

# SeniORientering

Jule- og nytårsudgave 2019



## Julehilsen fra Martin Rasmussen, næstformand i HK Danmark



Året er snart gået, og jeg vil gerne sige tak for de mange gode seniormøder, jeg har deltaget i, i løbet af året. Det er altid givende og spændende at mødes med jeres hovedbestyrelse. Og jeg nyder, når jeg bliver inviteret ud til de lokale seniorklubber i HK.

Seniorarbejdet betyder meget for mig, det håber jeg, I ved. Jeg har stor respekt for det arbejde, der udføres for de af vores medlemmer, der har nået den tredje alder. Jeg opfatter seniorer som vigtige ambassadører for fagbevægelsen.

Min drøm er, at seniorarbejdet bliver endnu mere synligt i HK, og at vi får alle i HK til at se vigtigheden i jeres store arbejde.

Mine ønsker til fremtidens seniorarbejde er enkle:

- Jeg ser gerne, at seniorarbejdet bliver mere fagpolitisk. På det centrale plan kunne jeres hovedbestyrelse godt markere synspunkter på tidlig tilbagetrækning, ønsker til pensionisters vilkår - når de stadig arbejder et par timer om ugen eller for min skyld holdninger til vores ældre borgeres velfærd i Danmark.
- Det er mit håb, at vi en dag kan opbygge en skoletjeneste for seniorer. Seniorskoletjenesten skal fungere over hele landet og skal ud på folkeskoler, hvor vores seniorundervisere skal fortælle personlige oplevelser fra et langt arbejdsliv. Historierne skal indeholde fortællinger om de faglige kampe, værdien af et fællesskab, samt en fortælling om de mange sejre, I har opnået.
- Mit sidste ønske til seniorarbejdet i HK er, at vi skal til at forberede os på, at flere og flere bliver ældre, inden de forlader arbejdsmarkedet. Det kommer til at påvirke deltagerantallet til senioraktiviteterne. Om 10 år er vores medlemmer 68 år, når de forlader arbejdsmarkedet. Jeg tror, at vi skal til at forberede os på, at der også skal gøres noget for de medlemmer, fra de er fyldt 60 år og stadig er på arbejdsmarkedet, og hvordan vi kan gøre seniorarbejdet attraktivt for dem.

Jeg ser frem til fortsat godt samarbejde med alle seniorer i HK. Jeg glæder mig til at komme ud til jeres møder.

Endnu engang tak for jeres store arbejde i HK. I og jeres familier ønskes en glædelig jul og et godt nytår.

Venlig hilsen  
Martin Rasmussen  
Næstformand i HK Danmark

## Nyt fra formanden. Af Ole Rønnelund, landsformand



Min hilsen i dette nummer af Landsforeningens blad skal naturligvis først være med ønsket om en rigtig glædelig jul og et lykkeligt nytår 2020 til alle vores ca. 50.000 medlemmer. Der skal samtidig lyde en stor og hjertelig tak for indsatsen i 2019 til de ca. 400 særlig aktive, som knokler for vores ca. 50 HK seniorklubber landet over.

Vi må i de kommende år imødesee et dalende medlemstal i klubberne. Det skyldes flere ting. Efterlønnen er næsten helt væk, pensionsalderen er sat op, og sidst men ikke mindst det forhold, at mange bliver på arbejdsmarkedet, selvom de kunne gå på folkepension.

Det dalende medlemstal i seniorklubberne betyder ikke noget for HK. De, som bliver længere i job, er jo fortsat medlem, og det til et større kontingent end det, som vi seniorer betaler. Vi skal derimod være opmærksomme på, at det kan betyde noget for klubberne.

Når klubbernes arrangementer udbydes til færre medlemmer, vil deltagertallet måske falde en smule. Vil det udlignes hen af vejen, eller kan der gøres noget? Ja måske, vi møder indimellem HK pensionister, som har været på pension i lang tid uden at have nogen som helst anelse om, at der eksisterer seniorklubber i HK. Det er nok pensionistens egen skyld, men kunne også tyde på, at seniorklubberne kunne være mere synlige i lokalområderne. Tænk over det, og opfind gode ideer, eventuelt i samarbejde med HK-afdelingen.

Et større problem er, at vi på Landsforeningens Hovedbestyrelsesmøde den 4. november fik information om, at flere klubber har problemer med at rekruttere nye aktive medlemmer til bestyrelsen, når nogen trækker sig. Det blev på vores møde nævnt som værende så alvorligt, at et par klubber var på vej til at lukke. Det bør der omgående tages fat i. Hvis en klub først er lukket, er det meget svært at få den reetableret. Jeg tror på og forventer, at de øvrige klubber inden for det pågældende HK-afdelingsområde vil gå ind og hjælpe. Der findes flere muligheder, men et af dem kunne være at stille arbejdskraft til rådighed med at etablere arrangementer i en periode. Andre muligheder findes, alt efter geografisk placering og resurser.

Jeg ved, at I er gode til at arbejde sammen, og tak for det.

Efter disse lidt dystre profetier, endnu en gang ”glædelig jul og godt nytår” og ”god julefrokost til alle klubber”.

## SENIORKURSER 2020

09.-11. marts: ”[Længe leve livet på godt og ondt](#)”.

02.-05. juni: ”[Fra sidelinjen til bestyrelsesarbejdet](#)”.

24.-26. august: ”[Længe leve livet på godt og ondt](#)”.



**Delegerede HK-seniorer fra kongres hos Faglige Seniorer, oktober 2019**

### **Hvad er en jul uden traditioner? Af Kirsten Egelund Andersen**

Nu nærmer julen sig hastigt og børnene, der for længst er fløjet fra reden, ringer stadig til deres far og spørger: ”Hvem er først i år, og hvornår skal vi afsted?”

Det hele startede i 1973. Vi var lige flyttet til en lille stationsby tæt på Aalborg. Søren var da 3 år og lillebror Peter var 10 mdr. Som i så mange andre hjem havde husmoderen mange pligter, og der var også MANGE at købe julegaver til, og det ville vi ikke ændre på.

En dag hvor det hele virkede uoverskueligt, og hvor juleaften nærmede sig alt for hurtigt, siger jeg til min mand og børnenes far: ”Du kunne også tage og hjælpe”. Her tænkte jeg især på hjælp til julegaveindkøbene. Det ville han gerne, så Søren og farmand tog ned til togstationen, købte en stor pose slik og tog det første tog til Aalborg. Det er nu ikke for, at vi ikke har forretninger i vores by, men det var turen med toget, der var det særlige. Jeg havde skrevet et passende antal til- og frakort, som de fik med. Det store nisselandskab ved Salling blev beundret længe og med stor begejstring, de brændte mandler og en stor hotdog blev spist, og så gik turen hjemad igen.

Aalborg er nu stor at gå rundt i for de små ben, så det endte med, at både Søren og pakkerne måtte bæres det sidste lange stykke. Det var to trætte mandfolk, jeg fik hjem, men de var enige om, at det skulle gentages til næste jul og så fremdeles.

Da Peter blev stor nok til at deltage, måtte turen til Aalborg nu gøres to gange. En tur til hver af sønnerne. Årene gik, og nu var Lene også kommet til, så turen til Aalborg måtte nu tages over tre gange, for det bedste ved det hele var at have far alene, og at der ikke var to andre søskende, som hele tiden ville en hel masse andet.

Engang skulle der købes en lille sort undertøjssag til datterens dagplejemor. På forespørgsel om størrelsen måtte min mand meddele, at den kendte han ikke, hvortil Lene hurtigt tilføjer: ”Det er nemlig ikke til min mor”. Ekspeditricen kiggede noget på dem begge og tænkte nok sit.

Børnene blev større, og meget ændrer sig, men juleturen blev der ikke ændret på. De tog fortsat toget til Aalborg og handlede, men nu var nisselandskabet ved Salling pludselig væk, men heldigvis fandt de det inde i forretningen. De brændte mandler købes stadig, men nu kan en hotdog ikke mere gøre det, nu er det en burger, der spises med stor appetit. Der var dog et år, hvor det var ved at blive

for meget for min mand med de burgere, for de var kommet for sent i gang med julehandlen, så tre aftner i træk blev turen taget til Aalborg, og den sluttede hver gang med en burger. Det var for resten også på en af disse ture, at alle til- og frakortene var faldet ud af lommen. Der blev så handlet efter hukommelsen. Søren, Peter og Lene er nu 48, 45 og 42 og de ringer stadig og spørger om, hvornår de skal afsted og hvis tur det er til at være først. I dag tror jeg mere, det er dem, der har deres far med end omvendt, for når handlen, de brændte mandler og andre traditioner, der nu er kommet til, er overstået, er det nu en god middag på en af byens gode restauranter, ledsaget af en god flaske vin, der nydes. Det er rart at se, at de har en god smag. Det er så her deres far får lov til at lufte sin pung.

Det er hyggeligt at vide, at det hvert år i december igen bliver jul, for så er farmand klar igen, og denne juletradition er siden den begyndte i 1973 endnu ikke brudt.

*Hvad jeg laver imens de møjsommeligt klarer gaver m.m.? ...jeg hygger mig hjemme og venter på de få resterende mandler, der har klæbet sig fast i bunden af kræmmerhuset.*

## MIN JUL



### Af Bente Kolling

Jeg er en kvinde på 75 år, som ikke har venner og familie, jeg kan holde jul sammen med.

De sidste 4 år har jeg holdt jul i Stensballe Golfklub, hvor forpagteren åbner restauranten og holder jul fra kl. 11.00 - 16.00 den 24. december. Det er en "broget" kreds, som deltager i arrangementet.

Børn og voksne i alle aldre. Det kan være enlige forældre (M/K) med børn, studerende fra undervisningssteder, som ikke kan rejse hjem til jul og enlige som jeg. På et tidspunkt i november, bliver der, via Facebook, åbnet op for tilmelding til arrangementet.

Jeg har mødt mange nye mennesker i de 4 år, jeg har deltaget. Arrangementet begynder kl. 11.00, hvor der er "klippe/klistre" af julepynt for børn og barnlige sjæle. Kl. 13.00 bliver vi budt til bords af forpagteren og hans hjælpere. Der er både and, flæsketeg, hjemmelavet rødkål, hvide og brunede kartofler og en dejlig sovs til alle. Som dessert en hjemmelavet ris a la mande med kirsebærsovs og mandelgaver.

Nissefar og nissemor kommer med julegaver til børnene, og der er dans om juletræet.

De voksne har i de tidligere år fået et gavekort på et mindre beløb, så ingen bliver "snydt" for en gave. Forpagteren er åbenbart god til at skaffe sponsorer. Deltagerne betaler ikke noget for at deltage i arrangementet.

Klokken 16.00 er arrangement slut, og deltagerne takker forpagteren og hans hjælpere for dejlig mad og hyggelige timer i søde menneskers selskab. Hvor må hjælperne være trætte, når de endelig kommer hjem til deres egne familier, efter at "vi" er blevet serviceret.

Jeg er tilmeldt igen i år og glæder mig allerede til den 24. december, hvor jeg skal møde nogle, som jeg har lært at kende de foregående år.



## **Julerosens historie.** Af Kirsten Sølvberg, HK Seniorklubben i Svendborg



De fleste mennesker forbinder nok den røde julestjerne med julen, og den ses da også i rigtig mange hjem i november og december, mens julerosen eller Helleborus Niger, som den hedder på Latin, mere pryder vores haver ved juletid.

Julerosen er en flerårig plante og en gammel kending i de danske haver. Allerede i middelalderen fik planten sit navn. Den var først meget yndet som lægeplante og senere som prydblade. På grund af rodens gode egenskaber blev planten dyrket som en lægeplante i mange danske apotekerhaver.

Et kikk i gamle danske lægebøger vidner da også om et hav af dårligdomme, som julerosens rod virkede imod.

Julerosens rod blev brugt imod for eksempel bugvattersot, epilepsi, fnat, gigt, gulsot og hjertebesvær – bare for at komme med nogle få eksempler.

I folkemunde bliver julerosen kaldt nyserod, fordi den tørrede og pulveriserede rod blev brugt som nysepulver, der skulle være i stand til at rense hjernen.

Vi må dog ikke glemme, at julerosens rod er meget giftig – så derfor skal vi nøjes med at nyde synet af planten og undlade at bruge roden.

Julerosen er blevet brugt flittigt, blandt andet som en del af motivet på Bing & Grøndahls juleplade fra 1908 og den Kongelige Porcelænsfabriks juleplade fra 1970, ligesom den også optræder på de danske julemærker så langt tilbage som til 1904. Bing & Grøndahl fremstillede i 1936 et helt stel med navnet Julrose – hvidt porcelæn med den dybe og blå farve og dekoreret med juleroser.

Også den gamle, smukke julesalme ”En rose så jeg skyde” forbindes i dag oftest med en julrose og ikke en ægte rose.

Jeg spurgte engang en blomsterhandler, om julerosen også var en indendørs plante, men fik det svar, at julerosen trives bedst ude i naturen, så jeg nøjes med at pynte med julestjernen i november og december. *Kilde: [blog.dengamleby.dk/julehistorier](http://blog.dengamleby.dk/julehistorier)*



## **Få en god og tryk jul – HUSK at teste dine røgalarmer!**

### **Billetsalg til Seniorfestivalen 2020 er åbnet**

Du kan allerede nu sikre dig billetter til den populære seniorfestival **onsdag den 22. og torsdag den 23. juli på og ved Højskolen Marielyst på Falster.**

Billet til en enkelt dag koster 200 kr., mens det koster 350 kr. for begge dage. Børn under 18 år har gratis adgang, hvis de er med en voksen med billet. Der er kun 2.500 billetter til salg.

”Det vil fortsat være en bred vifte af oplevelser fra tre scener, boder, debat, events og masser af musik målrettet seniorerne. Og så vil vi sikre et musikalsk hovednavn til den store scene både onsdag og torsdag aften,” fortæller Christian Schou, festivalarrangør. [Læs også: Gentager succes: Seniorfestival næste år](#)

Det er højskolen, der sammen med fagbevægelsens ældreorganisation Faglige Seniorer og organisationen Danske Seniorer, der står for festivalen. *Kilde: Faglige Seniorer.*

### **Portvinsvalnøddekage. Af Joan Briesemeister, næstformand i HK-seniorer Horsens**

Der er mange traditioner i min familie - mit hjem - i forbindelse med julen. En af dem er - og det tror jeg også, at jeg nævnte i sidste års julenummer - at der kommer besøg juleaftensdag om formiddagen til en kop kaffe og en kage, som jeg har bagt i formentlig de sidste ca. 40 år, hvis det kan gøre det. Det betyder, at jeg står op kl. 7.30 juleaftensdag og bager den kage. Selvom der desværre ikke kommer så mange mere, så tror jeg, der ville blive almindelig opstandelse, hvis kagen ikke stod klar ved 10-tiden.

#### **Opskrift på Portvinsvalnøddekage**

##### **Ingredienser:**

200 g blødt smør

200 g lys farin

4 æg

100 g hakkede valnøddekerner

1 dl lys portvin

50 g groft hakket mørk (bitter) chokolade

250 g mel

1 tsk. bagepulver med top

Rør smør og lys farin blødt og cremet.

Tilsæt 1 æg ad gangen og rør godt mellem hvert æg.

Tilsæt hakkede valnøddekerner, lys portvin og chokoladen.

Sigt melet med bagepulver i dejen og rør rundt.

Fyldes i en velsmurt form, der kun må være  $\frac{3}{4}$  fuld.

**Bagetid:** 150-160 grader under midten af ovnen

### **Æblesnaps – Ingen jul uden Gøthers æblesnaps**

*Af Gøther Mathisen.*

|                                                                                     |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Ingredienser: 3-4 æbler<br/>Fjern kernehus og blomst.<br/>Skær æblerne i både.</p> <p>Tilsæt:<br/>2 stjerneanis<br/>7 nelliker<br/>2 kanelstænger</p> | <p>Lad ingredienserne trække i vodka i et lukket glas i 2 uger.</p> <p>Filtreres herefter og hviler i flasken i 2 uger, før snapsen kan drikkes.</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



# Snyd **ikke dig selv** med pensionsydelse

Man skal forstå, at det at være pensionist er ligesom at få et nyt arbejde. Der går noget tid, før man finder ud af, hvordan det hele hænger sammen økonomisk, og hvordan man prioriterer sin tid.

Og min erfaring er, at rigtig mange, der er gået på pension, snyder sig selv for ydelser, de har ret til at modtage.

Der er en del ydelser du automatisk får fra det offentlige, når du har valgt at gå på pension. Og husk at du skal søge om at få Folkepension. Den kommer ikke automatisk. Det betyder også, at du kan udskyde din pension til efter den fastsatte pensionsalder, og det kan du tjene lidt på. Fortsætter du med at arbejde, efter du har nået pensionsalderen, kan du have ret til en seniorpræmie. Det første år er den netop blevet hævet til 42.000 kr. (mod 30.000 kr. før).

Her er 5 - ud af mange – ydelser, som du hurtigt kan sætte dig ind i:

## **1: Boligyldelse**

Er afhængig af boligens størrelse, husstandens størrelse, husstandsindkomsten. Relativ høj formuegrænse. Søges digitalt via [borger.dk](http://borger.dk)

## **2: Varmetillæg**

Her benyttes den personlige tillægsprocent, så selvom du har meget høj varmeudgift, kan en lav eller ingen tillægsprocent betyde, at der ikke kan udbetales varmetillæg. Ingen formuegrænse. Søges digitalt via [borger.dk](http://borger.dk)

## **3: Helbredstillæg**

Her benyttes ligeledes den personlige tillægsprocent, når der skal beregnes, hvor stort et tilskud, du som pensionist kan få til tandbehandling, medicin, fodpleje, briller m.v.

Formuegrænse på 87.900 kr. Søges digitalt på [borger.dk](http://borger.dk)

## **4: Ældrecheck**

Ældrechecken skal du ikke søge om. *Den er afhængig af den personlige tillægsprocent. Er du som pensionist berettiget til at modtage ældrecheck, kommer beløbet automatisk til udbetaling med januar pensionen. Formuegrænsen er på 87.900 kr.*

## **5: Nedsat licens**

Også afhængigt af den personlige tillægsprocent. Men op imod 10.000 danskere har fået nedsat licensen. Så måske har du en mulighed?! Alt tæller jo...

Du kan beregne din personlige tillægsprocent i [Seniorhåndbogens beregner](#). Og husk, at sker der ændringer i dit liv, så få ændret din personlige tillægsprocent. Det kan du altid få klaret på Borgerservice. Vent ikke! Økonomi er en vigtig ting, også - og måske især - når man er pensionist. Men økonomi er jo ikke alt. Motion, mad, fællesskab og bolig er meget betydende for at få et godt pensionistliv. Mange tror, de kan vælge fællesskabet til, når de engang får behov. Men sådan fungerer det jo ikke: fællesskaber skal plejes løbende. Så elsk din klub, og kom i den!

Har du brug for et godt råd om pension og sociale forhold, bolig, jura, arv og forsikring, kan du altid ringe til Faglige Seniorer på 3363 2450.

Borgerservice er også rigtig velfungerende. Husk, at du nogle steder skal bestille tid!

En god måde at få hjælp på er ved at kigge i Seniorhåndbogen 2020, som udkommer i slutningen af januar 2020. Den bliver sendt til Faglige Seniorers cirka 500 klubber, hvor du kan få et gratis eksemplar. Og jeg kommer også gerne ud og fortæller om den – og om meget andet fra seniorverdenen.

18.11.2019 **Carsten Elert, Faglige Seniorer** / [c.elert@gmail.com](mailto:c.elert@gmail.com)

## Pigen fra Fyn

Af Niels-Heine Møller, næstformand i seniorklubben HK-Køge afdeling, Sjælland

Køge Seniorklub holdt den 21. august 2019 et suverænt arrangement med sangerinden **Lise Nees** fra Fyn. Hendes dejlige sangstemme som klassisk sanger og et stort og blandet repertoire lige fra musical til historiske danske sange, gav en oplevelse langt ud over det sædvanlige. Lise Nees er uddannet fra Det Fynske Musikkonservatorium og har været tilsluttet Den Jyske Opera samt Danmarks Radios Koncertkor.

## "Kurt kom forbi" og "Kaffe med Kurt"

Af Niels-Heine Møller, næstformand i seniorklubben HK-Køge afdeling, Sjælland

Et levende foredrag afviklet i Køge Seniorklub den 20. november med **Kurt Leth** fra TV Syd og Øst. Kurt var en særdeles god indleder samt en spændende og levende storyteller med spændvidde fra Lars Larsen til Cassius Clay - og fra Lis Sørensen til Johnny Madsen.

Gøther Mathisen, HK/Hovedstaden anbefaler **Kim Greiner** til spændende foredrag. Læs mere her: [www.rejsefortaelling.dk](http://www.rejsefortaelling.dk)

## KLUBBERNE REJSEHJØRNET

**Redaktionen har ordet:** Vi bruger flere og flere sider i SeniORientering. Billeder gør indlæg interessante, og de lever op på artiklen sammen med en kort beskrivelse af rejsen. Vi vil så gerne høre fra jer, men med korte indlæg!

I denne udgave har vi indsat flere af de lange indlæg sidst i udgaven. GOD LÆSNING!



Kender du den midterste "person" på billedet?

**Ferierejse, HK Seniorer Køge. Af Karen Poulsen og Gitte Kirkegaard**



HK Seniorer Køge har været på en skøn 5-dages ferietur i september 2019 til Thüringen i Tyskland, hvor vi boede i den hyggelige bjergby Suhl. Vi havde rigtig dejligt sommervejr og boede på et dejligt hotel i hjertet af byen, tæt på det gamle bycenter, gågade, torv og rådhus. Her var der også en dejlig vandretur op på bjerget (for de, der magtede det), hvor der var en fantastisk smuk udsigt ud over byen. Vi kørte gennem skønne grønne bakkede landskaber i Thüringens bjerge, hvor vi så flere flotte slotte undervejs.

Vi besøgte også den lille hyggelige by Schleusingen med det meget imponerende slot, Bertholdsberg samt byen Erfurt, med den smukke domkirke Krämer-Brücke - en flot by med mange smukke bindingsværkshuse.

Sidste tur var til delstaten Bayern i den smukke kejserby Bamberg, med flotte kirker, bindingsværkshuse og hyggelige flodbredder. Her var der det mest særprægede rådhus. Det ligger

på en ø midt i flodløbet. Mange af os fik også smagt det meget berømte øl, Rauchbeer, "røget øl". Så ER det smagt! Om aftenen blev der hygget igennem på hotellets terrasse eller bar. Det har været en rigtig skøn tur med 28 glade deltagere. Vi er alle kommet hjem fyldt op af rigtig fine ferieoplevelser.

### **"LØVFALDSTUR". HK-seniorer, Køge, af Gitte Kirkegaard og Karen Poulsen**

Den 25. september 2019 tog 54 glade og forventningsfulde HK-seniorer fra Køge på udflugt til Sverige.



Turen gik til hjertet af Skåne til Bosjökloster og Slot, der ligger smukt ned til Ringsjön. Her blev vi taget imod af grev Thord Bonde, forvalter af Bosjö Kloster, som han ejer sammen med sin familie. Thord Bonde fortalte om slottets og klostrets historie igennem 900 år. Vi fik vist den flotte rosenhave, og vi gik gennem den meget store flotte slotspark med masser af store rododendron, kæmpe egetræer og flotte høst-syrener, roser, georginer og mange flere skønne planter og træer.

Vi så et 1.000-årigt gammelt egetræ. Meget imponerende. Det havde dog fået lidt forstærkning, så det ikke revnede.



Vi var nede i kælderhvelvingerne, hvor nonnerne havde deres refektorier, og vi så de smukke dragter. Desuden fik vi en rundvisning i slottets kirke og middag i den ombyggede staldbygning, inden turen gik videre til Lund.

Domkirken var meget imponerende og efter en gåtur var der kaffe og lækker kage på "Tegners Matsal" inden turen igen gik mod Danmark. Det blev en skøn efterårstur med masser af "historie" og hygge.

Nu glæder vi os til næste arrangement: "JULEFROKOSTEN", som i år foregår hos Peter Aalbæk i Forsamlingshuset Lille Syd i Herfølge. 🍷

**Læs - i bunden af denne SeniORientering - om en spændende 4-dages busrejse til Berlin i august 2019.**

**HK Seniorer Midt, Odense.** Af Anne Lise Bruhn

### **HK har været mit liv! Af Rita Weitling, fhv. formand for Haderslev-klubben**

I foråret 2019 modtog jeg en invitation til at deltage i årsmødet for de fynske seniorklubbers bestyrelser den 21. maj 2019 som debattør.

Min baggrund for at vide så meget om HK's seniorer er: I 1992 blev jeg valgt som klubkasserer, og i 1993 blev jeg valgt som klubformand. **Jeg har således deltaget i klubbestyrelsesarbejdet i 27 år**, 24 år i hovedbestyrelsen, 20 år i forretningsudvalget og som sekretær for både hovedbestyrelse og forretningsudvalg i 20 år, hvor jeg også blandt andet ordnede det praktiske arbejde ved repræsentantskabsmøder. I samtlige 27 år har alt mit arbejde for HK været lærerigt, herligt og

dejligt. Derudover har jeg oplevet rigtig mange ting i alle de år, og jeg har mødt mange dejlige mennesker.

Der blev skrevet til mig, at emnet på Fyn var ”Har vi seniorklubber en fremtid i HK?” Ja da, selvfølgelig har vi det. Ude i de mange lokale seniorklubber foregår der et stort og godt socialt arbejde. **For utroligt mange af vores ældste medlemmer er det et stort lyspunkt i tilværelsen, når de skal i klubben - både for at høre og se, hvad der foregår, men bestemt også for at se og tale med alle de andre seniorer, der kommer.**

Samtlige HK's seniorklubber er medlemmer af **HK Seniorer Danmark, hvor vi er over 50.000 medlemmer.** Så vi er jo en rimelig stor pressionsgruppe mod HK-forbundet, hvis de skulle komme i tanker om at træde på os!!

Den spæde start til **Landsforeningen HK Seniorer Danmark blev startet i klubben i Haderslev i 1986** efter et bestyrelsesmøde, hvor situationen for de medlemmer, der nu havde forladt arbejdsmarkedet, blev diskuteret. Efter at der var skrevet ud til andre klubber i det sydjyske, blev der nedsat en arbejdsgruppe, og nu skulle der ske noget! Den daværende formand for HK, Jørgen Eiberg, kom til et møde i Haderslev afdelingen, og efter mødet fik formand og kasserer for seniorklubben også en snak med ham. **Jørgen Eiberg** lovede at anbefale HK's hovedbestyrelse at støtte planerne om en landssammenslutning - dog uden økonomisk støtte.

På et møde i Haderslev i arbejdsgruppen i februar 1986 blev det så besluttet at holde en **konference på Christiansminde den 6.-7. maj 1986 med det hovedformål, at stifte en landssammenslutning af seniorklubber.** Til den stiftende generalforsamling havde Haderslev klubbens næstformand, Poul Hansen, skrevet teksten til sangen ”**Vi er HK's gamle garde**”, som altid bliver sunget på repræsentantskabsmøderne. Og selvfølgelig synger vi den på samtlige generalforsamlinger i Haderslev klubben. Det stærke pres fra den første landskonference bevirkede, at HK's hovedbestyrelse bakkede op, og vedtog at betale indtil 4 årlige hovedbestyrelsesmøder, og at **oprette et sekretariat med Niels-Heine Møller** som leder.

Alle disse herligheder blev **konfirmeret på HK-kongressen i 1989**, efter en brandtale af Haderslev afdelingens formand Børge Frederiksen - og det første hovedbestyrelsesmøde i landssammenslutningen blev afholdt i november måned 1989. **Den sønderjyske stædighed havde sejret!!**

*Målet og meningen med landssammenslutningen var/er at udveksle erfaringer på tværs af klubberne til gensidig inspiration og udvikling.*

Jeg har arbejdet under 6 landsformænd. Alle 6 arbejder/arbejdede forskelligt, men jeg har haft et virkeligt godt samarbejde med dem alle. Og nu hvor seniorerne også skal betale kontingent, kan HK overhovedet ikke undvære os! Kontingentet er en stabil indtægtskilde for både forbund og afdelinger. **Seniorkontingentet blev vedtaget på kongressen i 2005** og skulle træde i kraft den 1. januar 2006. Der blev dengang opponeret fra HK Seniorer Danmarks side. Og efter den seneste forhøjelse af kontingentet, er der flere HK Seniorer, der har meldt sig ud af HK.

I juni 2008 blev der - efter en kongresbeslutning - indført en ny struktur i HK. I stedet for de lokale afdelinger blev **HK delt op i 7 meget store afdelinger.** Man kan så i uendeligheder diskutere, om alt stort er godt eller ej med hensyn til medlemspleje.

Men det er min overbevisning, at vi både bliver anerkendt og respekteret i såvel afdelinger som i forbundet. Seniorerne har en **fantastisk kontakt i forbundet, Gert Skov.** Han tager sig af Seniorernes problemer med meget stor interesse. Og nu har forbundet i 2018 fået **ny næstformand, Martin Rasmussen**, der også interesserer sig rigtig meget for Seniorerne. **Så kan det da ikke blive meget bedre???**

Den 1. januar 1997 blev samtlige medlemmer af HK Seniorer Danmark **indmeldt kollektivt i Faglige Seniorer.** Dengang var vi ca. 38.000 seniormedlemmer, i dag er vi ca. 50.000 seniormedlemmer. Forbundet betaler kontingentet til Faglige Seniorer for sine medlemmer. Og da

det er et ret betragteligt beløb, forbundet betaler for dette medlemskab, så mener jeg, at **vi absolut har en stor moralsk forpligtigelse til at deltage i Faglige Seniorers arbejde - også ude i sektionerne.** Faglige Seniorer holdt kongres den 22.-23. oktober 2019. Her blev tidligere næstformand i HK Danmark, **Mette Kindberg valgt som Faglige Seniorers næstformand.**

I 2002 blev der på HK Seniorer Danmarks Repræsentantskabsmøde på Christiansminde, efter forslag fra vores daværende landsformand Poul Hansen, vedtaget, at klubbernes årlige kontingent til HK Seniorer Danmark skulle forhøjes fra 1 kr. til 1,50 kr. De 0,50 kr. overføres til en kongresfond, som så betaler HK Seniorer Danmarks hovedbestyrelsesmedlemmers og suppleanternes deltagelse i Faglige Seniorers kongresser.

### **Lige lidt om HK Seniorer Haderslev:**

Der holdes 20 arrangementer årligt, hver torsdag i de lige uger om eftermiddagen, og der møder i snit 45-50 medlemmer. Kun i månederne juli og august holdes der ingen arrangementer.

Vores program består mest af foredrag – gerne historiske foredrag vedrørende Sønderjyllands spændende historie - eller som lovet dengang vi var i Haderslev afdelingen, også noget politisk eller fagligt.

Og vi har et virkeligt godt samarbejde med vores afdeling HK/Sydjylland, der repræsenterer 9 seniorklubber. Vores afdelingsformand indkalder to gange årligt til gode seniorformandsmøder i Kolding.



## **Redaktionen ønsker alle en GLÆDELIG JUL OG ET GODT NYTÅR!**

---

Nedenfor kan du læse tidligere udgaver af SeniORientering – eller se dem på HK.DK, [her](#).

### **Udgivet 2019**

[September](#)

[Marts](#)

### **Udgivet 2018**

[November](#)

[September](#)

[Juni](#)

Bladet udgives af Landsforeningen HK/Seniorer Danmark

Redaktionen består af: Aase Christensen (ansvarshavende redaktør), Kirsten Sølvberg, Joan Briesemeister og Gøther Mathisen

# BERLINTUR 2019

## 19.-22. AUGUST

4 dages busrejse med  
HK-Midt Seniorklub Odense

Af Anne Lise Bruhn

**Mandag den 19. august** kl. 8.00 steg 52 forventningsfulde og glade seniorer på bussen, som skulle køre os fra Odense til Berlin. Første stop var ved rasteplass Hylkedal, hvor vi fik serveret kaffe og rundstykker ved de udendørs borde og bænke, heldigvis i fint vejr.



I bussen var der en god stemning, der blev sunget og snakket på livet løs. Efter et par timers kørsel, spiste vi frokost og fortsatte i strålende solskin og 24 grader mod Berlin. Vi ankom sidst på eftermiddagen til tjek ind på Hotel Estrel, et kæmpestort 4-stjernet hotel, med 1125 værelser, som ligger i Neukölln-kvarteret lidt uden for Berlin centrum. Vi fik udleveret vores nøgler, og besøgte de værelser, som var rigtig fine, og derefter var der fælles 3 retters middag i restauranten.

**Tirsdag morgen** stod vi tidligt op. Vi fik en super fin morgenmad med alt hvad vi kunne ønske os. Kl. 7.45 var der afgang med bussen. Vi kørte til Alexander Platz hvor vi skulle op i Fjernsynstårnet, som er et markant vartegn der skyder 368 meter i vejret og kan ses fra hele byen. Vi besøgte kuplen øverst i tårnet, og fik et imponerende 360 graders udsyn over hele Berlin.

Derefter var vi på rundtur, besøgte Unter den Linden, Checkpoint Charlie, Potsdamer Platz og Holocaust mindesmærket. Vi spiste alle frokost på Restaurant Deutsche Küche, hvor vi sad på terrassen ude i det dejlige vejr. Turen gik derefter til Brandenburger Tor hvor vi også fik lejlighed til at opleve den gamle pragtgade Unter den Linden på egen hånd.

Bussen kørte os videre til det vestlige Berlin, hvor Olympiastadion ligger, det blev bygget til OL i 1936. Stadion har plads til 75.000 tilskuere og er til daglig hjemsted for Hertha Berlin, et helt fantastisk stadion og kæmpestort. Vi var alle godt trætte og trængte til lidt at styrke os på, heldigvis var cafeen åben, så der blev spist is og drukket kaffe.

Efter denne lille pause kørte vi til hotellet, hvor vi alle mødtes inden aftenmaden til en velkomstdrink i baren... det var hyggeligt.



Redaktionen består af: Anne Christensen (ansvarshavende redaktør), Kirsten Sølvberg, John Bräsemeister og Oleger Mathiesen



**Onsdag morgen** startede vi igen tidligt, afgang med bussen kl. 7.45 i flot solskin. Vi kørte til Stasifængslet i Hohenschönhausen. Her blev vi delt ind i grupper og vist rundt af en guide, som fortalte om de indrettede bygninger, der fra 1951 til 1989 husede den daværende østtyske efterretningstjeneste Stasis varetægtsfængsel. Det gav et skræmmende indblik i politisk kontrol og forfølgelse, så vi var alle lidt stille og betænksomme efter denne oplevelse rundt i fængslet.

Herefter besøgte vi East Side Gallery, den længste bevarede del af Berlinmuren, hvor mere end 100 kunstnere har dekoreret muren og skabt verdens længste udendørs galleri.

Vi fortsatte til Treptower Park, hvor vi så det Sovjetiske mindesmærke. Derefter blev vi sat af på Unter den Linden, så var det frit for alle hvor vi ville spise vores frokost.

Efterfølgende samledes vi igen ved bussen og blev kørt videre til kanaltur på Spreefloden, her fik vi en flot tur i solskin. Vi nød alle denne skønne eftermiddag, hvor vi kunne se de flotte bygninger fra søsiden. Om bord på båden kunne der købes øl, vin, kaffe og kage.



Efter aftensmaden var der arrangeret bus-tur "ud i det blå", hvor vi oplevede Berlin "by night", det var utrolig flot med alle de oplyste bygninger og reklameskilte og Kurfürstendamm, hvor vi blandt andet så Kaiser Wilhelm-Gedächtnis Kirche og de små oplyste boder. Sen hjemkomst til hotellet.

**Torsdag** var sidste dag i Berlin. Vi havde pakket vores kufferter, og så var der lige tid til en hurtig morgenmad inden vi skulle forlade hotellet. Vi kørte i flot solskin mod den Tysk/Danske grænse, hvor vi undervejs spiste frokost på en rastepads. Ved grænsen blev der tid til at handle, hvorefter bussen fortsatte mod Odense, hvor vi ankom kl. 18.30.

Alt i alt en rigtig god tur med en masse spændende oplevelser, Berlin har meget at byde på.

***Vi siger tak til alle for Jeres gode humør og sammenhold,  
samt til tider tålmodighed.***