

# SeniORientering

Nyhedsbrev november 2017



## Nyt fra formanden

Af Ole Rønnelund, landsformand



Min hilsen i dette nummer, til læserne af vores blad, skal naturligvis handle om

### **HK's 32. kongres**

**som netop har fundet sted fra 23. til 25. oktober i Aarhus.**

Jeg var første gang til en HK kongres i 1965, og har siden været med ved alle kongresser. Dels som kongresdeltager med stemmeret og taleret, og dels som medarbejder i HK Forbundet. Denne gang var noget særligt. Jeg deltog som repræsentant for Landsforeningen. Jeg havde taleret, men ikke stemmeret og kunne naturligvis heller ikke vælges til noget som helst.

Alle kongresser er forskellige, men på en eller anden måde er det hver gang for mig lidt højtideligt, når fanerne bæres ind, og alle ca. 400 deltagere i salen rejser sig og synger. Så er kongressen i gang.

De som tror, at kongresser er kedelige og nærmest ligegyldige, og forbundsledelsen har bestemt det hele på forhånd, kan godt tro om igen. Der er en meget livlig aktivitet, og debatlysten er stor. Beslutningerne for HK i fremtiden er spændende og målrettet.

Hvad var så særligt ved denne kongres?

Det var HK's første digitale kongres. Alle delegerede havde medbragt deres iPad, så man fra sin plads i kongressalen havde forbindelse til kongressen. Man kunne anmode om ordet via iPad, stemme via iPad, osv. osv. Det fungerede næsten, og heldigvis kunne alt, når teknikken svigtede, foregå på gammeldags vis.

Mange diskussioner om fremtiden og det målprogram, som blev udarbejdet, handlede da også i høj grad om den teknologiske udvikling.

Om seniorerne: Kongressen handlede ikke meget om os, og helt naturligt fik HK Ungdom, som i høj grad er HK's fremtid, mere opmærksomhed, selv om vi pudsigt nok repræsenterer næsten lige så mange medlemmer. HK Ungdom har 63.000, mens vi har 57.000 medlemmer.

Landsforeningens Hovedbestyrelse havde udarbejdet og fik vedtaget et forslag, så det nu er muligt for seniorer at blive genindmeldt i HK, hvis man fortryder den udmeldelse, man afleverede lige før eller i forbindelse med, at man gik på pension.

Indmeldelse skal dog ske senest 2 år efter udmeldelsen.

Vi fra Landsforeningen, der var til stede på kongressen, Næstformand Aase, Kasserer Flemming og undertegnede samt sekretær Birgit og Ole (fra Århus), som var med en dag gjorde, at kongressen blev mindet om, at der findes en HK Landsforening for Seniorer, hvilket mange positive tilbagemeldinger bekræftede.

Alt i alt, en rigtig god HK Kongres, også for Landsforeningen.

## **Repræsentantskabsmøde 2018**

*Af Ole Rønnelund, landsformand*

Ak ja, tiden går hurtigt, og snart er det igen tid for Repræsentantskabsmøde i Landsforeningen.

Datoen er 15. og 16. maj 2018 på Christiansminde i Svendborg.

I Landsforeningen er vi så småt i gang med de forberedende øvelser.

Vi vil, så snart vi får medlemstallene pr. 31.12.17, et stykke hen i januar, give meddelelse ud, om hvor mange delegerede, der skal vælges inden for de enkelte HK afdelings område.

Repræsentantskabet består af 120 delegerede inkl. de 19 Hovedbestyrelsesmedlemmer, som automatisk er delegerede. Ved fordelingen af delegerede inden for hver HK afdelings område har alle klubber forlods ret til en delegeret.

Derudover skal klubberne vælge Hovedbestyrelsesmedlemmer således:

HK Hovedstaden kan vælge 5. Alle andre områder 2.

Derudover skal vælges suppleanter: Hovedstaden mindst 5, alle andre områder mindst 2.

Det anbefales, at der i alle områder vælges flere end de hhv. 5 og 2 suppleanter.

Indkaldelsen til Repræsentantskabsmødet vil blive udsendt til alle klubberne lige efter Hovedbestyrelsens møde 8. februar 2018.

## **NYT FRA UDVALGENE**

### **SYNLIGHEDS- OG AKTIVITETSUDVALGET**

*Af formand Kurt Pasfall*

I Synligheds- og Aktivitetsudvalget arbejder vi med flere sager til gavn for alle i HK Seniorer Danmark.

Udvalgets seneste tiltag er udarbejdelsen af en ny velkomstfolder, som vi håber vil blive godkendt på næstkommende HB møde. Vi er også i gang med en revision af vores kommissorium, som vi ligeledes forventer godkendt på næste møde i Hovedbestyrelsen.

Vi har sagt farvel til et af medlemmerne af Synligheds- og Aktivitetsudvalget og vil gerne have et nyt medlem, og gerne fra Midt – Vestjylland. Håber, at en af læserne af SeniORientering vil melde sig til dette arbejde. Vi mødes 3-4 gange pr. år i Odense, hvor omkostningerne ved rejsen/transport bliver honoreret.

### **KURSUSUDVALGET**

*Af formand Ole Kynde*

Der afholdes 2 kurser "Længe leve livet" i dagene 20-22. marts 2018 og 3-5. september 2018 samt 1 kursus "Fra sidelinjen til bestyrelsesarbejdet" i dagene 9-11. april 2018.

## REDAKTIONSUDVALGET

Af ansvarshavende redaktør Aase Christensen

Nedenfor finder du en præsentation af Redaktionsudvalget bag SeniORientering.

Har du noget på hjerte, som du har lyst til at dele med andre, så skriv/mail eller ring til os. Vi savner altid indlæg til at gøre vores fælles blad endnu bedre!

Aase Christensen  
Ansvarshavende redaktør  
Tlf.: 5196 5055  
[aac@webspeed.dk](mailto:aac@webspeed.dk)  
pr. 1/12-2017:  
[aase@aasechristensen.dk](mailto:aase@aasechristensen.dk)



May Brit Horst  
Tlf.: 5492 3531  
[may-brit@horst.dk](mailto:may-brit@horst.dk)



Kirsten Sølvberg  
Tlf.: 2225 1197  
[k.solvberg@live.dk](mailto:k.solvberg@live.dk)



Joan Briesemeister  
Tlf.: 4032 5343  
[joan.briesemeister@gmail.com](mailto:joan.briesemeister@gmail.com)



Anita Villumsen  
Tlf.: 4731 5654 – 2897 1781  
[anitavillumsen@gmail.com](mailto:anitavillumsen@gmail.com)



Gøther Mathisen  
Tlf.: 5486 5502 – 4072 5502  
[g@birch-mathisen.dk](mailto:g@birch-mathisen.dk)

Foto følger

## Indlæg til SeniORientering

Af Gitte Kirkegård, bestyrelsesmedlem i Køge Seniorklub

Jeg deltog i kurset på Christiansminde "Fra sidelinien til bestyrelsesarbejde" i perioden 3-5. april 2017 sammen med to andre fra bestyrelsen i Køge Seniorklub og et medlem af klubben. Det var nogle dejlige, lærerige og meget inspirerende dage, hvor jeg fik meget mere indblik i en klubbestyrelses arbejde. I alt var vi 21 deltagere, som kom fra hele landet.

Vi havde en utrolig dygtig og dynamisk lærer, Jens Ole Østergaard Mathiasen, som forstod at få alle deltagere til at medvirke aktivt i debatter og gruppearbejde. Her blev vi delt op i nogle grupper, hvor vi indimellem arbejdede sammen om forskellige opgaver. Blandt andet at udarbejde vedtægter, dagsorden, øve mødeafvikling, lave referater og planlægning af en generalforsamling m.m. Vi fik et godt indblik i rettigheder og tavshedspligt.

Jeg oplevede også, hvor forskellige Seniorklubber kan være, og diskussionerne gik lystigt i "arbejdsgrupperne".

Det var nogle hyggelige dage, hvor jeg lærte en masse dejlige mennesker at kende, og samtidig lærte jeg også rigtig meget nyt om bestyrelsesarbejde. Det har helt sikkert givet inspiration og styrket mig i det fremtidige klubarbejde i HK Seniorklub i Køge.

Så vi tre, der deltog i kurset fra bestyrelsen i Køge Seniorklub, kan fremadrettet være med til at styrke fællesskabet og komme med ny inspiration.

Der var også tid til fælles hygge i "kælderen" om aftenen, og det blev også til et par spadsereture i det smukke område, hvor ramsløgene stod smukt på skrænten i skoven, og solen skinnede på Svendborg Sund.

Jeg kan varmt anbefale dette kursus.

### **Seniorkurser – kommer der nye?**

*Af Kirsten Sølvberg, bestyrelsesmedlem i HK Seniorklubben Svendborg*

Seniorkurser for os, der ikke længere er på arbejdsmarkedet – de er gavnlige for krop og sjæl. Kursusophold med dygtige og engagerede undervisere i fantastiske naturrammer på Hotel Christiansminde med panoramarestaurant, der serverer mad med toner af det nordiske køkken.

Efter at have deltaget i "Senior – Længe leve livet" og "Senior – Fra sidelinjen til bestyrelsesarbejdet" er jeg blevet bestyrket i troen på, at vi seniorer også har glæde af og behov for stadig at kunne deltage i kurser, og at kursusvirksomhed ikke kun er forbeholdt det arbejdende folk.

Dog efterlyser jeg flere/nye kurser for seniorer – for når vi – som jeg – har deltaget i de 2 nævnte kurser, er der ikke flere kurser, der henvender sig specielt til seniorer. Derfor håber jeg, at kursusudvalget har nye kurser på beddingen.

### **Hvorfor skal vi, der allerede er pensionister, forbigås ???**

*Af Joan Briesemeister, Næstformand i HK's seniorer i Horsens og formand for Faglige Seniorers kommunegruppe i Horsens*

I forbindelse med regeringens forslag til skattelettelser er der ikke tænkt på pensionisterne. Lars Løkke Rasmussen har ovenikøbet været så flabet at udtale sig om, at pensionister kan spare på køb af ny bil, og det er det. Efter min mening fuldstændig utilstedeligt at udtale sig på den måde.

Også i forbindelse med regeringens oplæg til, hvordan det fortsat kan være attraktivt for kommende pensionister at spare op til pension, er der intet nævnt om de nuværende pensionister, som for manges vedkommende har sparet op lige til de gik på pension og dermed er ramt af modregninger i såvel pensionstillæg samt personlige tillæg.

Jeg har personligt ikke hørt andre end Ældresagen – som jeg iverigt ikke er medlem af – være i pressen og kritisere det forslag, der er lagt frem, da det jo heller ikke tilgodeser nuværende pensionister. Ældresagen har foreslået, at man ændrede på modregningsreglerne, idet det så ville komme både nuværende og kommende pensionister til gode. Umiddelbart synes jeg, det lyder fornuftigt.

Jeg ærgrer mig blot over, at hverken HK's seniorer eller Faglige Seniorer har været i pressen i forbindelse med denne problematik

Det er jeg faktisk rigtigt skuffet over, for disse 2 organisationer kunne vel også regne med opbakning fra såvel HK som LO.

### **Foreningskonti og CVR-nr. i forbindelse med ændring af tegningsretten i klubber**

*Af Aase Christensen, Næstformand HK Seniorer Danmark*

I forbindelse med generalforsamling/ved skift af medlemmer i klubbestyrelserne er det vigtigt at vide, hvad der kræves, da bankerne har skærpet kontrollen omkring tegningsretten for foreningskonti af frygt for hvidvaskning af valuta.

Dette skal medbringes til banken ved ændring af tegningsberettigede:

- Underskrevet referat af sidst afholdte valgmøde
- Kopi af legitimation med foto (pas eller kørekort) samt sygesikringsbevis
- Vedtægter

Banken har en formular, der underskrives af den nye fuldmagtsindehaver samt bestyrelsen, der har tegningsretten jfr. valgmødet.

Derudover er der nogle banker, der kræver, at foreninger opretter et CVR-nr.:

- Sådan opretter du et CVR-nr. - Gå til hjemmesiden:

[https://www.virk.dk/myndigheder/stat/ERST/Frivillige\\_foreninger](https://www.virk.dk/myndigheder/stat/ERST/Frivillige_foreninger)

Personerne er selv ansvarlige for at ændre navnene i CVR registeret, som let kan foretages på samme adresse som ovenstående.

## NYT FRA KLUBBERNE

### KLUBBER HJÆLPER KLUBBER

*Af Ole Rønnelund, Landsformand*

Til den overskrift vil de fleste sige, ja selvfølgelig, og heldigvis er det også rigtigt. Mit bestemte indtryk er da også, at der specielt inden for de enkelte HK afdelingers område er et glimrende samarbejde klubberne imellem, ligesom man fredeligt og fordrageligt bliver enige om en reel og retfærdig fordeling af det tilskud, som HK afdelingen yder.

Dette eksempel på klubber hjælper klubber er på tværs af HK grænser og danske landsdele.

I maj måned var 48 HK seniorer fra Hillerød på en 4 dages tur til Aarhus og Silkeborg. I Aarhus kendte vi forholdene godt. Vi skulle se Moesgaard, Aros, Den Gamle By og Dokk'en, samt naturligvis på bytur. Om Silkeborg havde vi nogle spørgsmål, hvorfor jeg kontaktede klubformand Mona i Silkeborg. Mona henviste straks til sin næstformand Bjarne, som hun mente var bedre til at vejlede os.

Det havde hun nok ret i. Bjarne fik ændret et af sine mange møder og tog med os rundt på vores tur i Silkeborg. Vi skulle først på sejltur med "Hjejleselskabet". På grund af store problemer med at få vores bus til at køre langs søerne til Silkeborg, og i øvrigt trafikale problemer, kom vi for sent til vores sejltur. Det ordnede Bjarne, og vi fik en rigtig god sejltur på de smukke søer. Da vi forlod sejlturen, var Bjarne en uvurderlig guide videre til Himmelbjerget, til Ålekroens frokost, og videre til Silkeborg, hvor museum Jorn skulle besøges, ligesom butikkerne i Silkeborgs gågade fik glæde af vores besøg. Nogen mente, at butikkerne nok lukkede pga. velstand, da vi forlod byen.

Vi havde en dejlig dag. Vi har sagt tak til Bjarne, det gentages her. Også tak til Mona,

som fandt en rigtig god og hyggelig guide i sin klub.

Det var GULD værd.  
Hilsen fra kollegerne i Hillerød.

### Frederikssund/Frederiksværk

#### HK seniorer på udflugt

*Af Anita Villumsen, formand HK seniorerne Frederikssund/Frederiksværk*

Bussen med 40 seniorer startede fra Frederiksværk kl.8:15 og kørte over Frederikssund. Derefter kørte vi videre mod Næstved havn med stop et hyggeligt sted, hvor vi som sædvanlig fik en lille øjenåbner.

Vi ankom til det gode skib Friheden, som sejlede os ad kanalen omkring Gavnø Slot til Karrebæksminde. Karrebæksminde er en lille by på Sydsjælland. Turen varede halvanden time, og på båden kunne vi købe diverse drikkevarer.

I Karrebæksminde holdt bussen parat, hvorefter vi kørte til restaurant De Hvide Svaner, hvor vi fik en lækker frokost serveret ved bordene. Bagefter var vi ude og gå lidt rundt, bl.a. på Enø, inden vi skulle ind og have kaffe. Så gik turen hjemad efter en dejlig dag - godt trætte efter mange hyggelige timer sammen.

Vi var heldige med vejret, sol hele dagen.

Ellen Margrete Mogensen, HK Frederiksværk takker Anita Villumsen for tilrettelæggelsen og har sendt de vedhæftede billeder til SeniORientering.

### Dagbog fra rejse til Cottbus

*Af rejsedeltager Yrsa Mortensen.*

I vedhæftede bilag kan du læse Yrsas dagbog og nyde de skønne billeder fra turen.

## **GAMLE DAGE.....**

*Af Lillian Westy Andersen, medlem siden 1963. HK Seniorer Frederiksværk-Frederikssund*

For næsten 30 år siden var min mand Jørgen og jeg medlemmer af Hundested Seniorkor. En af de andre sangere faldt vi i snak med. Hun spurgte, om vi var medlemmer af HK. Det bekræftede vi, og hun foreslog, at vi kom til deres komsammener i Frederiksværk. Det ville vi da gerne.

Vi var ny tilflyttere fra Brøndbyøster til Hundested, og vi var begge efterlønsmodtagere. Vi ville gerne lære nye mennesker at kende. Det har vi aldrig fortrudt. Det var søde og dejlige mennesker, der mødtes hver 14. dag i HK på Strandvejen i Frederiksværk til snak og banko (megen snakken og grinen). Vi havde vores medbragte madpakker med, det hele var meget hyggeligt og afslappet, så vi vedblev med at komme der. Dengang var det ikke organiseret, vi mødtes bare. Der var ingen bestyrelse og generalforsamling. Det fik vi først senere efter "opfordring" fra HK.

Når vi var på udflugt, havde vi også madpakker med, så udgifterne blev holdt nede. Så spiste vi vores mad i bussen, hvis vi ikke kunne få lov til at spise den på et traktørsted, selvom vi købte vores drikkevarer der. Vi havde vores faste buschauffør, Bus Anders, en hyggelig fyr, som fortalte om, hvad vi så på vejen. Han kendte hele Danmark og kunne fortælle.

Nu til dags går det anderledes flot for sig. Vi spiser fint ude og får også kaffe med lagkage, når vi er på tur. Det er også meget festligt til forskel fra vores hverdag.

Lidt efter lidt blev medlemmerne med medbragte madpakker færre. Folk sivede

hjem, lige når vi skulle til at spise, så fællesspisningen blev droppet, og så gik alle hjem efter aktiviteterne.

Vi havde et par brødre (Arne og Karl) i klubben, som inviterede os hjem til sig i haven til havefest hver sommer. Det var noget, som vi så hen til. Vi blev bænket ved et meget langt bord i haven. Vi havde vores egen parasol med samt madpakke. De havde en stor græsplæne, så vi legede "2 mand frem for en enke" og andre lege. Vi var pjankede som børn, for vi havde det jo sjovt. Bagefter fik vi kaffe og kage. Og vejret var altid meget flot.

Vi fik efterhånden forskellig underholdning om torsdagen. Der blev holdt interessante foredrag med lysbilleder, vi sang efter arbejdsangbogen, og vi spillede også af og til banko. Det vigtigste var stadigvæk, at vi kunne snakke sammen. Lydniveauet var højt. Det er det stadigvæk. Vi taler om mange forskellige ting. Vi kommer fra mange forskellige faggrupper, men vi taler aldrig "fag", og vi ved ikke, hvor de andre kommer fra. Vi er som én stor familie.

Vi tager pænt imod nye medlemmer, som vover sig ind i "løvens hule". Vi vil jo gerne have, at de kommer igen. Vi er glade for, at der kommer nye mennesker, for vi mister jo af og til et medlem. Jeg vil meget nødtigt undvære HK's seniorklub, selv om den har skiftet navn. Der er ellers intet forandret i klubben i forhold til før i tiden. Gudskelov!

Jeg glæder mig altid til vores møder hver anden torsdag og prioriterer dem højt.



## Mine første 1,5 år som købmandslærling

*Af Poul Sørensen, Langebæk*

Jeg hedder Poul og er født i 1939. Gik i skole i Langebæk, en lille landsby i Sydsjælland, og ud af skolen i 7. klasse, så mente sognerådet vi havde lært det hele, for vi gik jo i skole hver anden dag!

Efter et år som arbejdsdreng i et engrosfirma, N. Chr. Larsen i Vordingborg, kom jeg i lære hos købmand Alfred Hansen på Algade i Vordingborg. Det var i 1954, da jeg var 15 år.

Alfred, - det blev han kaldt, når han ikke hørte det, - ellers var det hr. Hansen, var hård og uretfærdig, det var kæft, trit og retning og skældud det meste af tiden.

Jeg tror ikke, han kunne lide mig, og det var virkelig også gensidigt.

Lønnen udgjorde omkring 150,00 kr. om måneden. Selv efter den tids forhold var det meget lidt, især når min mor skulle have det halve, for kost og logi.

Da jeg startede den første dag kl. 07.00, blev jeg ikke mødt med et "god morgen og velkommen". Nej, jeg blev straks sat til at gøre rent på kontoret, hvilket også var tiltrængt, der stod nemlig et koksfyrrerinde, og der var meget beskidt. Gjorde jeg det ikke godt nok, så kom den første skideballe, - tak skal du ha' tænkte jeg, men sådan er det nok at være i lære, så ikke noget med at pive.

Så er der sikkert gået et par dage med rengøring og oprydning oppe på lageret.

Nu var det så hestestalden, der skulle gøres fin, igen skideballe på skideballe.

Jeg gjorde intet rigtigt, men mente, det var noget, man skulle finde sig i.

Vareudbringningen foregik med hestevogn, så jeg skulle jo også lære at lægge seletøj på den der krikke, og spænde for, det faldt mig ikke ligefor, så igen, "ka'du for f....i hede hule h..... ikke snart få det lært." Han var dygtig til bandeord.

Der var også en helt nyudlært ung mand i butikken, som Alfred behandlede godt, da han muligvis var bange for, han skulle sige op, Alfred var ved at blive syg på det tidspunkt.

Vi havde en bydreng, som for det meste kørte med hesten, men han fik mere i løn end mig, så han mødte ikke før kl. 09.00. Jeg skulle gøre alt klar til han mødte.

Da der nok er gået et halvt år, skulle jeg lære at ekspedere kunder, det glædede jeg mig til.

Mandag formiddag fik jeg udleveret en kasse, som kunne stå på bagagebæreren på min cykel, i kassen var 12-14 røde kontrabøger, så skulle jeg ellers ud til fru Jensen og fru Hansen osv. og modtage ordrer. Det foregik som regel i kundens køkken. Så nu fik jeg også lært at drikke kaffe. Når jeg kom hjem til butikken igen, skulle jeg lave varerne til, som så blev leveret dagen efter.

Nu blev det så tid til at ekspedere kunder i butikken.

Når kunden, efter at have sagt goddag, kom hen til disken, skulle jeg krumme pegefingeren og lægge den på kanten af disken og lægge tommelfingeren ned langs kanten, mens de andre fingre skulle krummes ind i hånden, det var begge hænder, og så skulle jeg så sige, " hvad skulle det være?" Det var meget nemt, men det gjorde jeg selvfølgelig også forkert. Alfred havde oparbejdet en teknik, der gik ud på at sparke sidelæns, han sparkede mig med sine træsko

mange gange, han kunne gøre det, så kunden ikke kunne se det, og jeg turde ikke gøre miner til, at det gjorde ondt. Jeg husker også, at jeg viste min mor blodet, der var gået gennem strømperne, men man skulle ikke komme hjem og beklage sig, man kunne nemlig bare opføre sig ordentlig og gøre, hvad der blev sagt.

Jeg var ellers ikke vant til øretæver hjemmefra. Jeg følte det lidt uretfærdigt.

Senere kan man måske godt se, at Alfred en gang imellem havde grund til at blive gal på os.

Når vi skulle på kasernen med varer, skulle vi være to, hesten kunne ikke lide soldater, så en os skulle stå ved hesten.

På vej hjem skulle vi altid om på pladsen, hvor der lå mureraffald, og drikke sodavand og spise et eller andet. Jernbanen løb ved siden af, og når der kom et tog, blev hesten så bange, at den satte i løb og væltede ind over nogle murbrokker. Så blev vi bange, vi så, der kom blod fra hestens ene ben, og vognen fik mange skader.

Vi bandt en klud omkring benet, og vi kom da hjem, men da blev Alfred fuldstændig rasende, det var sgu ikke sjovt før bagefter.

En anden gang kravlede vi op på hans rækværk for at snuppe nogle pærer, med det

resultat, at rækværket væltede, igen måtte vi ind og stå ret.

En anden gang kørte vi hurtigt omkring et hjørne, så varerne væltede af vognen, bl.a. 24 fl. brændevin, som vi lige havde hentet hos grossisten. Der gik han også fuldstændig amok, han kunne virkelig blive vred. Sådan var der flere andre episoder. Faktisk havde vi meget sjov med den hest, når man tænker på det bagefter.

Det kunne også være nogle lange dage. På cykel fra Langebæk, 12 km, møde kl. 07.00-17.45, og så på handelsskole til kl. 20.00. Op på cyklen igen til Langebæk. Vi var flere, der fulgtes ad, og vi oplevede det ikke som noget særligt, vi overlevede da.

Efter 1,5 år døde Alfred, og det blev min mor meget ked af at høre, da jeg kom hjem og fortalte det. Hun var jo sikkert bange for min videre læretid. Jeg blev ikke så ked af det.

Allerede få dage efter begyndte jeg hos N. Chr. Larsen, hvor jeg tidligere havde været som arbejdsdreng, det blev en god tid, og jeg fik gode kolleger. Der havde vi også hest.

Men alligevel, tak Alfred, du fik trods alt lært mig nogle ting.

Noget har jo hængt ved, siden den tid med Alfred, da jeg har været i butik, lige til jeg gik på pension.

## NYHEDSBREVE FRA HK / Min profil på Mit HK – HVORDAN SER DEN UD?

HK udsender nyhedsbreve og mails til alle medlemmer på baggrund af de informationer, der findes i HK's medlemssystem.

Når du indberetter din e-mail adresse til HK, sendes nyhedsbreve mm automatisk til dig som medlem. Mailadressen indrapporteres af dig på Mit HK – eller kontakt den lokale HK afdeling.

Du kan også selv rette dine oplysninger, og du kan selv til- og framelde nyhedsbreve. **VIDSTE DU DET?**

Redaktionsudvalget siger tak til IT-konsulent Henrik Petersen, HK Nordjylland for udarbejdelsen af en vejledning, som du kan klikke frem her:



Sådan kommer du i gang, efter du har åbnet linket med vejledningen Min profil på Mit HK.pdf:

1. Åbn hjemmesiden [www.hk.dk](http://www.hk.dk)
2. Klik på **Mit HK** og log på med din Nem ID. *Du kan også vælge at logge på med dit cpr-nummer og en adgangskode, som du selv har valgt tidligere. Men har du ikke en kode, er Nem ID den letteste løsning.*

A screenshot of the Mit HK website's login interface. The top navigation bar includes links for "Job & karriere", "Aktuelt", "Netværk", and "Under uddannelse", with "Mit HK" highlighted in a red box. Below the navigation bar, there are two main login sections. The left section, also outlined in red, features the "NEM ID" logo, a link for "Problemer med Log ind?", and a blue "LOG IND MED NEM ID" button. The right section, also outlined in red, contains input fields for "CPR-nummer" and "Adgangskode", a blue "LOG IND" button, and a link for "Glemt adgangskode".

-o00o-

**SeniORientering udsendes til samtlige klubformænd, der herefter videresender til de af deres medlemmer, der har mailadresse.**

## TIL EFTERTANKE

### VI BLIVER ÆLDRE end forskerne troede

I 2016 havde vi i Danmark 1.143 borgere med en alder på 100 år eller derover.

Læs mere om dette interessante emne [her](#).

### Husk at stemme

Kommunal- og Regionsvalgkampen er nu godt i gang op til valget **den 21. november**, så det er nu du har indflydelse på den politik, der føres de næste fire år – **Mange kommuner foretager valg til ældegeråd samme dag.**

### HK medlemmer får **rabat på Hotel Christiansminde, Svendborg.**

Hvis du er medlem af HK, sørges der for gode tilbud til dig og din familie.

Find de aktuelle tilbud til HK medlemmer på hjemmesiden [her](#).

### **Kender du Netavisen Piopio?** RIGTIG god læselyst!

*Af Aase Christensen, Næstformand HK Seniorer Danmark*

Netavisen Pios nyhedsbrev leverer daglige nyheder, analyser og baggrund – med klare holdninger.

[Du kan læse mere om Pio her.](#) Navnet Piopio er taget fra grundlæggeren af den socialdemokratiske arbejderbevægelse, Louis Pio. Han satte som bladudgiver ny dagsorden og kobede tanker, ord og handling på en måde, som stadig står som et forbillede for Piopio i dag.

Initiativtagere til Netavisen Pio (piopio.dk) er Foreningen Pio, hvis medlemmer er en kreds af personer, som deler overbevisning og ønske om at nuancere den offentlige debat.

### **HUSK – DER VIL ALTID VÆRE PLADS TIL DEN GODE HISTORIE – SEND DIT INDLÆG TIL REDAKTIONSUDVALGET!**

# Bagsiden

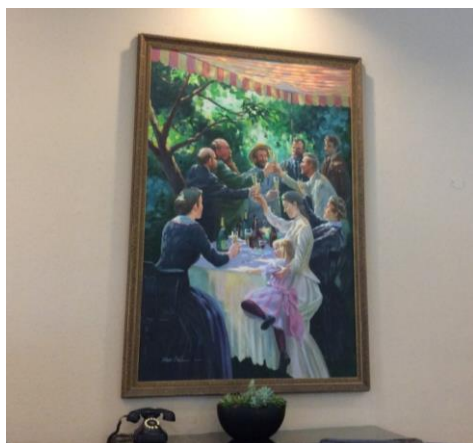
En vigtig information for de kommende folkepensionister:



**Du skal selv søge om folkepension**

Udbetaling Danmark sender fra 1. juli i år ikke længere en meddelelse om, at man kan søge om folkepension. Fremover er det ens eget ansvar at huske det. Glemmer du at søge ved folkepensionsalderen, kan du gøre det med tilbagevirkende kraft, men SENEST den 10. i den tredje måned, efter at du har nået folkepensionsalderen. Gør du f.eks. det i september, kan du søge om pension med tilbagevirkende kraft fra 1. oktober senest 10. december. Der er en særlig dispensationsmulighed for personer, der ikke har fået søgt i tide pga. alvorlig sygdom.

På hotel Embassy Suites i San Francisco bliver gæsterne hilset velkommen med dette billede:



”Hip, hip hurra” for Skagen ....  
Gad vid, om de ved, hvorfra det  
stammer.....

Set på biblioteket i Santa Cruz, Californien:



Dansk hygge hitter lige nu ”over there” alt fra julepynt, æbleskiver, efterårs-stemning med levende lys til opskrift på ”boller i karry”.

Bagsiden redigeres May Brit Horst, HK/seniorformand Vestlolland.