddag med basar, musikk og godt samvær.

God stemning med trekkspillmusikk ved Dagfinn Norheim, allsang og opplesning fra både Per Sivle og Arthur Arntzen, fremført av Einar Midtun.

Tradisjonen tro hadde vi basar. Alle hadde med seg premier som vi loddet ut, og mange vant flotte premier under basaren, til stor glede for de heldige vinnerne.



<< tilbakeblikk

Den manuelle telefonen i Norge

Den mest ivrige leser av Telepensjonisten husker muligens omtale både i nr. 1/23 og 3/24 at to telepensjonister i Telemark, Ove Sunde og Terje Norli, var i gang med å lage en video om den manuelle telefonen.

Vi traff Terje Norli på årets lederkonferanse og lurte på om videoen er klar. Terje fortalte at den ligger tilgjengelig for alle på YouTube.

Vi er imponert over jobben de to har gjort for å ivareta historien om den manuelle telefonen. Her får vi historien fra starten, og et gjensyn med linjer og kabler, tekniske sentraler, manuell rikstelefon og mye mer som flere av oss kan kjenne seg igjen i.

Ta med deg kaffekoppen, sett deg i godstolen, søk *Den manuelle telefonen i Norge* på YouTube og nyt et drøyt kvarter med tilbakeblikk til vår felles bakgrunn.



Foto: Telemuseet

På fest "Ut i Ronde"

Historia har eg hatt på trykk før, men ei god historie kan aldri forteljast ofte nok -. Eg hørte den for mange år sidan, trur det må vere i 1962 eller -63. Eigenleg var det eit innskot i ei anna forteljing: Korleis det var å vere på linjearbeid i bitande kulde under Krigen 1940 – 45.

I alle fall: Ein gjeng med telefonarbeidarar frå Kjølisdalen i Nordfjord var "Nord på Møre" på eit eller anna oppdrag. Der budde dei på Fiskarheimen i Fosnavågen.

Ein av karane hadde tuska til seg ei flaske brennevin. Korleis og på kva måte veit eg ikkje. Ein laurdag hadde dei kome trøytt og leie inn att på Fiskarheimen. Etter å ha bytt av seg arbeidskledda og ein "ørande liten dram" var det på tide å få seg middag.

Ved eit bord i matsalen sat to karar og prata om laust og fast. Og ein av dei snakka nordfjording som dei sjølve -. I forbifarten vart det nemnt at "nordfjordingen" skulle vere talar på *Ein fest ut i*



Ronde. Dit måtte ein ha båt, og no sat han og venta på at skysskaren skulle innfinne seg. Så ein av arbeidarane manna seg opp og spurde kva slags fest dette var: Dei kunne godt tenkje seg både fleire drammar og kanskje også ein svingom, om det høvde!

Men dei blei temmeleg brydde då dei skjønna at festen var på Bedehuset. Og talaren var sjølvaste soknepresten i Herøy: Karl Gåsemyr frå Breim.

Epilog

Det vart visstnok fest på karane likevel: Dans og fleire drammar på ei sjøbu. Og i jubileumsskriftet "Runde Bedehus 75 år"

Runde bedhus slik det no er



finn eg under 1940 – 45:

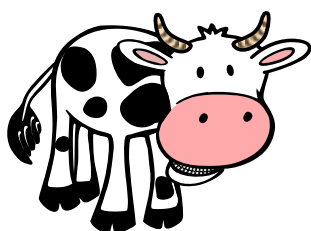
1941: Ungdomsfest 29. desember * 1942: Ungdomsfest * 1944: Ungdomsfest – Og møte i mars ved Gåsemyr.

Sokneprest Karl Gåsemyr lærde eg såvidt å kjenne: Frå Herøy søkte han seg til Tingvoll på Nordmøre. Der vart han verande til han gjekk av med pensjon. Som alle breimingar: Ein svært så sympatisk og kjekk person.

Historia har eg høyrte i fleire variantar, også i Fosnavågen. Og var det far min som var skysskaren?

Harald Jarl Runde
Sogn og Fjordane

Feilens årsak



Det var i den tida da telefonen ennå var et forholdsvis nytt element ute på landsbygda. Som oftest var det abonnentene sjøl som sørget for linjeloggingen, og det var vel ikke alltid at den ble utført forskriftsmessig. Her vart brukt det som var for hånda, som trær, gjerdestolper, hesjstaur o.l., og når den tid kom at disse hadde sett sine beste dager og falt til jorden, ble også som oftest linjetråden liggende. Forbindelsen var da sånn noenlunde likevel.

Men så var det en dag at det kom melding om at en abonnent hadde mistet forbindelsen, og feilretter ble sendt ut. Etter mye leting ble feilen rettet, og da han vendte tilbake, skrev han i rapporten som feilårsak: «Kusjit på linja».

Einar Solem, Steinkjer
Telefolk forteller/Harald Fondevik

Bedriftslegen

På åttitallet var omsorg for arbeidstakerne mer enn fine ord i festtaler, og alle i Televerket ble regelmessig sendt til bedriftslegen for kontroll og oppfølging.



Jeg husker en gang jeg var på vei til en slik rutinekontroll. På legens forkontor ble jeg møtt av en sykepleier som skulle gjøre de innledende undersøkelsene. Selv om hun var en del år eldre enn meg, var dette en usedvanlig vakker kvinne. Hennes hvite bukser var trange og tettsittende, og da hun bøyd seg ned for å ta blodprøve av meg, hadde jeg fritt innsyn i den raust oppknappede blusen. Hun brukte ikke BH og det var åpenbart at her hadde Vårherre hatt en heldig hånd med skaperverket.

Da jeg etterpå ble sendt inn til legen for videre sjekk, var blodtrykket altfor høyt. Legen lot seg ikke affisere av dette. Han lyttet til bryst og rygg, testet hørsel og syn, og talte fingre og tær. Når så blodtrykket igjen ble sjekket, var det helt normalt.

Ifølge legen var det ikke uvanlig at unge, friske menn kom inn med altfor høyt blodtrykk. Det hadde sågar fått en egen benevnelse på «legemunne»: Jeg hadde hatt «kontortrykk».

*Muntre historier fra telebransjen
Godfred Myklebust*



Edgar Fredriksen
Foto: Arnfinn Håkon Henøen

Fristende epler dyrkes på Reina Fruktgård
Foto: Edgar Fredriksen



Besøk av en fruktbonde

Molde telepensjonistforening hadde besøk av Edgar Fredriksen fra Reina Fruktgård på sitt medlemsmøte i mars. Gården ligger på Hjelset, cirka 20 km øst for Molde.

Gården er familieeid, og de startet med å produsere økologisk frukt og bær i 2018.

I dag kan man kjøre opp til gården og kjøpe epler, pærer og forskjellige eple-

moster, alkoholfri shot og sider der.

Vi fikk en god presentasjon av utviklingen på gården fra oppstart og fram til i dag. Og vi fikk også teste ut noen medbrakte smaksprøver, det smakte fortreffelig!

Takk til Edgar Fredriksen som ga oss et flott innblikk i en unik, lokal familiebedrift.

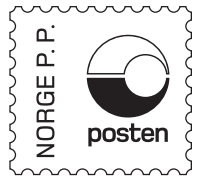
KONTAKT OSS

Personvernerklæringen for Telepensjonistenes Landsforbund finner du på telepensjonistene.no om oss. På telepensjonistene.no finner du også informasjon og aktiviteter under Våre lokalforeninger.

FORBUNDSLEDER	Tore Haugland	Bønnesskogen 169	5154 Bønes	900 22 328	t-haugl@online.no
NESTLEDER	Anne Sørli-Johansen	Slalåmveien 16	0380 Oslo	901 94 231	asoe3@online.no
SEKRETÆR	Harriet Karlsen	Hamneset 200	9404 Harstad	905 43 510	har-okar@online.no
KASSERER	Heidi Kvernevik	Mellombølgen 40	1157 Oslo	909 67 673	heidi@newsteps.no
STYREMEDLEM	Jan Riddervold	Anders Sandvigs gate 52 H	2609 Lillehammer	916 28 146	j-ri@online.no
1. VARA	Aina Holen	Eldemsgate 8	2212 Kongsvinger	905 44 578	ainahol@online.no
2. VARA	Bernt Harald Kilnes	Kyavegen 15	7045 Trondheim	918 05 100	bernt.kilnes@gmail.com
REDAKTØR	Gunhild Granum	Ekreberget 9	2390 Moelv	901 30 153	gunhi-s@online.no
TELEPENSJONISTEN	Skoglund				
TEKNISK ANSVARLIG for telepensjonistene.no	Tore Haugland	Bønnesskogen 169	5154 Bønes	900 22 328	t-haugl@online.no

Telepensjonistenes Landsforbund
Postadresse: Postboks 800, 1331 Fornebu

E-post: forbundsstyret@telepensjonistene.no • www.telepensjonistene.no



Avsender:
Telepensjonistenes Landsforbund
Postboks 800
1331 Fornebu

SMÅSTOFF



Pensjonistforbundet jubilerer

Pensjonistforbundet (PF) ble stiftet i 1951 for å kjempe for alderspensjonister og trygdedes kår og er nå landets største interesseorganisasjon for eldre og uføre. Organisasjonen er livssynsnøytral og partipolitisk uavhengig og har 240 000 medlemmer, 17 fylkesforeninger og 6 000 tillitsvalgte i hele Norge.

Jan Davidsen har vært leder av PF siden 2015. Han takker nå for seg og går av på landsmøtet 15. – 18. august i år.

Vi gratulerer Pensjonistforbundet med 75 årsjubileet og takker Jan Davidsen for innsatsen og mange interessante foredrag i Telepensjonistenes Landsforbund.

Foto: pensjonistforbundet.no



Én million på norske veier

Norge er det ledende landet i Europa når det gjelder elektrifisering av veitrafikken. De siste årene har salg av elbiler økt år for år, og i 2025 var 95,9 av alle nye biler som ble registrert for første gang elektriske. Hittil i år utgjør elbilandelen i salg av nye biler drøyt 98 prosent.

BK Trondheim AS

Syng i kor

På kor.no leser vi følgende: Kor skaper møteplasser, kultur og aktivitet i hele Norge. Fra bygd til by er korene en vital del av samfunnsveven.

Kor bygger sterkere lokalsamfunn:

- Aktive kultur-arenaer over hele landet.
- Inkluderende fellesskap basert på interesse for sang.
- Betydelig frivillig innsats.
- Lokal verdiskaping gjennom arrangementer.
- Bygger broer mellom generasjoner og kulturer.

Ikke nok med det, forskning viser blant annet:

- Sang frigjør endorfiner - eller lykkehormoner som de også kalles!
- Forbedrer kognitiv funksjon fordi å synge i kor krever fokus, konsentrasjon og memorering - det kan forbedre ferdigheter som hukommelse og oppfatning av omgivelsene.

I vårt eget kor har vi en oppvarmingsøvelse med glad tekst: Sommer kommer, sommer kommer, sol og regn og latter og sang ...

Det er flagget som vaier i vind

Vi har lagt bak oss det første halve året i 2026, og hele ti dager har flagget vært heist på flaggstenger både offentlig og privat.

Neste offentlige flaggdager er på bursdagene til dronningen, kronprinsen, olsok, kronprinsessen og 1. juledag.

Flagget ble utformet av stortingsrepresentant Frederik Meltzer og ble vedtatt av Stortinget i 1821.

Meltzer begrunnet forslaget sitt med at det nye flagget burde ha frihetens farger: rødt, hvitt og blått, som i de franske, nederlandske, amerikanske og britiske flaggene.

Det er fastsatt regler for hvordan det skal flagges fra offentlige bygninger og eiendommer i Norge, men ikke for privat flagging. Utgangspunktet er likevel at flagget skal behandles med respekt.

snl.no

Det er vel få ting som får fram vår nasjonalfølelse like sterkt som flagget vårt. Vi bruker det i glede og sorg, vi heiser det i hagen, på hus og hytter ved festlige anledninger, vi pynter kranssekaker og juletrær, drasser det med oss på idrettsarrangement og stapper det under lokket på turistsekken. Nyt sommeren, og flagg i vei når noe skal feires!



Telepensjonisten ønsker alle lesere en riktig god sommer med passe sol og regn og mye latter og sang!

