



POLITIPENSJONISTEN

ORGAN FOR POLITIETS PENSJONISTFORBUND NUMMER 4 • 2014

Julepensjonisten

Les om PPFs nye
forsikring – og
merkantile tilbud

Se side 3

Om Stutthof og
Sachsenhausen

Side 6–11

*God jul
i alle
politipensjonist-
hjem!*

Møt politidirektør
Odd Reidar Humlegård

Side 4–5

Medaljheder til
Kaare A. Kopperud

Side 13

www.politipensjonisten.no



Kyrre Stenbro.

Hva skjer – noe for deg?

I våre vedtekter og i Handlingsplanen for Landsmøteperioden 2013–15 er oppgavene både for vårt lokale og sentrale nivå trukket opp slik at vi i perioden skal kunne arbeide for det beste for våre medlemmer! Dersom vi på forbunds nivå skal kunne gjøre vårt beste, er vi avhengige av et godt og effektivt samarbeid med våre lokale enheter – at det responderes og meldes fra på henvendelser og pålagte oppgaver innen gitte frister både i vedtekter, rundskriv og i andre skriv. Mange er utrolig flinke til dette, men vi skulle ønske at alle var det! Et Juleønske fra Forbundsstyret!

En kommunikasjonsutfordring har vært å være ajour med e-postadressene til våre lokale ledere, samt at ved feriefravær o.l. har det ikke vært mulig å få svar. Med bakgrunn i enigheten i Lederkonferansen i april 2014, startet vi arbeidet med å få opprettet g-mailadresse til det enkelte lag/forening. I mai ble det sendt ut en e-post med veiledning på hvordan dette skulle gjøres. Etter flere oppfriskende e-poster er det i skrivende stund en håndfull igjen som ikke har fulgt opp. Vi har også underveis tilbudt hjelp fra sentralt hold! Med g-mailadresse kan inngående post til laget/foreningen rutes til flere i styret. Dermed unngår man at alt er avhengig av at lederen er tilstede til enhver tid, og at vi slipper å lure på om vi har riktige e-postadresser. Taushet er frustrerende!

På sentralt nivå har vi siden Landsmøtet 2013 og iht. vedtatt Handlingsplan, lagt ned mye arbeid i å: a.) fremme prioriterte oppgaver sammen i SAKO og Pensjonistforbundet overfor myndighetene, b.) samarbeide med Politidirektoratet og Politiets Fellesforbund (PF), c.) bedre forbundets økonomi, d.) skaffe bedre forsikrings- og merkantile tilbud til medlemmene. Dessuten har samarbeidet med PF om et nytt medlemsregister og overføring av medlemmer til oss tatt mye tid, men det har vært helt nødvendig. Samspillet med lokallagene for å kunne sitte med oppdaterte medlemsregistre både lokalt og sentralt, er meget viktig spesielt når vi skal adressere for utsendelse av Politipensjonisten, Magasinet Norsk Politi og Politiforum til våre medlemmer. Inntil nylig var dette en meget stor og tidkrevende oppgave, fordi vi fikk veldig mange blad i retur med beskjed om feil adresse m.m. Dette tar tid og koster penger.

Samarbeidet med PF vil fra årsskiftet gi våre medlemmer; gode og etterlengtede forsikringstilbud, gode merkantile tilbud og bedret økonomisk støtte til forbundet. Samarbeidet vil også bidra til opprettelse av medlemmenes «Min Side» på vår hjemmeside på Internett slik at det enkelte medlem - som har nettilgang - kan sjekke og oppdatere sine egne personlige opplysninger.

Samarbeidet i SAKO og Pensjonistforbundet har vært den eneste reelle muligheten for oss til å kunne drøfte kravene til Trygdeoppgjøret og samtidig størelsen på Grunnbeløpet med Arbeids- og sosialdepartementet. Det samme gjelder krav til det årlige Statsbudsjettet. I tillegg avtales det møter med komiteene på Stortinget når de behandler sine respektive deler av budsjettet. Det er ved disse årlige seansene at vi har anledning til å fremme prioriterte krav fra vår Handlingsplan!

Samarbeidet med Politidirektoratet og Oslo politidistrikt er meget godt. Landsmøtets pålegg om å planlegge gjennomføringen av 70-årsmarkeringen i 2015 av Stutthof-fangenes løslatelse, går meget bra takket være vår arbeidsgruppe og at POD har stilt velvillig opp økonomisk. For første gang tok direktoratet inn et punkt i Disponeringskrivet for 2014 om at politidistriktene/særorganene skulle yte bidrag til et godt samarbeid med våre lokale lag/foreninger.

Den økonomiske situasjonen har vi fått styrket. Forbundsstyret vedtok derfor i møte 21.10. å utbetale økonomisk støtte til drift av lokallagene. En slik utbetaling forutsetter at kontingenten for 2014 er innbetalt til forbundet og at det responderes raskt på henvendelser. En nyhet i dette bladet er at vi legger inn gratulasjoner til de som fyller 70, 80, 90, og 100 år i perioden fram til neste utgave. Dette krever et oppdatert medlemsregister slik at vi ikke mister noen eller gratulerer noen som er gått bort før utgivelsen av bladet.

Til alle våre medlemmer, til alle våre venner i de organisasjonene vi samarbeider med, til samarbeidende departement, Politidirektoratet, Oslo politidistrikt og til våre forretningsforbindelser:

EN RIKTIG GOD JUL I 2014 OG ET GODT OG FREMGANGSRIKT 2015!

Husk: Det er sammen vi kan bygge Politiets Pensjonistforbund sterkere! Der ligger fremgangen.

Kyrre Stenbro, forbundsleder



Redaktør:

Jørn-Kr. Jørgensen
Leyrins gate 2 – 0585 Oslo
Telefon 0047 22 87 05 05
Mobil 0047 906 14 485
E-mail: jornjoer@gmail.com



Redaksjonen avsluttet:
21. november 2014

Politiets Pensjonistforbund
Postboks 8101 Dep., 0032 Oslo
Telefon: 22 66 90 95 • Telefaks: 22 70 50 87
E-post: ppf@pf.no • www.politipensjonisten.no

Besøksadresse:
Grønlandsleiret 44, Politihuset 9. etasje, 0190 Oslo

Fast kontortid:
Tirsdag og torsdag 09.00 – 15.00

Forbundsstyret i Politiets Pensjonistforbund

Forbundsleder
Kyrre Stenbro
Telefon 911 36 915
E-mail: kyrreste@online.no



Forbundsnestleder
Olav Røttingsnes
Telefon 928 25 099
E-mail: oroetti@online.no



Forbundssekretær
Sigmund Engen
Telefon 472 52 136
E-mail: sighege@gmail.com



Forbunds-kasserer
Roald Korsøen
Telefon 901 80 389
E-mail: roakor@online.no



Styremedlemmer:
E. Eystein Loftesnes
Telefon 928 64 770
E-mail: eeloftesnes@gmail.com

Torbjørn Finn
Telefon 924 33 183
E-mail: torfinn.norge@yahoo.no

Oddbjørn Olsen
E-mail: o-golsen@online.no

Design & Trykk:
X-ide, Larvik – Opplag: 3 500



Ny avtale med PPF

Politiets Fellesforbund og Politiets Pensjonistforbund har inngått en utvidet samarbeidsavtale. Alle medlemmer av Politiets Pensjonistforbund får nå tilgang til PF Forsikring og andre gode merkantile avtaler.

– Vi har i mange år hatt en samarbeidsavtale. Begge parter er svært fornøyd med at samarbeidet nå blir kraftig utvidet og enda tettere, sier Sigve Bolstad, leder av Politiets Fellesforbund og Kyrre Stenbro, leder av Politiets Pensjonistforbund.

Alle medlemmer av Politiets Pensjonistforbund og pensjonistmedlemmene i Politiets Fellesforbund får dermed lik tilgang til begge forbundene merkantile avtaler og tilbud.

– Politiets Pensjonistforbund har sagt opp avtalen med If Forsikring. Det betyr at alle pensjonistmedlemmer nå kan delta i de fordelaktige forsikringsordningene som Politiets Fellesforbund har. Vi vet at det har vært et etterlengtet ønske hos mange. PF Forsikring omsetter for 106 millioner kroner per år. Vi anser pensjonistene fra politi- og lensmannsetaten som gode forsikringskunder. En stor vekst i antall pensjonister som tegner skade- og innboforsikring vil være med på å redusere prisen ytterligere for alle som har private forsikringer gjennom Politiets Fellesforbund, sier Bolstad.

PF Forsikring skal utarbeide en egen pensjonistforsikringsbrosjyre som vil bli sendt ut til alle pensjonistmedlemmer i Politiets Fellesforbund og Politiets Pensjonistforbund innen utløpet av året. I tillegg har Politiets Fellesforbund tatt på seg å utvikle «Min Side» på www.politipensjonisten.no/. Her vil blant annet opplysninger om forsikringsordningene til den enkelte bli gjort tilgjengelig for sommeren 2015.



Kyrre Stenbro og Sigve Bolstad har signert den nye samarbeidsavtalen.

På Politiets Fellesforbunds landsmøte i Bodø i slutten av november vil det bli fremmet et forslag om at alle som blir pensjonister vil bli automatisk innmeldt i Politiets Pensjonistforbund. Pensjonistmedlemmer som er medlem av begge forbundene vil da betale kontingent utelukkende til Politiets Pensjonistforbund.

– Politiets Pensjonistforbund er det eneste forbundet som har som oppgave og har ressurser til å ivareta politipensjonistenes rettigheter og sosiale forhold m.m. både sentralt og lokalt. Formålet med samarbeidsavtalen er å bidra til at nåværende og fremtidige medlemmer i begge organisasjonene opprettholder god kontakt, godt samarbeid og samhold til felles beste. Både Politiets Fellesforbund og Politiets Pensjonistforbund skal også arbeide for rettferdig pensjon og forutsigbar økonomi for medlemmene, sier Sigve Bolstad.



Hva er PF Forsikring?

PF Forsikring er samlenavnet på alt Politiets Fellesforbund gjør innen forsikring: produktene, fordelene, menneskene, servicen, medlems-historiene, merkevareren.

Ettertraktede forsikringskunder

Politifolk er ettertraktede forsikringskunder, og PF Forsikring oppnår derfor spesielt gode betingelser og rimelige priser.

Alle forsikringer du trenger

PF Forsikring tilbyr sannsynligvis alle forsikringer du trenger som privatperson. Bil, innbo, hus, verdisak, hund, reise, ulykke, hytte, båt, MC, tilhenger, livsforsikring... Alt på ett sted.

Unik service på forsikringskontoret

PF Forsikring har sitt eget forsikringskontor, helt uavhengig av forsikringselskapene. Der jobber dyktige, nøytrale forsikringsrådgivere som gjør forsikring enkelt for deg. All hjelp du trenger på ett sted, trygt og enkelt.

Sammen er vi sterke

PF Forsikring har over 35 000 frivillige forsikringsdekninger, og tallet øker hver dag. For eksempel har vi over 7000 innboforsikringer, 6700 reiseforsikringer og 5500 bilforsikringer.

Lave og stabile priser

Prisene er svært rimelige og stabile. Produktutvalget øker år for år. Gjennom PF Forsikring får du gode forsikringer til bra priser på ett sted.

Eget klagepanel

Skulle du ikke være fornøyd med for eksempel skadeoppgjør eller vilkårstolkning, har du PF Klagepanel på din side. Det har vært veldig få klager i PF Forsikring, men med PF Klagepanel er du sikret en profesjonell og uhildet behandling av de få sakene som kommer inn.

Flere nyheter

PF Forsikring fyller 10 år i 2015, og byr på noen ekstra jubileumsfordeler fra nyttår. Blant annet kan vi tilby egenandelsfordel til deg som sjelden har skader. Mer informasjon kommer.

Velkommen!

PF Forsikring ser frem til å tilby forsikringer til Politiets Pensjonistforbund. Sammen skal vi bli enda bedre og gjøre medlemmene enda mer fornøyd.

PF Forsikring – ring 23 16 31 00.



Norsk politi har mange hverdagshelter

Tekst og foto: Jørn-Kr. Jørgensen

– Det er stadig flere av dem jeg kjenner som går over i pensjonistens rekker, forteller Humlegård som meget godt forstår at mange pensjonister ser på det som nå skjer i politiet fra utsiden.

– Vi som utgjør norsk politi, ca. 15 000 mennesker, har vært igjennom tre krevende år. Vi har fått mye kritikk. Noe er fortjent, noe er ufortjent, men det er dokumentert flere forbedringsmuligheter og disse jobber vi med, forteller Humlegård.

– For mange politipensjonister forstår jeg at dette kan oppleves en smule underlig, at deres arbeidsplass ble fremstilt negativt. At dette også er krevende for den enkelte, er jeg den første til å forstå.

– På toppen av det hele kommer det faktum at Politidirektoratet ikke helt har lyktes med å fortelle hva vi gjør for å rette på feilene. At kritikken derfor også kan oppfattes som urettferdig, er det heller ikke vanskelig å forstå. Men jeg kan forsikre om at norsk politi står for mye og at vi gjør mye bra. Politiet har mange hverdagshelter.

– Hvilken kritikk svir mest?

– Den verste kritikken vi får, er den som er velfortjent. Det handler veldig mye om våre IKT-systemer, men dette visste vi. Vi visste også at vi skulle ha gjort noe med det før, og nå gjør vi det ressursene tillater oss for å rette det opp. Det er et stort arbeid, sier Humlegård.

Berettiget kritikk

– Hvilke forandringer prioriterer POD høyest.

– Det er det vanskelig å gi et entydig svar på, for alt henger sammen

med alt. Jeg kan likevel fortelle at vi aldri har hatt flere utbedrings- og forandringstiltak i gang enn nå. Våre ansatte vil merke dette i tur og orden.

– Blir du lei deg av kritikken?

– Både ja og nei. Ja, fordi en del er berettiget, nei fordi jeg vet vi leverer svært mye godt politiarbeid i Norge. Men det har vært slik at jeg nesten har måttet reise utenlands for å høre noe godt om norsk politi. På den annen side vet jeg at vi har mye å være stolte av.

Velfungerende og kompetent politi

– Du snakker om forandringer og forbedringer. Kan du være litt mer konkret?

– For å konkretisere noe: Det dreier seg om forandringer og forbedringer innen organisasjonen, ledelsen, IKT-systemene og om mer politifolk i et bedre organisert politi – det er et ledelses og organisasjonsansvar.

– Det er viktig at våre tilsatte tar forbedringene på alvor og ikke mister motet, fortsetter Humlegård. Og det er viktig at kritikken tas alvorlig, men at den ikke knekker stoltheten. Vi har et velfungerende og kompetent politi i Norge som på nært hold betyr svært mye for enkeltmennesker.

– Ydmykheten blir ikke borte bak uniformen?

– Nei, vi har bøyd oss for kritikken og tatt den på alvor. Vi er i gang og forandringene kommer. Heldigvis har borgerne tillit til politiet i Norge. Tilliten er politiets viktigste kapital. Uten tillit nytter det ikke med verken med penger eller omorganisering.



Forbedringspotensiale med politipensjonister

– Hva med politiets seniorpolitikk?

– Vi må snakke med folkene våre om dette og finne løsninger slik at vi kan bruke den know-how den enkelte besitter lenger og vi må forsøke å finne måter å gjøre dette på. Vi trenger hverandre i kampen mot kriminaliteten. Men at vi har et stort forbedringspotensiale når det gjelder å bruke politipensjonister, er det ingen tvil om. Og det skal ofte lite til.

– Det er viktig at også politipensjonister har en tilhørighet og vi må treffes oftere enn kun til julekaffen. Aktiviteten må rett og slett legges til rette. Vi må ta vare på hverandre og se på gjensidigheten. Det sier noe om hvordan vi tar vare på våre medarbeidere. Saken er nemlig den, understreker politidirektør Odd Reidar Humlegård, vi blir alle pensjonister.



OM POLITIDIREKTØR ODD REIDAR HUMLEGÅRD

Odd Reidar Humlegård (født 1961) er fra Porsgrunn og er politidirektør i Norge. Han har bakgrunn fra Forsvaret, og var tidligere sjefskonsulent ved DNV Consulting. Har vært ansatt i politiet siden 1984, og ble sjef for Utrykningspolitiet i 2003, videre sjef for Kripos i 2009. Humlegård har også vært assisterende sysselmann på Svalbard. Han har vært aktiv i TISPOL (European Traffic Police Network) siden 2005.

I årene 1996–1999 var han politiinspektør og leder for retts- og påtaleenheten og fast stedfortreder for politimesteren i Telemark. Han har tjenestegjort som politikonstabel og -overkonstabel i Telemark og Oslo politidistrikt. Humlegård har vært styreleder i Svalbard Samfunnsdrift AS, styremedlem og første visepresident i den Europeiske trafikksikkerhetsorganisasjonen TISPOL og styreleder for Politihøgskolen. Humlegård er tidligere styreleder for Trygg Trafikk.

Humlegård ble utnevnt som fungerende politidirektør av justisminister Grete Faremo 17. august 2012, med tiltredelse 20. august, etter at Øystein Mæland trakk til seg fra stillingen dagen før. 23. november 2012 ble han utnevnt til ny polidirektør.

Humlegård er cand.jur. fra 1992, og har gjennomført befalsskole og Poilitiskolen. Humlegård har også en Mastergrad i ledelse fra Handelshøyskolen BI og har gjennomført topplederprogrammet til engelsk politi, Strategic Command Course fra Leaderships Academy for Policing.



Odd Reidar Humlegård.

En eier som deg

På butikkdøren hang et skilt: «Valper til salgs».

En liten gutt kom inn og spurte: «Hva koster en valp?»

– Fra 30 til 50 dollar, var svaret.

– Jeg har 2.30– kan jeg få se dem?

Butikkeieren smilte og plystret. Ut fra kennelen kom en tise løpende, fulgt av 5 valper.

En av dem hadde vansker med å holde tritt.

Den lille gutten merket seg øyeblikkelig valpen som haltet og lå langt etter.

Han spurte: –Hva feiler den vesle der?

Mannen forklarte at dyrlegen hadde oppdaget under fødselen at valpen hadde en skadet hofta og ville halte resten av livet.

Den lille gutten ble ganske opprømt, og utbrøt: –Det er valpen jeg vil kjøpe!

Mannen svarte: – Nei, det ønsker du ikke hvis du tenker deg om. Men hvis du virkelig vil ha han, skal du få han.

Gutten ble tydelig fortørnet. Han så mannen rett inn i øynene og sa: – Jeg vil ikke ha den gratis!

Den er verd nøyaktig like meget som de andre, og jeg vil betale full pris.

Jeg skal betale et avdrag hver eneste måned til han er gjort opp for.

Mannen tok til gjenmæle: – Du kan ikke ønske deg den valpen der, gutt.

Den vil aldri kunne løpe, hoppe og leke lik andre hunder.

Gutten bøyd seg, rullet opp buksebeinet og avslørte en vanskapt venstrelegg, stivet av med en stålbjelke.

– Jeg løper ikke særlig godt selv, sa han. – Og valpen vil trenge en som forstår.

Mannen bet seg i leppen.

Han ble fuktig i øynene. Det gikk litt før han sa noe, og da med lav og fremmed stemme:

– Gutten min. Jeg håper hver og en av disse valpene får en eier som deg...



Nå hedrer vi politifangene i Stutthof

Av Jørn-Kr. Jørgensen

Den 25. april 2015 avdukes det en minneplakett i konsentrasjonsleiren Stutthof ved Gdansk over 271 politifanger som satt internert nettopp i denne leiren. Etter en forutgående innbydelse bl.a. i Politipensjonisten til politiansatte og pårørende til tidligere fanger om å være med, er turen nå på det nærmeste fulltegnet.

Å plassere norske politifanger i Stutthof var nazistenes forsøk på å vinne norske politifolk for den storgermanske tanke. Dette eksperimentet var en total fiasko. Fedrelandskjærligheten var større.

I april 2015 er det 70 år siden norske politifanger ble sluppet fri og dette skal markeres. Det er lagt opp til et arrangement i Stutthof i april 2015 der det bl.a. vil bli avduket en minneplate over norske politifolk som satt internert i den nevnte konsentrasjonsleiren. Mange har meldt seg for å være med og Oslo politiorkester deltar med flere musikanter takket være generøse bidrag fra Politidirektoratet.

Dette er Stutthof

Stutthof ligger 35 km øst for Gdansk. Leiren var planlagt som interneringsleir allerede før tyskernes invasjon av Polen. Dagen etter invasjonen begynte polske fanger fra Gdansk byggingen av leiren. De første fangen ble innregistrert allerede 10. september 1939.

Opprinnelig skulle leiren være en leir for sivile mannlige fanger, men i november 1941 ble den en spesialleir drevet av SS og 13. januar 1942 ble leiren formelt sett en konsentrasjonsleir. Fra januar 1941 kom også kvinner til leiren. Før 1942 ble leiren brukt til å utrydde den polske intelligensiaen, senere kom det fanger fra mange europeiske land dit.





271 norske politifanger

I 1942 begynte større utvidelser som ble fullført samme høst og nye utvidelser av leiren var planlagt gjort i 1944. Planen var at leiren skulle kunne ha 100.000 fanger på samme tid, 35.000 mer enn det høyeste antallet fanger som ble registrert sommeren 1944. 271 av dem var norske politifolk som i hovedsak hadde ankommet med slaveskipet «Donau» etter at de hadde nektet å skrive under nazistenes lojalitetserklæring. 13 av våre kolleger omkom enten i Stutthof eller som en følge av fangeoppholdet.

Gasskammeret i Stutthof

Stutthof hadde nesten 40 uteleirer, de to største var for jødiske kvinner. På grunn av de harde betingelsene i leiren kan Stutthof i praksis betraktes som dødsleir frem til 1943, spesielt for de jødiske fangene.

Våren 1944 ble det bygget et eget gasskammer til leiren, men allerede samme sommer var kapasiteten for liten og det ble benyttet spesielt innrettede jernbanevogner til dette formål. Gassing av fanger fortsatte til utpå høsten 1944. Fra sommeren 1944 ble nyankomne fanger drept med gass umiddelbart etter ankomst og nesten samtlige av de 50.000 jødene som ble sendt til Stutthof, ble drept.

Dødsmarsj

På grunn av russernes vinteroffensiv i midten av januar 1945 ble ca. 38.000 fanger sendt på dødsmarsj vestover til Vest-Preussen. Av disse fangene regner en med at ca. 30.000 omkom. Ny evakuering av leiren ble foretatt 25. april 1945. Disse ca. 4.500 fangene ble hentet med landgangsbåter til festningsbyen Hela og derfra med elvelektere til Neustadt i Holstein hvor de ble befrikk av engelskmenn. Stutthof ble befrikk av sovjetiske tropper 1. mai 1945.

I dag er det på en del av det gamle leirområdet et museum med ulike minnesmerker.



Administrasjonsbygget i Stutthof slik det en gang så ut.

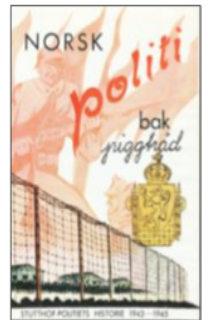
70 år gammel bok oversettes til polsk

Norsk politi bak piggråd: Utgis på polsk under stor markering neste år

Sammen med 270 andre politifolk ble tvedestrandsmannen Olaf R. Walle (1908 - 1977) i desember 1943 tatt av nazistene og sendt i fangeskipet «Donau» til konsentrasjonsleiren Stutthof utenfor Gdansk. I boken «Norsk politi bak piggråd», skrev Walle om sine opplevelser fra leiren. Nå skal boken oversettes til polsk.



Familie: Olaf R. Walle og kona Alfahild med døtrene Marit og Turid på hvert sitt fang. Marit, gift med Øyvind Bjorvatn, var skikkelig pappajente. Paret fikk også sønnen Per-Ola Walle, Tvedestrandts varaordfører og lege som døde i 2009.



Utgitt i 1946: Boka som skal oversettes til tysk. Omslaget ble tegnet av Olaf R. Waller bror, Arne Walle.

Oversettelsen skal være klar i god tid før 25. april 2015. Da er det 70 år siden de norske politimennene ble frigitt. 13 av dem kom aldri hjem til Norge.

- At Olaf R. Waller bok snart vil foreligge i en helt ny, polsk utgave nesten 70 år etter at den kom ut første gang, er en historisk begivenhet i Polen og en politihistorisk begivenhet i Norge, sier Jørn-Kr. Jørgensen, som er sekretær i komiteen som har fått ansvaret for minnemarkeringen neste år.

Komiteen ledes av tidligere leystmann i Vegårshei, E. Eystein Loftnesnes.

Minneplakett

Både Politidirektoratet, Politets Fellesforbund, Norsk Politihistorisk Selskap, Politiets Pensjonistforbund og IPA (International Police Association) står bak arrangementet.

- Da vil det blant annet bli avdukket en minneplakett i Stutthof som erer de 271 politifangene og de 13 avdøde kollegene spesielt, forteller Jørgensen.

Minneplaten vil bli plassert i krematoriet i leiren, sammen med de andre minneplaten som representerer andre lands fanger. Over samtlige minneplater henger det en flaggborg.

Biografisk innledning

Jørgensen er journalist og forfatter. Siden 1982 har han vært tilknyttet Oslo politidistrikt som rådgiver innen informasjon og samfunnskontakt. Han er dessuten redaktør i tidsskriftet «Politipensjonisten». I forbindelse med av Olaf R. Waller bok skal oversettes til polsk, har han skrevet et biografisk innledende kapittel om tvedestrandsmannen og hans liv.

- Walle var blant de norske

politifangene som var villige til å ofre livet om så var nødvendig og som ikke ga opp i kampen for et frit og uavhengig fedreland, sier Jørgensen.

- Å plassere norske politifanger i konsentrasjonsleiren Stutthof var nazistenes forsøk på å vinne norske politifolk for den storgermanske tanke. Dette eksperimentet var en total fiasko. Fedrelandskjærligheten var større, legger Jørgensen til.

Nektet å signere

Men la oss gå tilbake til det som er bakgrunnen for at Walle skrev boken som nå kommer ut på polsk.

Da krigen kom til Norge 9. april 1940, var Olaf R. Walle polititjenestemann i Tvedestrand. Alle politifolk ble satt under press for å melde seg inn i Nasjonal Samling (NS), men Walle nektet.

Olaf R. Walle arbeidet som polititjenestemann helt frem til 16. august 1943. Da skjedde det noe som forandret hele norsk politi. Nazimyndighetene iverksatte den såkalte «Aktion Polarkreis», hvor polititjenestemann fra hele landet ble arrestert av tyskerne. Bakgrunnen var at de nektet å skrive under nazistenes lojalitetserklæring.

Politifangene ble sendt med fangeskipet «Donau» til konsentrasjonsleiren Stutthof, 40 km fra Gdansk.

Total stillhet

Jørn-Kr. Jørgensen forteller at det på overfarten med «Donau» blant annet ble holdt en andakt.

- Etter at pastoren hadde talt, sang politifangene «Vår Gud han er så fast en borg». Da sangen var ferdig, var det en i rekken som sa: «Vi må få frem mannen som synger «Norge,

mitt Norge». Olaf R. Walle fra Tvedestrand kom frem. Mens Walle sang og la all sin sjel i sangen, senket det seg en total og andektig stillhet over politifangene om bord i «Donau». Selv karer som var regnet som både barske og tøffe, tok Waller sang til sine hjerter. Tårene rant hos mange kolleger og tankene gikk til dem der hjemme. Det eneste som var sikkert, var uvissheten, sier Jørgensen.

Historiske minuser

Stutthof ble bygget av nazistene og stod ferdig til bruk i 1939. Leiren var den første konsentrasjonsleiren som ble bygget utenfor Tysklands grenser, og flere nordmenn fikk et ufrivillig opphold her.

De bevarte brakkeene, krematoriet og gasskammeret danner viktige historiske monumenter. I dag er det et museum på deler av det gamle leirområdet.

- En aktiv og interessert museumsledelse sørger for oppdateringer, forskning og publisering av rapporter. Med Waller bok på polsk, kan museet fortelle om det som skjedde med norske politifolk under krigen, sier Jørn-Kr. Jørgensen.

Holdt motet opp

Under de to årene i Stutthof var Walle blant dem som bidro til å holde motet opp blant fangene. Blant annet skrev han Stutthof-politiets oppsang.

- Olaf R. Walle hadde en sjelden god sangstemme. Han brukte sangen og stemmen flittig til å holde motet opp hos fangekollegene. Holdningsskapende var dette av meget stor verdi – og det brakte stor glede med seg i en ellers trist fangehverdag, sier Jørgensen, som i lang tid har jobbet med å inn-

hente informasjon om tvedestrandsmannen.

- Her er det viktig å få frem den store velvilligheten jeg har møtt hos Olaf R. Waller familie, ved Øyvind Bjorvatn, understreker forfatteren.

Skrev om opplevelsen

Etter hjemkomsten i 1945, og etter oppfordring fra sine kamerater fra fangeleiren, skrev Olaf R. Walle «Norsk politi bak piggråd».

- Han skrev mye av innholdet under oppholdet i Stutthof. Det er en beskrivelse bok hvor både han og andre forteller om fangeoppholdet. Det er illustrerende, til tider morsomt. Han gir alvorlige og seriøse innblikk i fangelivet og ikke minst forteller han om hverdagen. Den var ofte vanskelig og svært alvorlig. Men Walle forteller også om kameratskap og samhold, om aktiviteter og program. Alt for at livet skal gå videre og tanken på friheten og et fritt Norge ikke skal slippe taket, forteller Jørgensen.

Vakte oppsikt

Boka fikk mye oppmerksomhet da den kom ut, og fikk positiv omtale i aviser over hele landet.

Jørgensen påpeker at Olaf R. Waller bok var den første som kom ut på norsk om Stutthof, og danner dermed et viktig grunnlag for å forstå norsk politis opphold i konsentrasjonsleiren.

- Olaf R. Walle må ha vært et fantastisk menneske - en lysende figur i sin samtid, legger forfatteren til.

MARIANNE DRIVDAL

Kilder: Tidsskriftet «Politipensjonisten» som kommer ut i august, og Jørn Kr. Jørgensens forord til «Norsk politi bak piggråd»



Sachsenhausen – et «universitet» for norsk politikk etter krigen

Av Jørn-Kr. Jørgensen

Sachsenhausen var en tysk konsentrasjonsleir fra 1936 til 1945 og sovjetisk fra 1945 til 1950. Sachsenhausen ligger i Oranienburg, ca. 35 km nord for Berlin. Den erstattet en tidligere leir for politiske fanger som ble opprettet etter Adolf Hitler og nazistenes maktovertagelse i 1933.

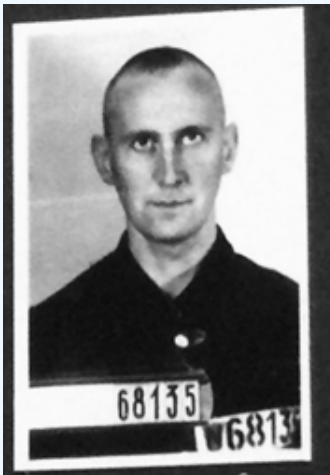
Leiren hadde en spesiell stilling blant tyske konsentrasjonsleirer siden hovedkvarteret og utdanningen av SS-vakter lå ikke langt fra leiren. I dag er dette i bruk som politiskole.

Politikolleger i Sachsenhausen

Noen av våre kolleger ble også plassert i Sachsenhausen, selv om så godt som alle politifanger ble sendt til Stutthof. Vi skal nevnte to – nemlig Alf Løkkeberg og Boris Hansen, begge senere ansatt ved Oslo politikammer.



Inngangen til Sachsenhausen. I dette huset var det Boris Hansen fikk sin dødsdom forkynt. (Foto: JKJ).



Alf Løkkeberg. Fangefoto fra Sachsenhausen og hvordan han så ut i 60-årene.

Boris Hansen som ung konstabel og som en eldre herre langt over pensjonsalder.

I et album på museet i Sachsenhausen finnes det et fangebilde av Alf Løkkeberg, rett under den kjente dikteren Arnulf Øverland. På bladet ved siden av er det bilde av Rolf Hofmo; kjent kommunepolitiker i Oslo. Sachsenhausen var også en av leirene senere stortingsmann Sverre Løberg satt i.

Boris Hansen ble dømt til døden i Sachsenhausen, men på grunn av sin unge alder, ble dødsdommen omgjort til livsvarig fengsel. «Jawhol,» sa Boris og tok det hele med fatning. Han hadde en indre ro som få andre.

Alf Løkkeberg og Boris Hansen – Rolf Hofmo og Sverre Løberg – kom alle fra fangeoppholdet med livet i behold. Det samme gjorde medfangene Arnulf Øverland, Einar Gerhardsen, Trygve Bratteli og Halvard Lange. På sett og vis var Sachsenhausen et universitet for planleggingen av norsk politikk etter frigjøringen. Det var her mange av planene ble lagt. Dette forteller medfange Kristian Ottosen om i sin bok om Sachsenhausenfangene. De fleste norske fangene ble hentet hjem av De Hvite Busser. 9. mai 2003 ble det avduket en minneplate over de norske fangene i Sachsenhausen.

Sachsenhausen 1936-1945

Men la oss se litt på denne leiren. Fra opprettelsen av leiren i 1936 til slutten på krigen i 1945 satt ca. 200 000 registrerte fanger fengslet her. Leiren var planlagt med en kapasitet på 12 000 fanger, men enkelte år hadde belegget et snitt på 60 000. Man antar at 100 000 døde som følge av sykdom, underernæring, voldsutøvelse fra vokterne, grusomme medisinske eksperimenter og lungebetennelse som følge av kulden. Mange ble dessuten henrettet. Fanger som ved ankomst ble sendt direkte til henrettelse ble ikke innregistrert i leiren, det totale dødstallet er derfor ukjent.

Stalins eldste sønn

De første fangene som ble sendt til Sachsenhausen fra 1936 var tyske politiske fanger. Fra sommeren 1938 ble fangebelegget ut-

videt med såkalt «asosiale», det vil si romani, homofile, Jehovas vitner, tidligere straffede og andre som av naziregimet ble definert som uønskede ut fra hvilken etnisk eller sosial befolkningsgruppe de tilhørte. Etter Tysklands angrep på Polen samme år begynte tilgangen av utenlandske politiske fanger, i denne omgang fra Østerrike. Etter utbruddet av andre verdenskrig i 1939 fulgte en strøm av politiske fanger fra tyskokkuperte land. De 6 000 første jødene ankom Sachsenhausen etter en arrestasjonsbølge i november 1938. De fleste gjenlevende jødiske fangene ble transportert til Auschwitz i 1941.

Fra 1941 ble Sachsenhausen utvidet med avsondrede spesialleire for krigsfanger, i første rekke sovjetiske. En av dem som satt her, var Stalins eldste sønn, Jakov Dsjugasjvili (1907–43). Han ble tatt til fange under mystiske omstendigheter. Tyskerne håpet på en fangeutveksling mellom ham og general Friedrich von Paulus, men i stedet døde han under uopklarte omstendigheter, angivelig etter å ha kastet seg mot det elektriske gjerdet rundt leiren.

Utnyttelse av fangene

Rundt store deler av leiren, langs leirgjerdet ble det anlagt et tråkk med forskjellig underlag. Her ble fanger tvunget til å marsjere i grupper i timevis med 30 kilos oppakning for å teste ut støvler for Wehrmacht og andre deler av de tyske styrkene. Denne gruppen ble av vokterne kalt Schuhlaufkommando.

Utenfor gjerdet befant Klinkerwerk seg. Her drev SS forretningsvirksomhet ved hjelp av fangene, med produksjon av murstein som ble solgt til bygningsindustrien. Et usedvanlig tungt arbeide for underernærte mennesker.

Falskmynterne i Blokk 19

I leiren foregikk historiens største forfalskningprosjekt av penger. Britiske pund først og senere amerikanske dollar ble meget troverdig forfalsket av jødiske spesialister under kommando av tysk



Alf Løkkeberg koste seg blant folk i Oslo.



Boris Hansen på Bislet. Ingen kunne pakke publikum som Boris.

politi. En gruppe kjente falskmyntere, typografer, grafikere og andre ble holdt strengt isolert, men under gode forhold i Brakke 19. De fikk tilgjengelig tidens mest avanserte verktøy og utstyr for å utføre jobben.

Den norske typografen Moritz Nachtstern (1902-1969) var blant 142 jøder som greide å lage en troverdig forfalskning av britiske 5 og 10 pund-sedler som ble trykt og patinert, anslagsvis et beløp på 150 mill. pund. Hensikten med prosjektet var å svekke pundets stilling som valuta, men ble i noen grad brukt av nazistene til å betale for seg.

Moritz Nachtstern var en norsk jøde som ble sendt til Tyskland i 1942. Fra 1943 til 1945 var han fange i Sachsenhausen. Han var utdannet stereotypør, og en av 532 norske jøder som ble sendt til Tyskland med skipet Donau i 1942. Fra mars 1943 til februar 1945 var han deltager i «Operation Bernhard»; det store falskmyntnerprosjekt, som opprinnelig var satt i gang for å knuse den allierte økonomien. Nachtstern klarte å flykte i kaoset som oppstod da amerikanerne nærmet seg i krigens siste dager. Han skrev ned sine erindringer rett etter hjemkomsten.

Henrettelser ved Stasjon Z

Sachsenhausen var ikke en utrydningsleir, men en interneringsleir. Imidlertid ble det også her foretatt organiserte massedrap på

fangegrupper. I 1941 fikk leiren et eget «nakkeskuddanlegg» med portable krematorieovner som ble benyttet til å drepe 14 500 sovjetiske krigsfanger. Hitler hadde beordret at 18 000 krigsfanger skulle dø – resten av kvoten ble fylt ved at fanger sultet i hjel eller døde av sykdom. I 1942 ble det så bygget et eget «henrettelses-senter», Station Z, med kapasitet for tilintetgjørelse av mennesker i industrielt tempo. I 1943 fikk denne avdelingen også sitt eget gasskammer. Station Z ble også brukt som reserverettersted for Berlin, særlig i forbindelse med massehenrettelser.

«Gjennom hele krigen ble det i Sachsenhausen utført medisinske eksperimenter der fanger blant annet ble utsatt for sennepsgass eller med overlegg påført dødelige sykdommer», skriver Wikipedia.

Norske fanger i Sachsenhausen

Det var i Sachsenhausen flest nordmenn satt fanget. De første ankom våren 1941. Forholdene var gjennom hele 1941, 1942 og første halvår 1943 svært vanskelige. De første dødsfallene blant norske fanger kom tidlig i 1942. Fra sommeren 1942 ble de norske fangene samlet på en egen brakke. Det fortsatte å komme nye nordmenn, slik at det ved utgangen av 1943 var hele fem norske brakker. Forholdene på sykebrakka ble også bedre i løpet av 1943. Flere norske leger blant fangene gjorde en stor innsats. Det hjalp også at det lyktes å få inn viktige medisiner fra Danmark og Røde Kors.



Fra Sachsenhausen Stasjon Z – i åpningen nederst til venstre ble fanger skutt.

Det som kom til å bety mest for at så mange norske greide seg gjennom oppholdet i Sachsenhausen, var imidlertid at det fra sommeren 1943, etter påtrykk fra det internasjonale Røde Kors, som i samarbeid med sivilinternerte nordmenn i Tyskland hadde klart å lokalisere dem, ble gitt tillatelse til å motta matpakker fra Røde Kors. Fra høsten 1943 kom det fart i forsendelsene, og de kom fra flere hold. Det kom standard matpakker fra Danmark og Sverige, og fra Røde Kors i Sveits, hvor den norske diplomat Peter Anker var koordinatoren. Og ikke minst småpakker hjemmefra. De norske fangene kom dermed i en bedre situasjon enn mange av medfangene. De sivilinternerte nordmennene tilhørte familiene Hjort og Seip og levde i Gross Kreuz i Brandenburg omlag 100 km syd for Sachsenhausen.

3 240 nordmenn kom til Sachsenhausen, men mange av dem ble sendt videre til andre konsentrasjonsleirer. 2 000 nordmenn satt her i lengre tid, blant annet de

overlevende fra Telavåg og Kvarstad-båtene. Tilsammen døde ca. 200 nordmenn i Sachsenhausen.



Minnesmerket ved galgebakken.



Livet kommer ikke i reprise

En venn av meg åpnet en eske som han hadde hentet på sitt kontor et sted nede i byen. Jeg hadde tatt en tur hjem til ham for å drikke en kopp kaffe og få en hyggelig prat siden det gikk mot høst, og han insisterte på å ha med seg noe som han ville vise meg. Greit nok, tenkte jeg. Det er jul lenge siden sist!

Innholdet var pakket inn i silkepapir. «Det her», sa han, «er ingen vanlig pakke, det er undertøy.» Undertøy, tenkte jeg, hva er nå dette? Min gode venn kastet papiret og tittet på det eksklusive undertøyet. «Kona kjøpte det første gangen vi reiste til New York sammen for åtte eller ni år siden. Hun brukte det aldri, hun skulle spare det til et spesielt tilfelle. Bra! Jeg tror dette er et spesielt tilfelle». Han gikk frem til sengen og la det sammen med de andre klærne hun skulle ha på seg i sin begravelse. Hans kone hadde nettopp gått bort.

Han snudde seg mot meg og sa: «Spar ingenting til et spesielt tilfelle, hver dag er et spesielt tilfelle.»

Jeg tenker fortsatt på disse ordene. De har forandret livet mitt. Nå leser jeg mer og vasker mindre. Jeg setter meg på balkongen og ser på landskapet, uten å tenke på ugresset. Jeg bruker mer tid på familie og venner, og mindre tid på å jobbe. Jeg har forstått at livet må være en enhet av erfaringer å nyte, og ikke som et overlevelseskurs. Jeg sparer ingenting lengre. Jeg bruker krystallglassene mine hver dag. Jeg tar på meg min nye jakke når jeg skal til butikken, om jeg har lyst. Jeg sparer ikke på bruken av mitt nye etterbarberingsvann, for spesielle fester. Nei, jeg bruker det hver gang jeg har lyst. Uttrykket: «En dag» og «En av de dagene», holder på å forsvinne ut av ordforrådet mitt. Om det er verdt å se, høre eller gjøre det, vil jeg se det, høre det eller gjøre det NÅ! Det er faktisk noe av hemmeligheten ved det å leve. Gjøre ting NÅ!

Jeg er ikke sikker på hva min venns kone hadde gjort om hun visste at hun ikke skulle være her i morgen, som vi alle tar for gitt. Jeg tror hun hadde kontaktet familien og sine nærmeste venner.

Hun hadde kanskje ringt noen gamle venner for å be om unnskyldning og gjort opp for noe gammelt bråk. Jeg tror også hun hadde gått ut for å spise kinamat, for det var det beste hun visste

Det er de ugjorte småtingene som uroer meg, om jeg visste at min tid var bestemt. Det uroer meg at jeg sluttet å besøke gode venner, som jeg *en dag* skulle ta kontakt med. Det uroer meg at jeg ikke skriver de brev som jeg skulle skrive *en dag*. Det uroer og gjør meg litt trist at jeg ikke har sagt til mine foreldre, søsken eller barn – eller kolleger – ofte nok hvor glad jeg er i dem. Nå forsøker jeg ikke å forsinke, holde tilbake eller spare på noe som kunne berike våre liv med latter og glede. Og hver dag sier jeg til meg selv, at «i dag er en spesiell dag». Hver dag, time og minutt er spesiell.

Dagene kommer aldri – ALDRI – tilbake. Dagen i dag er verdifull, timen du leser dette betyr noe. Når du legger fra deg denne utgaven av Politipensjonisten kan du snu deg rundt å si: «Fyll krystallglassene!» Venter du på en anledning, dukker den kanskje aldri opp, og du kaster bort verdifull tid. Benytt muligheten!

Plukk livets roser i dag. Allerede i morgen kan det være for seint. Livet venter verken på deg eller meg og det kommer ikke i reprise. Det er direktesending hver dag, hvert minutt...

«If you are waiting for a sign; this is it» – «Hvis du venter på et tegn, så er dette tegnet.»

(JKJ)

Nytt PPF-landsmøtested 2015

Som tidligere informert om hadde Forbundsstyret inngått avtale med Politihøgskolen, Justissektorens Kurs- og Øvingscenter (JKØ) Stavern om å holde landsmøtet der sommeren 2015. Imidlertid slo lynet ned i messa og den ble ødelagt av brann. Messa vil først være klar igjen høsten 2015.

Vi har derfor etter en sondering på nye steder, inngått en avtale med Quality Airport Hotell Gardermoen som blir det nye stedet for vårt Landsmøte 2015. Landsmøtet holdes i perioden 2.-4. juni 2015 som tidligere bestemt og informert om. Nærmere detaljer om Landsmøtet i hht. vedtektene sendes lagene så snart noe nytt foreligger.

Skriv til Politipensjonisten.

Vi venter på nytt fra ditt lokallag – stort eller smått.



Politimedaljen med laurbærgren til generalkonsul Kaare A. Kopperud

En dag i begynnelsen av oktober i år fikk generalkonsul Kaare A. Kopperud politimedaljen med laurbærgren av politidirektør Odd Reidar Humlegård. Til stede ved overrekkingen var også assisterende direktør Vidar Refvik.

Kaare A. Kopperud fikk jobb i Oslo-politiet i 1939. På fritiden studerte han, noe han fortsatte å gjøre hele sitt liv. Dette har gitt ham en solid og variert utdanning innen flere fagkretser: sjørett, luftrett, sosialrett, helserett, trygderett, arbeidsmiljø, helse, kommunikasjon, sikkerhet, kvalitetssikring, risikoforvaltning, etikk og etterforskning av ulykker og antiterror til sjøs er blitt noen av spesialfeltene. I tillegg har han skrevet en rekke bøker innen de samme temaene.

Gjennom livserfaring og sitt virke i politiet i tidsrommet 1940-45, som journalist i NTB med erfaring fra rettsaler og med mer enn 40 år i norsk utenriktjeneste, sist som generalkonsul og inspektør for utenriktjenesten, har Kopperud ofte stått ansikt til ansikt med etiske problemstillinger. Etikk har preget hans liv.

Kopperud har siden han begynte i politietaten, hatt en stor og omfattende interesse for politiet og politiets arbeid. I en alder av over 90 år følger han med i debatten og har klare synspunkter om de ulike temaer.

Som politimann i Oslo – med tittelen kriminalbetjent – fungerte han også den siste perioden som overbetjent i Landssvikavdelingen. Han var med på å løse mange saker og hadde klart antinazistiske standpunkt under krigen.



Politidirektør Odd Reidar Humlegård festet medaljen på Kaare A. Kopperuds bryst. T.h. visepolitidirektør Vidar Refvik.

Kopperud er en helstøpt mann av edelt metall. Det er ingen tvil om at han, siden 1940-årene, har gjort og gjør politiet store tjenester. Han har omgang med politifolk nesten daglig hvor etikk og yrkesetikk er gjennomgangs-temaer.

Det var en beveget Kaare A. Kopperud som mottok medaljen og blomster på politidirektørens kontor, og det er mange politifolk og politipensjonister over hele Norge som nettopp i disse dager sender vår alles Kaare en vennlig tanke, bukker og gratulerer.

(JK)

Det er flest hverdager i livet

Livet er innrettet slik at det er flest hverdager i livet. Noen sier at «livet er en fest». Det er en sannhet med sterke modifikasjoner. Både den ene og den andre skulle nok ønske at livet er og blir en fest, men hverdagen kommer til oss alle – og hverdagens er det flest av.

Kristiansand hadde i mange år en politimester som het Mentz Rynning-Tønnesen. Han elsket sin uniform og gikk alltid med hvit skjorte til uniformen. Politiets uniformsreglement sier at hvit skjorte kun skal brukes til fest, og historien vil ha det til at Rynning-Tønnesen en dag fikk en brev fra Det kgl. Politi- og justisdepartement hvor ekspedisjonssjefen gjorde politimesteren oppmerksom på at hvit skjorte kun var til festbruk. «Festantrekk», heter det.

Det skal etter sigende ikke ha gått mange dagene før departementet fikk svar fra politimesteren: «Viser til departementets brev av så og så. Jeg vil anføre at jeg ser hver dag som en fest, derfor hvit skjorte!» Han hørte aldri mer fra det ærede departement.

Rynning-Tønnesen var en original. Greit nok. For de aller fleste av oss fortøner hverdagen seg som hverdag, og for de fleste kan den være strevsom nok med arbeid, slit og strev og problemer som vi i større eller mindre grad velger å holde for oss selv.

Men det lar seg gjøre å lage dagene litt lysere og litt morsommere enn det som er hverdagstralten. Smil til folk! Si «hei!». Hils på folk! Snakk med mennesker. Det hjelper og det nytter.



Etter å ha lest dette vil du aldri se på bananer på samme måte igjen

Dette er interessant. Etter å ha lest dette, vil du aldri se på en banan på samme måte igjen.

Bananer inneholder tre naturlige sukkerarter – sukrose, fruktose og glukose kombinert med fiber. En banan gir en umiddelbar, varig og betydelig økning av energi. Forskning har vist at bare to bananer gir nok energi til en anstrengende 90-minutters trening. Ikke rart banan er frukt nummer én blant verdens idrettsutøvere. Men energien er ikke den eneste måten en banan kan hjelpe oss å holde seg i form. Den kan også bidra til å overvinne eller hindre et betydelig antall sykdommer og tilstander, noe som gjør det til et must å inkludere den i vårt daglige kosthold.

DEPRESJON:

Ifølge en forsket undersøkelse foretatt av MIND blant mennesker som lider av depresjon, følte mange seg mye bedre etter å ha spist en banan. Dette er fordi bananer inneholder tryptofan, en type protein som kroppen omdanner til serotonin, kjent for å få deg til og slappe av, forbedre humøret og generelt gjøre deg gladere.

PMS:

Glem piller – spis en banan. Den inneholder Vitamin B6 og den regulerer blodsukkeret, som kan påvirke ditt humør. Den er rik på jern og kan stimulere produksjonen av hemoglobin i blodet og hjelper dermed ved tilfeller av anemi.

BLODTRYKK:

Denne unike tropiske frukten er ekstremt høy på kalium og lav på salt, noe som gjør den perfekt til å senke blodtrykket så mye at den amerikanske Food and Drug Administration akkurat har tillatt bananindustrien til å ta bruke offisielle påstander om fruktens evne til å redusere risikoen for blodtrykk og slag.

BRAIN POWER:

200 studenter ved Twickenham skole i England ble hjulpet gjennom sine eksamener ved å spise bananer til frokost og lunsj i et forsøk på å øke sin hjernekraft. Forskning har vist at kaliumpakket frukt kan hjelpe læring ved å gjøre elevene mer våkne.

FORSTOPPELSE:

Banan er høy på fiber. Å inkludere bananer i kostholdet kan bidra til å gjenopprette normal tarmfunksjon, og bidrar til å løse problemet uten å ty til avføringsmidler.

BAKRUS:

En av de raskeste måtene å kurere en bakrus er å lage en bananmilkshake, søtet med honning. Banan roer magen, og med hjelp av honning bygges blodsukkernivået opp, mens melk lindrer og

rehydrerer systemet.

HALSBRANN:

Bananer har en naturlig syrenøytraliserende effekt i kroppen, så hvis du lider av halsbrann, prøv å spise en banan for lindrende lettelse. Gomling på bananer mellom måltidene bidrar til å holde blodsukkeret oppe og til å unngå morgenkvalme.

MYGGSTIKK:

Istedenfor insektbittkrem, prøv å gni det berørte området med innsiden av et bananskall. Mange synes det fungerer utrolig godt til å redusere hevelse og irritasjon.

TEMPRATURKONTROLL:

Mange andre kulturer ser bananer som en «kjøling» frukt som kan redusere både den fysiske og emosjonelle temperaturen til vordende mødre. I Thailand spiser gravide kvinner bananer for å sikre at deres baby er født med en kjølig temperatur.

Når du sammenligner bananen med et eple, har den fire ganger mer protein, det dobbelte av karbohydrater, tre ganger så mye fosfor, fem ganger vitamin A og jern og to ganger de andre vitaminer og mineraler. Den er også rik på kalium og er en av de mest verdifulle matvarer vi har.

Så kanskje er det på tide å endre den velkjente frasen slik at vi sier: «*En banan om dagen holder doktoren borte!*»





Politiets Pensjonistforening – Asker og Bærum

Tur til Oscarsborg!

– Kort beretning og sosial refleksjon



Blant pensjonister snakkes det alltid mye om verdien av kontakt med tidligere arbeidsplass og sosialt samvær med tidligere kolleger. I Politiets Pensjonistforbund er det alltid et aktuelt tema.

Jeg er så heldig at jeg er medlem i PPF og lokalt i Asker og Bærum. Onsdag 3. september var vi på tur til Oscarsborg festning i Oslofjorden. 29 fornøyde mennesker dro ut fra Sætre Marina (i Hurum kommune for lokalkjente) og la til kai ved Oscarsborg etter en fin liten skjærgårdstur. Der ventet guiden, en pensjonert kommandørkaptein som ledet oss rundt på festningen og detaljorienterte oss om festningens historie med vekt på de dramatiske timene om morgenen den 9. april 1940 og senkningen av den tyske krysseren Blucher.

Alle har vi en dårlig dag, men alle har vi også gode dager. De gode dagene gjelder det å utnytte maksimalt, mens vi kanskje skal tenke på at de dårlige dagene er til for at de gode dagene skal bli så mye bedre. Om det ikke stemmer, er det i hvert fall en god hverdagsfilosofi.

Det gode humøret er viktig for mentalhygiene og det smitter. Latter smitter. Feststemning smitter. Et smil smitter. I så måte er vi alle «smittefarlige»!

Dagene kommer og går. Ingen har lovet oss morgendagen; derfor må vi bruke dagen i dag uansett hvordan dagen er – god eller dårlig. Det er faktisk en av de forpliktelsene vi har mot selve livet. Smiler du – får du et smil tilbake. «Med list og lempe kommer en dverg like langt som en kjempe!» Og klem den det faller seg naturlig å klemme!

Det kan gjøre en minusdag til en plussdag. Prøv!

Vi fikk norsk politisk historie, en sterk historie som både handlet om personlig mot og sterk evne til beslutninger i en dramatisk stund.

Vi fikk sosialt samvær flott organisert av primus motor Karl Fredrik Storlien i lokallaget, vi fikk god mat, mosjon, samtale, historie, sjøluft i fantastisk vær.

Vi er heldige som har organisert nettverk som gjør noe for medlemmene. En god opplevelse for alle sammen.

Oppfordringen må være til resten av kollegene rundt i landet – stå på for hverandre og skap noe sammen.

Hilsen Fornøyd pensjonistmedlem Kjell Fagerlid





De skjebnesvangre skuddene i Dallas

Av Jørn-Kr. Jørgensen

En fin ettersommerdag for noen år siden gikk jeg gjennom gatene i Dallas i Texas på oppdagelsesferd. Plutselig var jeg midt oppe i begivenhetenes malstrøm på Dealey Plaza hvor jeg fort fant en minneplakett som fortalte at det var nettopp her daværende president John F. Kennedy ble snikmyrdet 22. november 1963. Jeg husker dagen som det var i går...

Dragnet skjedde kl. 12.30 lokal Dallas tid. I Norge var klokken da 19.30 og jeg satt hjemme på kjøkkenet med mor og far. Far laget vafler. Vi hadde en høytaler på kjøkk enet fra radiokabinettet i stua og nå skrudde mot opp lyden til nyhetssendingen fra Dallas. «President John F. Kennedy er skutt!» Verden stod stille både på kjøkkenet på Tøyen og i verden for øvrig. Det var en underlig opplevelse.

Det er gitt ut tusenvis av bøker om drapet på Kennedy og nesten like mange om drapet på Kennedys formentlige drapsmann Lee Harvey Oswald – og nå er det kommet to bøker på Dreyers forlag – «Kennedy-mordet» og «Oswald og Ruby» skrevet av den norske forfatteren Tønnes H. Gundersen. Det er bøker som tar for seg drapene på en gjennomgripenede og detaljrik måte hvor nitidige undersøkelser ligger til grunn for de to store bokverkene. Det er spennende lesestoff for alle som husker disse hendelsene og for alle andre som vil sette seg nærmere inn i dem. Men la oss for noen øyeblikk se nærmere på drapene:

Kennedy kjørte sammen med sin kone og guvernørparet i Texas i en åpen Ford gjennom sentrum på vei til et sykehus der han skulle tale. Tre skudd smalt plutselig, angivelig fra Lee Harvey Oswald's italienskproduserte rifle. To av skuddene traff presidenten, et i hodet og et i halsen, mens det siste traff guvernøren. Begge skuddene som traff Kennedy var

dødelige, mens guvernøren bare ble skadet.

Kennedy ble kjørt til Parkland Memorial Hospital der forsøkene på å gjenopplive ham mislyktes. Jacqueline Kennedy ble rolig sittende med sin manns hode på fanget på vei til sykehuset, selv om hun var helt lamslått.

En halv time etter attentatet døde USAs 35. president, John F. Kennedy.

Mannen som skulle ha fyrt av de dødelige skuddene, den da 24 år gamle Lee Harvey Oswald, satt i et vindu i 6. etasje på en lagerbygning. Han ble mistenkt p.g.a. at våpenet var hans og et vitne som påstod han hadde sett Oswald skyte. Oswald ble selv skutt av nattklubbeieren Jack Ruby før han kunne stilles for retten.

Noen sammenlignet drapet på Kennedy med drapet på Abraham Lincoln, nøyaktig 100 år før. Begge uttrykte like før drapene at det ikke ville være noe problem å drepe USAs president hvis noen ville.

Begge ble skutt i bakhodet på en fredag og begge ble etterfulgt av en Johnson. Kennedy av Lyndon B. Johnson og Lincoln av Andrew Johnson. Kennedy ble også drept i en Ford Lincoln, mens Lincoln ble drept i Fords teater.

Warren-rapporten var en rapport om mordene på Kennedy og hans påståtte drapsmann, Lee Harvey Oswald. Den var basert på 24 vitneut-sagn over en periode på 7 måneder etter drapet og besto av 296.000 ord. Kommisjonen ble nedsatt av Lyndon B. Johnson og utførte en omfattende etterforskning. De viktigste konklusjonene var at Oswald handlet alene og uten råd eller hjelp fra noen, at han drepte Kennedy og at verken han eller Ruby var en del av en konspirasjon mot presidenten.

Selv om dette var kommisjonens konklusjon ble det spekulert i at flere var involvert, f.eks. Sovjetunionen, Kuba, organiserte kriminelle eller eksilkubanere i USA.

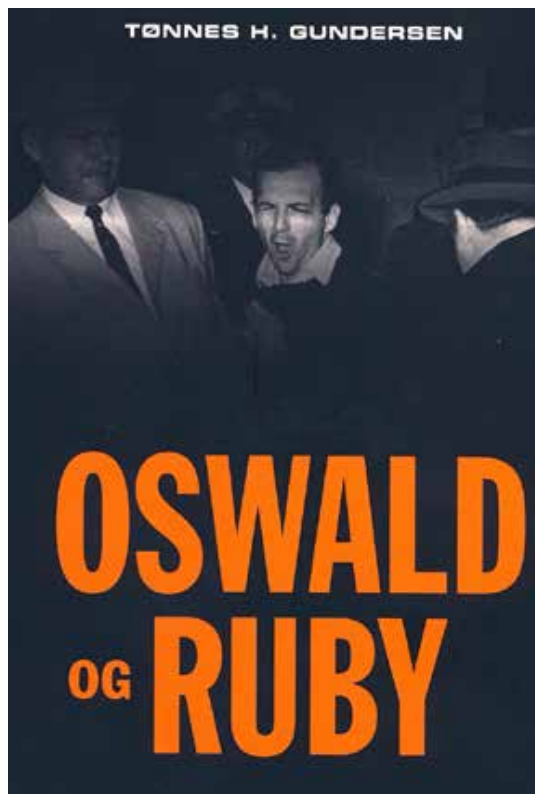
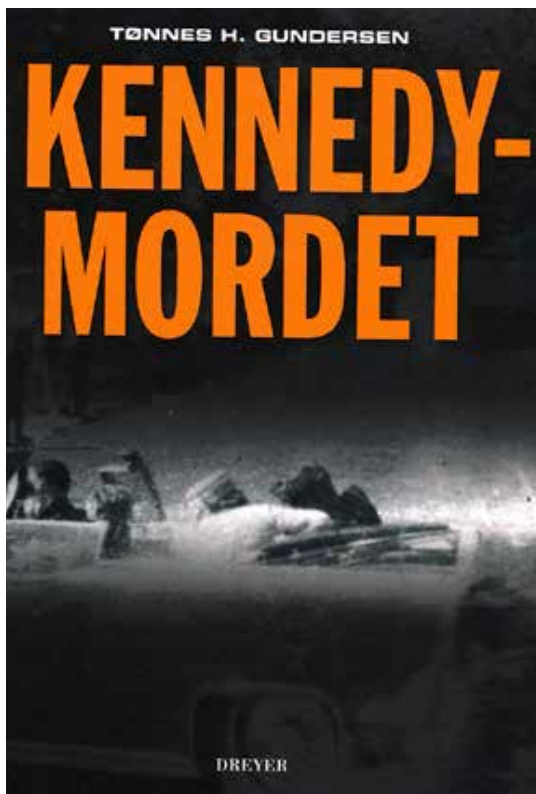
Det spekuleres fortsatt i omstendighetene rundt mordet, og mange

forslag til løsninger har kommet, men ingen har kunnet bli bevist. Derfor er mordet på John F. Kennedy enda en uforståelig gåte, og det vil det sannsynligvis forbli.

Det er på en måte enklere med drapet på Oswald utført av nattklubbeieren Jack Ruby i kjelleren i Politihuset i Dallas. Direkte på TV så vi hvordan Ruby gikk fram og fyrte av de dødelige skuddene på Oswald.

Ironien viser at både Oswald og Ruby likte Kennedy. Ruby skal ha blitt så fortvilet etter drapet, at han satt i gang sin egen etterforskning. Det gikk, som vi har sett, helt galt. Ruby ble aldri dømt for drapet på Oswald. Han døde av kreft mens etterforskningen pågikk.

Alt dette og mye, mye mer kan man lese om i de to nevnte bøkene som





Jon Erik Smestad til minne

Jon Erik Smestad døde 27.juni 2014 på Solgården sykehjem i Asker. Han var født på Gjøvik 1932 og kom til Oslo og ble ansatt ved Oslo politikammer som midlertidig politikonstabel i 1953. Året senere ble han fast ansatt og tjenestegjorde ved Rådhusgata politistasjon frem til 1962 da han ble tilsatt ved Asker og Bærum politikammer. I Asker og Bærum tjenestegjorde han ved forskjellige avdelinger inntil han gikk av med pensjon 1.oktober 1989, da som avdelingssjef ved Asker politistasjon.

Jon Erik er særlig kjent for sitt brennende engasjement innen politiidretten. Han var en organisator og inspirator og drev politiidrettslaget på en engasjerende og aktiv måte. Han var den som gikk foran og fikk mange med seg. Han markerte seg også som aktiv utøver innenfor mange grener, ski, skyting, fotball og orientering og deltok i mange mesterskap innlands og i Europeiske sammenheng. Han presterte over 30 merker i Birkebeinerrennet. Han var tillitsmannen vi alltid kunne regne med. Han var formann i Politiidrettslaget i Asker og Bærum i over 20 år og var æresmedlem av laget.

Han var også engasjert i Politiidretten på nasjonalt plan og var nestformann i Norges Politiidrettsforbund i 10 år. Han representerte Norge både organisatorisk og aktivt og deltok på politilandslaget både i pistollangrenn og fotball. For sin innsats i Norges Politiidrettsforbund ble han i 2008 tildelt Forbundets Hederstegn i gull.

Jon Erik var med å starte Foreningen Norske Politiidrettsveteraner og var foreningens første kasserer og senere formann og satt i styret i mange år. Han er tildelt foreningens høyeste utmerkelse, Veteranprisen, for sin innsats.

Da han ble pensjonist sent på 80-tallet falt det seg naturlig å gå inn i Pensjonistforeningen. Også der markerte han seg med sitt engasjement gjennom mange år, 6 år som formann og 5 år som nestformann.

Han organiserte pensjonistaktiviteter og turer i omfang og måte slik at det ble lagt merke til. Han ble for sin innsats i lokallaget og sentralt i Forbundet hedret med Politiets Pensjonistforbunds Hederstegn. Dette er den høyeste utmerkelse som gis Politipensjonister, «... som har vist særlig stor aktivitet og interesse for organisasjonsarbeid og gjennom dette oppnådd medlemmenes aktelse og tillit.»

I 2005 ble han hedret med diplom etter redningsdåd. Under ferietur i Kroatia berget han en kvinne opp fra havet. Hadde det ikke vært for Jon Eriks snarrådighet kunne hendelsen fått et helt annet utfall, var konklusjonen til Norsk Livredningsselskap under tildelingen hos Ordføreren i Asker Norsk politi har mye å takke Jon Erik for. Han vil bli husket som en hedersmann.

Inge Fagerbakke, Politiets Pensjonistlag Asker og Bærum



virkelig er en gullgrube for den som er interessert i dette og som vil få gjenoppfrisket historien om noen drap som dessverre satte en trend i verden hva gjelder politiske drap. Men verden går videre og kunnskaper er viktig. Disse to bøkene er en stor kunnskapskilde både om Kennedy, Oswald og Ruby – og alle konspirasjonene i deres kjølvann.

....

Fem ting du (kanskje) ikkje visste om Kennedy-drapet – satt sammen av NRK:

1. Lee Harvey Oswald vart aldri arrestert for drapet på Kennedy.

Mannen som er peikt ut til å vere drapsmannen til John F. Kennedy vart aldri arrestert for dette drapet. Oswald vart derimot arrestert for drapet på politimannen J. D Tippitt, eit drap som skjedde berre 45 minutt etter at Kennedy vart skoten. Oswald nekta for begge drapa, og berre to dagar etterpå vart Oswald sjølv skoten då han var under transportering til fengselet.

2. I 1963 var det inga spesiell lov for drap på presidenten i USA.

Sjølv om både Abraham Lincoln, James Garfield og William McKinley hadde blitt dreptne før 1963, så var ikkje det å skade eller drepe ein president meir alvorleg enn eit vanleg drap før reglane vart endra i 1965, to år etter drapet på Kennedy.

3. TV-stasjonane droppa alle sine planlagde sendingar i fire dagar.

Berre ti minutt etter at Kennedy var drept, så gjekk CBS på lufta og annonserte drapet. Etter det starta dei riksdekkande kanalane CBS, NBC og ABC timeslange nyheitssendingar, og droppa alle dei oppsette sendeplanane. Fram til terrorangrepet den 11. september 2001, var drapet på Kennedy den hendinga i amerikansk historie som hadde blitt dekkast lengst, utan brot i sendinga.

4. Kennedy-drapet førte til første og førebels siste gong at ei kvinne har tatt ein amerikansk president i eid.

Berre timar etter drapet vart visepresident Lyndon Johnson tatt i eid som ny president om bord på presidentflyet Air Force One. Det var høgsterettsdommar Sarah Hughes som tok den nye presidenten i eid, og det er første og siste gongen det har skjedd.

JFK Shadow On Dallas – Her budde Edwin Walker, som vart forsøkt drept av Lee Harvey Oswald, berre åtte månader før Oswald drap Kennedy.Ap

5. Oswald hadde tidlegare prøvd å drepe ein motstandar av Kennedy.

Åtte månader før Lee Harvey Oswald drap Kennedy, så hadde han forsøkt å ta livet av antikommunisten Edwin Walker. Walker hadde vore ein kjent kritiker til Kennedy etter at han hadde avslutta ei karriere i det amerikanske forsvaret. Han ville mellom anna ha skuler kor elevane var delt opp etter rase. Etterforskning som fulgte Kennedy-drapet viste at Oswald hadde prøvd å drepe den gamle generalen i sin eigen heim. Walker fekk berre små skotskadar etter drapsforsøket.



PPF gratulerer!

Dette er PPFs gratulasjonsliste over jublanter i resten av 2014 og i januar, februar og mars 2015. PPF gratulerer sine medlemmer som har rund merkedag i tiden som kommer. Forandringer i denne listen kan forekomme.

Jublanter i desember 2014

ALDER	ETTERNAVN	FORNAVN	FØDT	LOKALLAG
70	Bjørnstad	Steinar Normann	01.12.1944	Kongsvinger
70	Breivik	Karl A.	01.12.1944	Oslo
70	Skjelbred	Knut	01.12.1944	Larvik/Sandefjord
70	Wold	Bjørn Gøran	05.12.1944	Sør-Trøndelag
70	Andersen	Steinar Hans	06.12.1944	Sarpsborg
70	Hygen	Hans W.	16.12.1944	Larvik/Sandefjord
70	Sandberg	Einar	17.12.1944	Vestoppland
70	Bjørkeng	Anne Karin	27.12.1944	Harstad
70	Skimelid	Inge	29.12.1944	Vest-Finnmark
70	Aarstad	Nils Gunnar	31.12.1944	Kongsvinger
80	Nygård	Arve	05.12.1934	Asker og Bærum
80	Olsen	John	13.12.1934	Mosjøen
90	Karlsvik	Martin	05.12.1924	Sør-Trøndelag
90	Johansen	Gerd	06.12.1924	Salten
90	Vikhagen	Håkon	06.12.1924	Direkte
90	Olsen	Solbjørg K.	11.12.1924	Direkte
90	Østlie	Arne	13.12.1924	Oslo
90	Bull	Sigrid	14.12.1924	Tønsberg
90	Bredesen	Lillian	17.12.1924	Aust Agder
90	Opstadmo	Bjørn W.	17.12.1924	Gudbrandsdal
90	Hole	Erik	24.12.1924	Bergen og Hordaland
90	Eide	Mary	27.12.1924	Oslo

Jublanter i januar 2015

ALDER	ETTERNAVN	FORNAVN	FØDT	LOKALLAG
70	Blindheim	Steinar	01.01.1945	Bergen og Hordaland
70	Asmundsen	Anne Margrethe	03.01.1945	Rogaland
70	Trondsen	Knut Ørjan	03.01.1945	Oslo
70	Georgsen	Sverre	05.01.1945	Buskerud
70	Hansen	Erna	06.01.1945	Harstad
70	Berstad	Knut	07.01.1945	Kongsvinger
70	Selbekk	Turid	07.01.1945	Sør-Trøndelag
70	Jessen	Arne	10.01.1945	Kristiansand
70	Vatne	Einar	15.01.1945	Hordalensmennene
70	Brauer	Bengt Juel	16.01.1945	Asker og Bærum
70	Næss	Margareth	18.01.1945	Bergen og Hordaland
70	Kirkebø	Bernt	24.01.1945	Oslo
70	Erland	Elsie	27.01.1945	Rogaland
70	Sørbø	Fred Kåre	29.01.1945	Kristiansand
70	Hagvåg	Steinar	30.01.1945	Romerike
70	Svendsen	Stig	30.01.1945	Tønsberg
70	Broen	Ellen Sophie	30.01.1945	Moss
70	Antun	Kirsti	31.01.1945	Bergen og Hordaland
80	Ellefsen	Hans John	13.01.1935	Moss
80	Rønning	Terje Bull	18.01.1935	Telemark
80	Bjerknes	Lars	15.01.1935	Sunnmøre
80	Vaadal	Bjørn	22.01.1935	Nord-Trøndelag
90	Larsen	Eivind	28.01.1925	Vest-Agder
90	Haugen	Anne-Marie	28.01.1925	Telemark



Jubilanter i februar 2015

ALDER	ETTERNAVN	FORNAVN	FØDT	LOKALLAG
70	Dahlseng	Kjell	04.02.1945	Oslo
70	Skavøy	Tordis Johanna	05.02.1945	Sogn og Fjordane
70	Jensen	Rolf Levin	07.02.1945	Buskerud
70	Rudrud	Torger	08.02.1945	Kripos
70	Christoffersen	Tore	16.02.1945	Harstad
70	Evju	Knut Erik	22.02.1945	Sarpsborg
70	Spernes	Solvor Else	25.02.1945	Sarpsborg
70	Øiamo	Ole	26.02.1945	Rogaland
70	Meling	Odd	27.02.1945	Rogaland
70	Haga	Øivind	27.02.1945	Tønsberg
70	Rotabakk	Knut Johan	28.02.1945	Sør-Trøndelag
70	Løvhøiden	Per Thorvald	28.02.1945	PST
80	Ruteig	Villy H.	17.02.1935	Direkte
80	Jensen	Ann Helen H.	24.02.1935	Fredrikstad
80	Sirnes	Claus	28.02.1935	Bergen og Hordaland
90	Korssjøen	Asbjørg	01.02.1925	Nord-Trøndelag
90	Fronth	Dordi	11.02.1925	Kristiansand
90	Kildal	Johan	18.02.1925	Tønsberg
90	Andersen	Ella	27.02.1925	Kristiansand
90	Stenbraaten	Astrid	28.02.1925	Oslo

Jubilanter i mars 2015

ALDER	ETTERNAVN	FORNAVN	FØDT	LOKALLAG
70	Nesse	Øivind	03.03.1945	Rogaland
70	Morsest	Jens Bjørnar	06.03.1945	Sør-Trøndelag
70	Ødegaard	Arne	09.03.1945	Ringerike
70	Jansen	Aud Karin	12.03.1945	Troms
70	Melby	Ruth	14.03.1945	Buskerud
70	Karlsen	Turid Marie	14.03.1945	Moss
70	Engen	Helge Einar	16.03.1945	Direkte
70	Tellevik	Kåre Andreas	21.03.1945	Hordalensmennene
70	Moberg	Gunnar	23.03.1945	Bergen og Hordaland
70	Remen	Wenche Margareth	23.03.1945	Narvik
70	Nipen	Eivind	25.03.1945	Haugaland og Sunnhordland
70	Rypdal	Truls	26.03.1945	Bergen og Hordaland
70	Strandskog	Tor	27.03.1945	Harstad
70	Nilsen	Sigurd	30.03.1945	Sarpsborg
90	Jelsnes	Alf Egil	08.03.1925	Sarpsborg
90	Strøm	Oddvar	14.03.1925	Moss
90	Uggerud	Bjørn	16.03.1925	Kongsvinger
90	Svaet	Astrid	23.03.1925	Gudbrandsdal
90	Andersen	Bernt	30.03.1925	Rogaland

Returadresse:

Politiets Pensjonistforbund

Boks 8101 Dep.

0032 Oslo



Få rabatt **PÅ FORSIKRINGENE DINE!**

For de fleste av oss er hus, hytte og bil de mest verdifulle gjenstandene vi eier. Derfor bør vi ta ekstra godt vare på dem. Som medlem av PPF får du noen av Norges beste forsikringer til spesialpris. Faktisk gir vi deg hele 20 % rabatt på alle disse forsikringene – også om ferieboligen din ligger i utlandet!

I tillegg tilbyr vi deg som medlem av PPF en meget god innboforsikring – til fast pris. Og for bare 160 kroner ekstra i året kan du utvide til If Super innbo – vår aller beste innboforsikring.

RING 02400 OG FÅ RABATT I DAG!

I samarbeid med:



Rolig, vi hjelper deg.