

SeniORientering

Nyhedsbrev sommer 2023



HK
SENIORER /

Af Ole Rønnelund, landsformand



Kære allesammen

FAGLIGE SENIORER - SYNLIGHED

Ordet SYNLIGHED, og ønsket om mere synlighed, har i rigtig mange år været et tema på alle ledder og kanter i organisationer og foreninger, som opfordring til at få mere aktivitet, som helst skulle føre til omtale bl.a. i medierne.

Her skriver jeg om synlighed, fordi jeg har stor lyst til at gøre opmærksom på den øgede positive opmærksomhed, som Faglige Seniorer har opnået indenfor de sidste 12 - 18 måneder.

Dette skyldes først og fremmest en kæmpe indsats fra medarbejderne i sekretariatet, daglig ledelse, samt i al beskedenhed nok også fra Hovedbestyrelsen i Faglige Seniorer.

Seneste tiltag fra Faglige Seniorer er, at **Seniorerne har fået egen jobformidling**. Virksomhederne skriger på arbejdskraft og har nærmest meldt ud, at seniorerne ikke gider at arbejde.

Hvis du som senior fortsat har mod på arbejdslivet og gerne vil have et job, skal du blot gå på nettet og oprette en jobAgent på <https://seniorjob.dk/>

Samtidigt kan virksomheder helt gratis opslå ledige stillinger på seniorjob.dk målrettet seniorer på efterløn, seniorpension eller folkepension.

Modregning: Faglige Seniorer har ligeledes stor andel i gennemførelsen af lovgivningen, som betyder, at der ikke vil ske modregning i folkepensionens grundbeløb og pensions-tillæg, hvis en folkepensionist påtager sig at arbejde.

Loven træder i kraft 1. januar 2024. Efter nogle særlige regler gælder loven med tilbagevirkende kraft fra 1. januar 2023, ligesom der også er særlige bestemmelser for førtidspensionister og andre pensionsordninger: Arnepension, efterløn m.m. Det kan du læse om på nettet.

Pensionen skal stige, når lønningerne stiger, hed et **borgerforslag**, som blev fremsat af Faglige Seniorer. Jeg tror, at I alle sammen har læst - eller hørt om forslaget, som blev fremsat med baggrund i, at reguleringen af folkepensionen i forhold til lønudviklingen sker med 2 års forsinkelse.

Forslaget fik flere end 62.000 underskrifter. Desværre vendte et stort flertal i Folketinget tommelfingeren nedad, da der skulle stemmes om forslaget - dette med en begrundelse, som jeg, sammen med rigtig mange andre, slet ikke forstod.

Selvom forslaget ikke blev vedtaget, mener jeg ikke, at Faglige Seniorer nogen sinde har fået så meget opmærksomhed, som forslaget gav anledning til. De fleste medier omtalte forslaget, og der kom rigtig mange henvendelser fra alle mulige, også fra personer uden tilknytning til Faglige Seniorer eller fagbevægelsen i øvrigt. Bortset fra nogle ganske få, var alle henvendelser positive. Jeg fik selv en henvendelse fra en person, som skrev "Grådige Pensionister". Pågældende havde givetvis misforstået vores borgerforslag.

I Faglige Seniorer har vi lovet hinanden, at denne sag ikke er henlagt, vi vil fortsat kæmpe for Retfærdigheden også på dette område.

Forbunds næstformand HK DK Mads Samsing.

Seniorarbejdet har stor betydning for HK. Vi værdsætter hver og en, der bevarer sit medlemskab af vores faglige fællesskab efter endt arbejdsliv. Tak for det.

Jeg kan godt læse, ud af de spørgsmål jeg bliver stillet om økonomi og prioritering af seniorarbejdet, at det ikke altid opleves sådan af alle. Jeg vil da også medgive, at langt de fleste af vores ressourcer selvfølgelig bruges på de, der er på vej ind på arbejdsmarkedet eller er erhvervsaktive. Det hører jeg da heller ikke nogen stille spørgsmålstejn ved rimeligheden i.

Men det, at medlemmer bevarer deres medlemskab efter endt arbejdsliv, bidrager positivt til den styrke, vi har som fællesskab. Både for at skabe forbedringer i arbejdslivet, i overgangen og i livet efter arbejdslivet.

Lad mig blot fremhæve tre store temaer på den faglige og politiske dagsorden, der har stor betydning for seniorer og stor opmærksomhed fra HK. Det er værdig tilbagetrækning, aldersdiskrimination og ensomhed. Vi har været med til at udarbejde den nationale strategi mod ensomhed, der offentliggøres i juni, og vi er ved at ruste os til trepartsforhandlinger om værdig tilbagetrækning.

Seniorer har givet meget til fællesskabet gennem mange år. Også derfor er det kun rimeligt, at vi som fagligt fællesskab også tager hånd om seniorerne. Både i det fagpolitiske arbejde og i form af mere konkrete ydelser og tilbud, herunder også kurser og sociale og kulturelle aktiviteter.

SKRIV TIL REDAKTIONEN for SeniORientering - læs videre på side 4

Nu kan du skrive til redaktionen ved blot at bruge email-adressen: HKsenioradm@hk.dk - så sørger de i HK huset for at sende mails videre, hvis afsenderen i emne-feltet skriver 'SeniORientering'.

Redaktionen ser frem til at høre fra jer!

Senior... hvad så? Når arbejdslivet er slut, hvad gør du så?



Af Annette Thømming, HK Hovedstaden

Mange kvinder og mænd skal nu til at nyde pensionistlivet. Skal du nu spille golf eller gå på museum, eller andre ting du har drømt om, når du træder ud af arbejdslivet?

Der er mange, der har brug for os, når vi starter på vores tredje alder. Der er dog mange, der går på pension på grund af hårdt fysisk arbejde. Det må vi respektere.

Men heldigvis er der også mange af os, der er i god form, når vi pensioneres. Vi kan gøre noget af det samme som før, men måske ikke i så lang tid ad gangen. Vi ved stadig meget, og vi har fået en frihed, som vi kan bruge til mange ting - også til at hjælpe andre.

Her i Hovedstaden er der mange mænd og kvinder der søger at bruge deres fritid til at møde andre seniorer. De bliver frivillige hjælpere i genbrugsbutikkerne, Røde Kors, Folkekirkens nødhjælp eller lignede.

Der findes helt sikkert også en genbrugsbutik dér, hvor du bor.

Ved frivillig hjælp hjælper du dig selv med at bruge de timer, du kan overkomme, og du får gode kammerater og endda venskaber. Du kommer ud og møder andre ligestillede.

Nogle genbrugsbutikker arrangerer også spisning for andre pensionister samt ture ud i det blå. Her er det de frivillige, der selv finder på, hvad de vil arrangere.

Der er meget hygge i de fleste butikker, hvor man spiller banko, drikker kaffe og snakken går strygende.

Har du lyst til at arbejde sammen med nogle flinke seniorer, kan du altid spørge i din genbrugsbutik, om de ikke lige har noget, du kan hjælpe med.

Du gør en god indsats, da meget af overskuddet går til forskellige hjælpeaktiviteter.

Så her er et forslag, hvis du synes, du har tid til overs. Prøv det, det kan give dig en god oplevelse.

Der er mange andre ting, man som frivillig kan deltage i, men husk at du er frivillig, så det er dig, der bestemmer, hvor meget du kan overkomme.

Mange gode og dejlige oplevelser!

Så var HK's seniorer fra Horsens igen på tur.

Af Joan Briesemeister, formand Faglige Seniorer, Horsens

Denne gang startede vi kl. 8.00 om morgenen og fik kaffe og rundstykker serveret af 2 "unge" mænd - blev der sagt - jeg syntes, jeg genkendte dem som andre seniorer, men flot arbejde.

Vi kørte til Rømø, hvor både vi (vi var for øvrigt ca. 50 deltagere - det var rigtig flot) og bussen kom om bord på færgen til Sild. På færgen havde vi lige ca. ¾ time til at få lidt til halsen, og derefter var det videre igen.

Vi fik en flot tur rundt på Sild og endte til sidst i byen Vesterland, hvor der både er mange forretninger, cafeer, ishuse og barer, men også et flot udsigtspunkt ud over havet, hvis man går dertil.

Man skal blot huske, at mange steder i Nordtyskland, (og det gælder også Sild), er det vanskeligt at bruge dansk valuta, og hvis man vil benytte en hæveautomat, er det Euro, man hæver - blot til orientering.

Vi kørte efterfølgende op til Fleggaard grænsebutik, hvor vi fik lidt tid til at handle. Derefter gik turen retur over grænsen til Øster Højst Kro, hvor man stod klar med varm mad og dessert.

På turen var det naturligvis vores formand Else Rasmussen, der bød velkommen, ligesom hun ved hjemkomsten takkede for den store opbakning til turen, hvilket hun var rigtig glad for, og hun håbede selvfølgelig, at alle syntes, det havde været en dejlig dag, sådan som hun selv syntes.

Og det tror jeg helt sikkert, der var opbakning til. En lang god dag med hjemkomst ca. 21.00.

HK Midt Seniorklub Odense på sommertur.

Af Tove Borre / Iris Andersen

Torsdag den 8. juni gik vores sommertur til Gråsten og Sønderborg.

Hårby-bussen var som tidligere år klar til afgang fra Lumbyvej kl. 08.00, og første stop blev på Hylkedal rastesteds, hvor der blev serveret kaffe og friske rundstykker i det smukkeste solskinsvejr.

Derefter fortsatte vi til Gråsten Slot, hvor vi gik gennem slotshaven til den kongelige køkkenhave med mange forskellige krydderurter, grøntsager og bær. Desuden var der mulighed for lidt snak med de frivillige som gik og arbejdede i haven. Frokosten, som bestod af lækker gammeldags kyllingesteg med mormorsalat, rabarberkompot, agurkesalat og nye kartofler, blev indtaget på Hotel Baltic i Høruphav. Der var også lige tid til et lille kik ved havnen, som ligger lige ved hotellet.

Turen gik videre til Sønderborg, hvor vi havde et par timer på egen hånd, så der var god tid til shopping, kaffedrikning eller is-spisning i det skønne sommervejr, hvor udsigten over vandet og slottet rigtig kunne nydes.

På vej til færgen i Fynshav gjorde vi et kort ophold ved Støvlen på Kær Vestermark, som er et spejderprojekt med grillplads og udsigtstårn, sponsoreret af Mads Clausen. Her fik vi udleveret hver en sandwich og drikke, som vi kunne indtage undervejs på færgen til Bøjden.

Kl. ca. 20.00 var vi tilbage på Lumbyvej efter en rigtig dejlig og vellykket dag.

Besøg hos Gardehusarerne

Af Britta Brylov, HK Seniorer Hillerød

Gardehusarerne er hærens ældste regiment med stolte traditioner - og vi har vel alle enten direkte eller via TV nydt synet af de mange heste med gardehusarerne, når de deltager i ceremonielle opgaver for Kongehuset.

I Hillerød besluttede vi at opleve Gardehusarregimentet på nærmeste hold, hvorfor vi i april kørte til Antvorskov kaserne for at få mere viden om regimentet, der kan føre sin samlede historie tilbage til 1614. Regimentets motto "In Actis Esto Volucris", der betyder "vær lynsnar i handling", er at finde på regimentsmærket; en pansret hestemaske med Christian IV's kronede monogram. Mærket er et symbol på regimentets store tilknytning til hesten og på husarbataljonernes pansrede enheder.



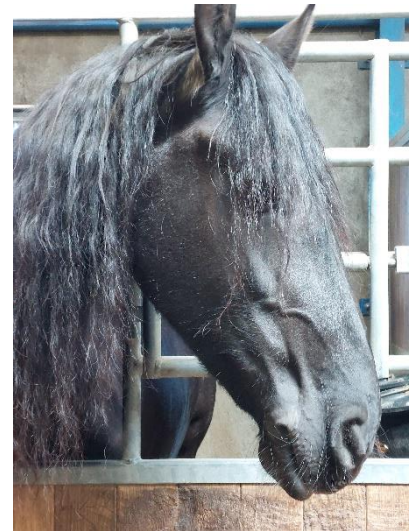


Vi blev opdelt i 2 hold og fik først en rundvisning på museet, der rummer regimentets egen samling af museale genstande med våben, udrustning, uniformer og andre krigseffekter fra regimentets lange krigshistorie og adskillige missioner. Vores guider var "Faxe" og "Herfølge" (navn efter hjemby), og vi fik et spændende indblik i soldaternes fortid samt nutid. Kasernen huser op til 2.000 personer, og huser omkring 75 heste. Udover stalde, indendørs og udendørs ridebaner, er der også et stort udendørs areal, hvor hestene har mulighed for at bevæge sig frit omkring. Husarregimentet uddanner både værnepligtige og professionelle soldater og bidrager til nationale og internationale operationer samt løser ceremonielle opgaver for Kongehuset.

Efter rundvisningen gik vi til kantinen for at spise frokost. Der var et dejligt udvalg af retter, som vi kunne nyde. Heldigvis havde vi bestilt hjemmefra, så vi ikke - ligesom soldaterne - skulle veje vores mad inden betaling.

Efterfølgende fik vi et besøg i staldene, hvor vi kunne hilse på de mange heste. "Faxe" fortalte her bl.a., at der hele tiden følges op på hestenes helbred, og at man kun i tilfælde, hvor der ikke er andre muligheder, afliver hestene. Som det kan ses på billedet, var vi også helt tæt på den sorte hest, der bærer pauketrommerne.

Efter et meget spændende besøg kørte vi til Christian VI Overdrevskro, hvor vi nød en kop kaffe og lagkage, inden turen gik tilbage til Hillerød.



KURSER PÅ CHRISTIANSMINDE

At lære er at leve!

Af Karen E. Jakobsen, HK/Syddjylland

Skolebænken er udskiftet med moderne omgivelser, som slet ikke kan undgå at påvirke indlæringen og humøret.

Seniorernes kursusudvalg tilrettelægger tre kurser om året. Der er naturligvis varieret indhold, men det er hovedsageligt, hvad der er aktuelt for seniorerne.

Kurserne tilrettes hvert år, ud fra evalueringerne og det der rører sig i vores samfund. Emnerne er blandt andet (fremtidsfuldmagt, arv, testamente, kost, demens, PC, iPad, tale, mødekultur, referatskrivning, opbygning af reklamefoldere til klubbrug mm.)

Der er mange tilmeldinger, men får man afslag, er det en god idé at fortsætte på ventelisten. Vi har ca. 85 ansøgere til hvert kursus, hvor der er plads til 24.

Det ser håbløst ud, men der er jo også flere, som bliver forhindret og melder afbud.

Derfor på med vanten, for det er så givende at være sammen med så mange forskellige kollegaer fra hele landet. Det giver også et godt samarbejde fremover i andre sammenhænge. Selvom man er medlem af en lille klub, er der lige så mange muligheder for at blive valgt som fra de større klubber, for det er hele området tilsammen der vælges ud fra. Kurserne, forplejningen og transporten er gratis. Det er kun godt humør og åbenhed, der skal medbringes.

Senior fra Sidelinjen til Bestyrelsesarbejde.

Af Anne E Nielsen, HK Midt

Seniorkursus 28. februar - 3. marts 2023.

Dagen begyndte godt med frokost for de 24 deltagere på dette ½ dags IT-kursus. Ca. halvdelen af deltagerne skulle låne computer, og der blev brugt tid på at få dem installeret. Kursuslederen løb rundt for at hjælpe, der gik tid fra selve kurset, da der kun var en kursusleder på kurset. Det var ikke i orden, når han også skulle hjælpe med tilkobling.

I det store og hele var kurset udmærket. Jeg fik lært nye ting, jeg kunne arbejde videre med derhjemme.

2. - 3. og 4. dag **Indgang til bestyrelsesarbejde.**

Der var en god indgang til, hvordan man starter bestyrelsesarbejdet, hvorefter vi fik udleveret vedtægter og skulle afholde klubbestyrelsesmøde med deltagelse af formand,

næstformand, kasser, sekretær, menigt bestyrelsesmedlem og suppleanter. Vi blev opdelt i grupper. Ikke alle i min gruppe forstod, at vi skulle følge de udlevere vedtægter.

Sidste ½ dag sluttede med en generalforsamling. Formandens beretning skulle aflægges, og der blev afholdt valg - ikke alle ville genvælges, og der var flere opstillede, så der skulle stemmes. Der var ingen stemmesedler og ingen stemmeoptæller. Bortset fra alle mangler endte alt, som det skulle.

Alle de aktive deltagere var bestyrelsesmedlemmer, og de fremhævede under kursusforløbet de forskelligheder, der var i bestyrelsesarbejdet derhjemme.

Anne Nielsen anfører i sit referat, at kursisterne manglede lidt disciplin og alle talte i munden på hinanden. Kursuslederen skar ikke igennem: "En ad gangen" - "Vil du sige noget - markér dig og vent på taleret. Vi var jo alle voksne mennesker."

Endnu en kursusoplevelse fra Anne:

HK Senior Fremtid. IT Undervisning 30. maj - 1. juni 2023

2 halve dage med undervisning i iPad - smart Phone og PC.

iPad - smart Phone og PC - alle virker forskelligt, hvilket jeg fandt lidt forvirrende. Vi blev orienteret om, hvad der ligger i skyen, icloud, One Drive Drev og Dropbox. Da jeg kun har computer, interesserede Drev mig mest, og jeg lærte noget, jeg ikke vidste i forvejen. Lærte også noget om google docs. Fik også vist hvordan dokumenter gemmes automatisk.

Når en kursist stillede spørgsmål, var svaret godt, men resten af gruppen talte i munden på hinanden. Voksne mennesker burde lade én person tale ad gangen. Bortset fra det, hørte jeg efter, så nu er jeg hjemme, og øver mig i de ting jeg har hørt og lært. Hvordan Mit Id skulle bruges til e-Boks, Sundhed.dk, offentlige myndigheder m.m., det hørte vi ikke noget om - det var ikke mit problem, for det vidste jeg allerede.

Tiden som senior, fortid, nutid og fremtid

½ dags undervisning. Hvad skaber et godt seniorliv: Interesser, hvad giver mening, krav, god balance, give noget til andre? Skab glæde, være positiv, nyde friheden, søg mere visdom, godt socialt samvær.

Vi blev opdelt i flere grupper. Skulle skrive vores ønsker: Hvad kunne du tænke dig? Alt blev noteret på en tavle. Dernæst rokerede vi i grupperne. Skulle komme med kommentar til de andre grupper. Det gik der lidt uorden i.

3. dag

Råd og regler for Seniorer

Vi fik fortalt om forskellige pensioner - hvad man kan søge af ekstra hjælp - om ældrecheck samt om tillægsprocent 100% og max.-formue. Endvidere fik vi fortalt om

fuldmagter og ting, det er godt at tage stilling til inden svær sygdom, demens og død. Ellers er det de efterladte, der skal tage stilling.

Anne skriver til slut i sin orientering, at alle 3 kursusledere gjorde det godt.

Annes kommentarer vedr. kursisternes og kursusledernes forventede disciplinære indsats har været forelagt formanden for Kursusudvalget, Karen Jacobsen. Karen oplyser efterfølgende, at det åbenbart ikke er det samme den øvrige del af kursisterne har oplevet ud fra de afgivne evalueringer af kursusforløbene.

Seniorstart

er en ordning, der giver ældre mulighed for at komme tilbage på arbejdsmarkedet.

Ordnningen giver ældre mulighed for at få et job, der passer til deres kompetencer og erfaringer.

Endvidere er ordningen målrettet ældre, der har været ledige i længere tid, og som har brug for støtte til at komme tilbage på arbejdsmarkedet.

Du kan læse mere om seniorstart her: <https://seniorhaandbogen.dk/arbejde/seniorstart/>

Faglige seniorers rådgivning

Benyt dig af Faglige Seniorers rådgivning <https://fagligsenior.dk/radgivning/>

Du kan læse mere om Faglige Seniorer og dit medlemskab her:

<https://fagligsenior.dk/om-faglige-seniorer/hvem-kan-blive-medlem-af-faglige-seniorer/>

FÅ STYR PÅ FORVIRRINGEN og bliv klogere omkring ministerierne og deres ressortområder:

Palle Smed, direktør Faglige Seniorer skriver 21. april 2023: Jeg forstår godt forvirringen omkring ministerierne og deres ressortområder. Faktisk har senior- og ældreområdet altid været fordelt på en lang række ministerier:

- Boligministeriet, hvis der har været et sådant, som har taget sig af alle spørgsmål om boliger, herunder også plejeboliger og boliger på plejehjem.

- Beskæftigelsesministeriet, som har ansvaret for spørgsmål om pensioner og reguleringer.
- Sundhedsministeriet, som tager sig af forholdene på landets plejecentre samt naturligvis hospitaler, store som små.
- Indenrigsministeriet, som blandt andet håndterer spørgsmål om ældre- og seniorråd.
- Socialministeriet, som håndterer uddeling af midler og lovgivning på en række relevante områder.
- Ældreministeriet, såfremt det har eksisteret, som har ansvaret for en række mere udefinerbare områder, men vel mest har været et forsøg på koordination. Det nuværende ældreministerium skal blandt andet håndtere hele frisættelsesprocessen på ældreområdet.

Og hertil yderligere 3-4 ministerier, som alle har seniorerne med på den ene eller den anden måde.

SOMMERTID ER FERIETID:



Italien

Af Joan Briesemeister, formand Faglige Seniorer, Horsens

I skrivende stund er der kun 1 uge til, at min mand og jeg flyver til Fiumicino Lufthavnen ved Rom, hvor vi har lejet en bil og så skal køre godt 100 km op til vores datter, der bor i Lazio-regionen tæt på Umbria.

Det bliver så dejligt at holde ferie dernede i ca. 14 dage og forhåbentlig i dejligt vejr, hvor vi også møder en familie, der bor i gæstehuset dernede og hjælper til med alle hundene, ligesom min datter har en veninde boende. Ud over hunde har hun også heste.

Det bliver formentlig med dejlig italiensk mad og vin, og jeg håber, at vi også kommer et smut op til Gardasøen, hvor vi har været i så mange år i byen Bardolino. Glæder mig så meget til det.

Når I får denne SeniORientering, er vi tilbage igen, så i næste udgave, skal jeg nok skrive, hvis der har været nogle spændende oplevelser. Ha' en god sommer og mange sommerhilsner.

REDAKTIONEN ØNSKER GOD SOMMER

