



POLITIPENSJONISTEN

Nummer 5/2009

Hvor gammel kan man være?

August J. Moldestad reiser en viktig debatt

Se side 4-5

Berit Bachen Dahle
på pensjonistjobb i Kongo

Se side 12-15



Valget er over

Valget er over. Velgerne ønsket ingen eksperimenter og valgte fortsatt en "rød-grønn" regjering. Det trauste Norge vil åpenbart ha en forutsigbar framtid i disse vanskelige økonomiske tider. Finanskrise er ikke oversies det, og det kan vi i Politiets Pensjonistforbund understreke. Med den behandlingen vi fikk, og har fått, av Justisdepartementet og Politidirektoratet, trenger vi å samtale med Norsk Politidrett og Norsk Politihistorisk Selskap for å komme fram til en omforent fordelingsnøkkel av de midlene som Stortinget har bestemt skal fordeles mellom oss. Prop.1 S ble lagt fram 13. oktober og post 70 i kapittel 440 har samme tekst som tidligere. Men nå har departementet blandet sammen våre tilskudd og tilskudd til tiltak "som kan hjelpe kvinner og menn ut av prostitusjon"! Styret vil ta initiativ for å påvirke alle ansvarlige ledd slik at det blir en mer rettferdig fordeling (av pengene)!

Og SAKO hadde møte på Gardermoen 15.oktober for å se hvilke av våre krav som regjeringen hadde tatt hensyn til. Norsk Pensjonistforbunds tilsatte hadde gjort en formidabel jobb på kort tid og kunne informere om flg.: Kravet om 100 % særtillegg er oppfylt, kravet om at folketrygdens grunnpensjon må være lik grunnbeløpet uansett sivilstand med en gjennomføringsperiode på tre år er avvist. For personer født før 1954 var kravet at folketrygdens pensjoner måtte reguleres i takt med lønnsutviklingen i samfunnet også etter at den nye pensjonsordningen er innført, er avvist. Vårt krav om behovsprøvet gravferdshjelp er innfridd med smuler (fra kr. 18.744,- til kr. 19.344,-). Kravet om fri tannhelsetjeneste for de over 67 år er snakket bort med at det er "behov for nærmere kunnskap", og dette til tross for at det er bindsterke utredninger og innstillinger fra før. Vi finner heller ikke noe som sier at det er foreslått bevilget dekning av utgifter til høreapparater og synshjelpemidler. Det siste jeg vil vise til er at kravet om å få tilbake minstefradraget (som Bondevik-regjeringen med støtte av FrP redusert i 2001), og at særfradraget indeksreguleres på samme nivå som øvrige skattesatser, ikke er innfridd. Nytt øvre tak på minstefradraget er nå kr. 60.950,- mens for de yrkesaktive er det kr. 72.800,-. Nye krav til statsbudsjettet for 2011 vil styret utarbeide innen oktober.

For oss som fulgte debattene foran valget og forsøkte å finne realismen i programmene til de ulike partiene, er liv og lære åpenbart to forskjellige ting. I denne valgkampen ble det debattert og diskutert alt som hadde med eldreomsorg å gjøre. En sak som ikke har sin plass i Stortinget, men som er kommunenes ansvar. I et eget innlegg har jeg orientert kort om vårt møte med politikerne på Sundvolden. Det viktige nå er å følge godt med om partiene fremmer forslag i Stortinget og om de aktivt arbeider for å få flertall. Det må alle medlemmer kontrollere. Vi gir oss ikke!

Dette er det siste bladet du får i 2009. Redaktøren sier til meg at det er for tidlig å ønske god jul og godt nytt år. Jeg vil allikevel få takke alle medlemmer og tillitskvinner og menn for en god innsats i året som har gått. En særlig takk til Politipensjonistene i Bergen og Hordaland som



Kjell R. Bjerke
Forbundsleder

gjennomførte et prikkfritt arrangement – Landsmøtet 2009, åpningen i Haakons-hallen, vertskapet under møtene og ikke minst den aldeles fortreffelige festaften vi fikk være med på. Bedre kunne det ikke bli. Takk til våre samarbeidspartnere, særlig Politiets Fellsforbund og Oslo politidistrikt med politimesteren Anstein Gjengedal i spissen og forsikringsselskapet "if".

POLITIPENSJONISTEN

Organ for Politiets Pensjonistforbund



Redaktør: Jørn-Kr. Jørgensen
E-post: joer-j@online.no
Telefon: 22 87 05 05

Redaksjonen avsluttet:
1. november 2009

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

Besøksadresse:
Grønlandsleiret 25, 2 et., 0190 Oslo

Fast kontortid:
Mandag og onsdag 09.00 – 15.00

Forbundsstyret i Politiets Pensjonistforbund



Forbundsleder
Kjell R. Bjerke, Hilton 21 –
2040 Kløfta
Telefon: 63 98 10 32
Mobil: 915 43 793
E-post: k-r-bjer@online.no



Forbunds nestleder
Tor Inge Hansen
Uranusveien 44,
9024 Tomasjord
Telefon: 77 63 03 08



Sekretær
Olav R. Haugen
Østliveien 15, 1811 Askim
Telefon: 69 88 69 89
Mobil: 952 08 588

Kasserer
Rigmor Henriksen
Lønborglien 125, 5039 Bergen
Telefon: 55 24 23 56

Styremedlemmer
Johan Omdal, Stavangen
Eystein Loftesnes, Arendal
Sven Roar Revdahl, Trondheim

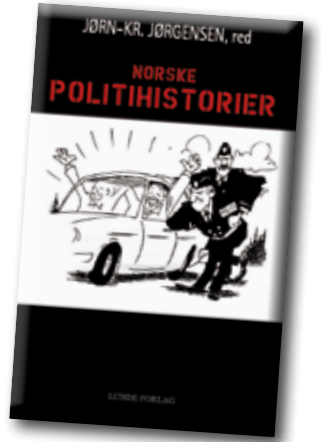
Varamedlemmer
Olav Røttingsnes, Romerike
Haktor Dysvik, Skien

Lay-out og originalarbeid:
Huset kommunikasjon & design, Oslo

Trykk: Printservice AS – Oslo
Opplag: 3 200

Den gode politihistorien – har DU den?

Bli med på å skrive bok – send inn!



Denne høsten gjør vi alvor av en tanke som har vært lansert mange ganger i mange år, men som det ikke er blitt noe av før Lunde Forlag AS har sagt seg villige til å fullfinansiere et prosjekt – en bok – med norske politihistorier.

Hva er en god politihistorie? Jo, den kan gå som følger:

En trafikkpolitimann drev fartskontroll på Østre Aker vei. Det gikk rolig for seg og ingen kjørte for fort. Det var fredag ettermiddag og konstabelen begynte å bli utålmodig og varm i solsteiken.

Plutselig raser en bil forbi langt over fartsgrensen. Politimannen setter etter bilen på motorsykkelen og får stoppet bilen hvor en ung mann sitter bak ratter, og følgende samtale utspinner seg:

– Her gikk det vel litt for fort... Ja, deg har jeg ventet på i hele dag...?

– OK, konstabel... jeg kom så fort jeg kunne...

Slik kan denne typen historier fortsette nærmest i det uendelige, og det er viktig for dem. Fra tid til annen har de vært å finne på trykk i blader og lignende, men det har aldri vært noen

samlet fremstilling. Det ønsker vi nå å gjøre noe med. Og det er på høy tid.

En annen god historie er hentet fra POT. Vedkommende førstebetjent – det var avdøde spionjeger Kaleb Nytrøen – satt på sitt kontor og leste dokumenter. Plutselig ringer telefonen:

– Hallo! – svarte han og snudde papirbunken han hadde foran seg slik at ingen skulle kunne se hva han arbeidet med.

Etter initiativ fra Lunde Forlag er Jørn-Kr. Jørgensen blitt bedt om å redigere boken som er tenkt publisert høsten 2010 – i god tid før jul neste år. Det betyr at vi har litt tid på oss, men det betyr også at den som sitter inne med gode politihistorier, må sende dem til Jørgensen med mailadresse joer-j@online.no – og har man ikke mail går det like godt å sende dem til Jørn-Kr. Jørgensen, Hekkveien 10 A, 0571 Oslo. Jørgensen har tidligere gitt ut en bok om Dag Hammarskjöld og en bok om frelsesarmeobersten Othilie Tønning på Lunde Forlag.

Politihistorier finnes i mange former og fasetter – de kan være både morsomme og alvorlige, og mange av dem har også en god moral i seg. Noen er på kanten og noen setter politimannen i et uheldig lys. Det får så være – en god historie er og blir en god historie, men vi kan ikke forvente at innsenderen skal gå god for sannhetsgehalten i det som fortelles. Alle som vil signere sin historie skal få lov til det; enten med initialer eller navn, men vi kan dessverre ikke tilby noe honorar. Æren av å få historien på trykk får være nok. Bokens omfang – antall sider – vil bli bestemt ut fra tilfanget av politihistorier. Boken vil bli illustrert med tegninger. Med boken Norske politihistorier har både politi og publikum muligheter til å få seg en god latter. "En dag uten et smil er en bortkastet dag", sa politidirektør Ingelin Killengreen ved en anledning. Nå kan alle være med å le og smile – av politiet!

Velkommen med din historie enten den er lang eller kort – og morsom.

Monumental biografi om Winston Churchill på norsk



Nå foreligger det en monumental biografi om Winston Churchill på hele 1000 sider, Churchill er et ikon i nyere historie og i denne kritikerroste biografien analyserer Roy Jenkins Churchills usedvanlige personlighet og alle hans sterke og svake sider.

Ved å bruke sin egen erfaring fra britisk politikk og sine imponerende kunnskaper om Storbritannias politiske historie belyser Jenkins Churchills parlamentariske karriere gjennom valgkamper, valg, partibytter, bølgedaler og høydepunkter.

Boken vier Churchills politiske liv stor oppmerksomhet og viser på den måten hvor bred

hans politiske erfaring faktisk var. I nesten seksti år fra Sør-Afrika ble opprettet til Berlinmurens fall var politikk i en eller annen form, hele hans liv.

Den andre verdenskrig ulike faser følges i detalj. Slik denne boken vitner om, var Churchill en stabiliserende faktor som var helt avgjørende for seier og overlevelse.

Boken er en kunnskapsrik og velskrevet biografi som også er humoristisk og preget av skarp intelligens. Denne boken er blitt standardverket for alle som vil vite men om Winston Churchill. Boken er gitt ut av forlaget Historie og Kultur, og egner seg godt for mørke høst- og vinterkvelder.



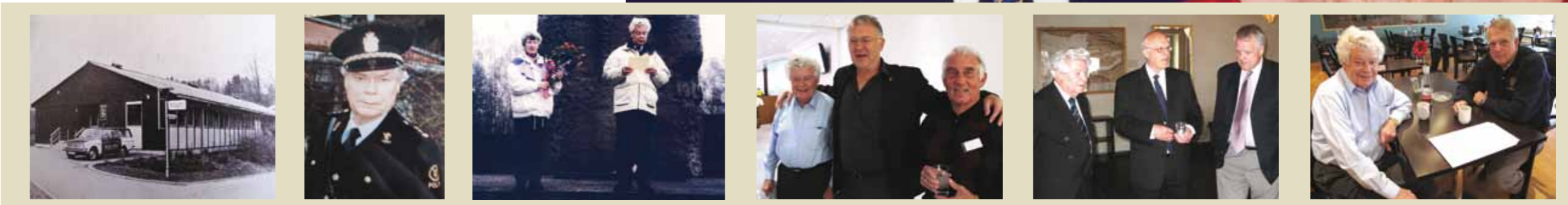
August J. Moldestad som ung konstabel i Bergen.

Hvor gammel kan man være?

August J. Moldestad reiser debatt om alder for deltakelse i styrende organ i Politiets Pensjonistforbund



Fra v. Eidsvåg politivakt, Gusten som politiavdelingsjef, Ester og August i Stutthoff, Gusten sammen med gode kolleger under landsmøtet, Moldestad t.v sammen med forbundsleder Kjell R. Bjerke og forbundssekretær Olav Haugen, Gusten og Olav under en kafferast under sommerens storslåtte landsmøte – "non pluss ultra". Øverst: August Johan og Ester fyller 80 år; et stilig bergenspar.



Tekst: Jørn-Kr. Jørgensen

En dag er vi igjen i Bergen. Bussen tar oss til Lønborg på veien ut av byen nordover mot Åsane. En kvinne er velviligheten selv og peker på hus nummer 263. Vi var i hvert fall heldige med været. Det regnet!

Vi finner fram til det navnet vi søker på ringetablået og slår inn riktig nummer for å få døren til å åpne seg – 64. Vi går inn og tar heisen opp i 6. etasje bare for å finne ut at det er feil. Vi skal høyere; høyere og høyere. Ikke før vi er i 14. etasje – så svimlende høyt at vi godt kunne ha vært på Manhattan midt i New Yorks jungel. Men den gang ei. Dette er tjukkeste Bergen, og her bor ingen andre enn ekteparet Ester og August Johan Moldestad – "Gusten" blant venner. Han best kjent som pensjonert politiavdelingsjef og fagforeningsmann; hun som supporter og sin manns beste venn og støtte. I over 50 år har de to vært gift. I dag er de 81 år gamle med noen få dagers forskjell. Fra leiligheten deres er det utsikt over sundet til Askøy hvor Hurtigruta går forbi med jevne mellomrom – og like til "berget det blå" i Nordhordland. Det er kort sagt vakkert.

GLIMRENDE LANDSMØTE

Sammen med de øvrige medlemmene

i pensjonistforeningen i Bergen skapte ekteparet Moldestad et glimrende landsmøte i slutten av mai i år, og Politipensjonisten kom ut med en egen utgave etter landsmøtet i pur begeistring over møtets suksess - "non pluss ultra". En ting ble likevel glemt: Koret – "Kor e Politiet" – som var med under festmiddagen og skapte stemning og humør i alle ledd og rundt alle bord. Herved er også de takket. De holdt tonen og vel så det.

ALENE VED EIDSVÅG POLITIVAKT

– Du vet, sier Gusten, jeg kom tidlig inn i politiet. Allerede i 1945 var jeg ved Hordaland politikammer, og enten du tror meg eller ei, så var jeg der helt til byutvidelsen av Bergen i 1972. Da kom jeg over til Bergen politikammer og for det meste gjorde jeg tjeneste ved kriminalteknisk avdeling. – Men jeg var også vaksjef, jeg var ved Nark og ved Økonomi. En periode var jeg eneste tjenestemann ved Eidsvåg politivakt, og Ester måtte passe telefonen når jeg var ute på jobb i distriktet. Den gangen hadde vi ikke mobiltelefoner som i dag, så det vil være en overdrivelse å si at telefonen noen gang hjemme "stod stille" hos oss. Snarere tvert imot.

TO HEDERSTEGN

August J. Moldestad gjennomgikk Politiskolen i 1958/1959 og har ellers gjennomgått omtrent de avansementskurs som kan gjennomgås for politiledere. Som fagforeningsmann har han mottatt både lokalforenings- og landsforbundets hederstegn, og som aktiv i IPA har han kontakter over hele verden. Sagt på en annen måte: Gusten og hans Ester har gjennom et langt liv hatt et åpent og vennlig politihjem hvor det alltid har vært plass rundt bordet. Slikt inngir trygghet, godhet og kollegialitet – og det bygger allianser og skaper tillit. Ester fikk også et hederstegn for i alle år og ha støttet sin mann og vel så det. To sønner har ekteparet også fått.

PENSJONERT PÅ SIN 60-ÅRS DAG

Da Gusten ble pensjonert i 1988 som politiavdelingsjef og leder av etterforskning av "brann og tyveri" – nøyaktig på sin 60-årsdag – beklaget han det hele. Han likte seg godt i politiet og han nøler ikke med å understreke at han ikke har hatt en kjedelig dag. Derfor var det kanskje naturlig at han valgte å engasjere seg i pensjonistarbeidet når anledningen bød seg til det. Gusten går ikke av veien for å ta en frivillig jobb, og når han påtar

seg noe, går han 100 prosent inn for oppgaven.

HVOR GAMMEL KAN MAN VÆRE?

Under landsmøtet til Politiets Pensjonistforening tidligere i år tapte han en "kampvotering" om plass som nestleder i forbundsstyret. – Det er et spørsmål om hvor gammel man egentlig kan være for ikke å bli valgt inn når erfaringen med ulike typer organisasjonsarbeid er på plass, undrer han fra 14. etasje i høyblokka på Lønborg. – På den annen side: Demokratiet har talt, og det er slik det skal være, men jeg opplever det som en smule sårt. Og et tankekors er det også at Norsk Pensjonistforbund – som hadde sitt landsmøte i Bergen uken etter Politiets Pensjonistforbund, valgte 79-år gamle Inger Johanne Knudsen som første nestleder. – Velsigne henne, men det er fortsatt lov å reise problemstillingen, sier Gusten.

SYSTEMET BESTEMMER HANDLINGENE

I organisasjonslivet vil det alltid være slik at demokratiet teller mer enn noe annet. Det er ikke noen feil på verken prosessen eller menneskene, men det er systemene som bestemmer handlingene og det som ellers skjer. Det ene tar ofte det andre

med seg. At dette kan oppleves som urettferdig, kan man forstå. Men det er en del av demokratiets iboende krefter som ikke kan settes til side når virksomheten er tuftet på vedtekter og forretningsorden.

– Men, sier Moldestad, jeg er glad for at det ble et vellykket landsmøte og at delegatene er fornøyd. Intet er hyggeligere for oss som stod ansvarlig for arrangementet enn det. Tenk om noen hadde vært misfornøyde. Det hadde det så men ikke vært så lett å leve med.

TUR TIL POLEN

– Nå kommer høsten og vinteren. Jeg tenker ofte tilbake på den turen vi hadde til Stutthof i Polen i 2001; konsentrasjonsleiren hvor 270 politifolk fra Norge (tre fra Hordaland) ble sendt fordi de ikke ville skrive under den såkalte "lojalitetserklæringen". (I tillegg kommer fire politifolk fra Hordaland som ble tatt livet av i Berlin under krigen). I dag er det ikke så mange som vet om dette...at det ligger kamp bak at politifolk går i gater over hele Norge. Jeg er opptatt av at denne delen av historien blir ivaretatt... før den blir glemt, sier han.

Stutthof ligger 36 km fra Gdansk (Danzig). Leiren var opprinnelig en leir

for sivile fanger, men fra november 1941 ble den omgjort til en spesialleir drevet av SS, og fra 13. januar 1942 til en konsentrasjonsleir.

Sommeren 1944 begynte man med gassing av nyankomne fanger umiddelbart etter ankomst. Nesten samtlige av de 50 000 jødene som ble sendt til Stutthof mistet livet. Ved avslutningen av krigen i 1945 begynte tyskerne å evakuere leiren. Leiren ble stengt i januar og i tidsrommet mellom 25. januar og 25. april ble 4 500 fanger sendt ut på dødsmarsjer vestover. Tusenvis av fanger mistet livet under disse marsjene – ca. 26 000. Den 1. mai 1945 nådde sovjetiske tropper fram til leiren og leiren ble befridd.

UT PÅ TUR

– Og så synger jeg i kor, forteller han. I 60 år har jeg vært med i mannskoret RAN. Det er viktig å holde seg i aktivitet når pensjonstilværelsen er et faktum. Det verste må være å sitte i en stol og tro at man har det hyggelig. Ester og jeg går på de sju fjell så ofte vi kan. Ut på tur; aldri sur. Der er mer min – og bergensk – stil.

Ester kvitrer og er helt enig.

Pensjonert politiførstebetjent med stor pasjon for krim



Tekst og foto: Jørn-Kr. Jørgensen

Bjørn Bottolvs var polititjenestemann i 36 år.

– Nå har jeg skrevet to barne- og ungdomsbøker og i disse dager en den sjette kriminalboka på markedet, og for så vidt er ikke dette noen prestasjon, men det er ikke så mange vet, er at jeg har skrevet disse bøkene hjemme på kjøkkenbordet ved hjelp av en kulepenn. Det er litt morsomt. Det er jo litteratur som etter hvert finnes i de "tusen hjem".

Pensjonert politiførstebetjent ved Majorstua politistasjon, Bjørn Bottolvs, er igjen på hugget med sin romanhelt, politibetjent Jo Kaasa (han kom kanskje aldri lenger – eller kanskje han ikke ville lenger?).

DET ER OG BLIR MORSOMT Å SKRIVE

– Jo da, sier Bottolvs, drikker kaffe og smiler i noen tredagers gamle skjeggstubber. Det er blitt bok i år også. Politipensjonisten gir seg ikke. Opplevelsene skal ned på papiret og mellom to permer. Det er og blir morsomt. Men legg merke til en ting; jeg holder meg til

person. Han er en patruljerende betjent som ute. Han kjører ute "når natta er som svartest", og når "nattdyrene" er ute. En politipatrulje er, som mange av leserne vet, et rullende sosialkontor når alle andre "vesener" er stengt. Det er vi som må gjøre jobben. Jeg forsøker å ta med leserne også inn i dette bildet; ikke bare i den rene etterforskningsbiten.

KONSENTRERER SEG OM DEN ENE

– Men bakgrunn i politiet synes jeg at leseren fortjener å få vite at handlingen er realistisk og at "det kan ha skjedd". Min intensjon er å holde spenningen ved like selv om det ikke er noen seriemorder – noe som jeg mistenker ofte er et salgstriks. Jeg skriver uten seriemordere og forsøker å konsentrere meg om den ene. Det er her – i dette møtet – Jo Kaasa etter min mening har sin styrke.

– I de aller fleste dapssaker er den første enheten på åstedet en operativ bil. Det er her politibetjent Jo Kaasa befinner seg. Og dette gjør at den enkelte politimann også kan kjenne seg igjen i handlingen.

BOTTOLVS ER POLITIPENSJONIST!

Nå kan man si og mene mye om Jo Kaasa og om Bjørn Bottolvs sine bøker. Det skal vi ikke gjøre. Vi vil derimot oppfordre den enkelte til å lese selv. Det er et stort poeng for Politiets Pensjonistforbund at Bottolvs er medlem i vårt forbund og på den måte er "en av oss"; en av "våre egne". At han lykkes som forfatter er derfor svært hyggelig.

fiksjonen og du kan si det slik at det jeg skriver er satt sammen av mange opplevelser og hvordan jeg vet – med bakgrunn i min yrkeserfaring – hvordan det ville – eller kunne – ha skjedd. – 36-års tjeneste gir et visst grunnlag, sier Bjørn Bottolvs og smiler...

UTE NÅR NATTA ER SOM SVARTEST

– Da Jo Kaasa ble til, ville jeg ikke skape en etterforsker, en privatetterforsker eller en journalist. Jeg ville skape en annen

FAKTA

Navn: Bjørn Bottolvs

Født: 1946 på Kongsberg

Karriere: Bl.a. gjennomgått Rytterkurs i Det Ridende Polit 36 års tjeneste i Oslo politidistrikt

Bøker:

Tom Mowgli Johannessen - 1995

Løvetannbarn - 1996

Kometen - 1999

Is - 2002

Mairegn - 2004

Når natta er som svartest - 2006

Døde vitner lyver ikke - 2007

Granaten - 2009



UTGITT PÅ TYSK

Seks kriminalromaner er en aldri så liten bragd. Bragden blir større når vi også forteller at bok nummer fem – "Døde vitner lyver ikke" – i oktober kom på tysk med tittelen "Tote zügen lügen nicht". Så får vi se om det internasjonale marked åpner seg for Jo Kaasa.

OGSÅ JO KAASA BRUKER KULEPENN

– Kulepennen har vært min venn i mange år. Det var noe jeg lærte da jeg begynte i politiet. Da fantes det jo ikke PCer. Vi hadde penner – det brukte jeg da og det bruker jeg nå. Vi hadde selvfølgelig manuelle skrivemaskiner, så det er nok bare et tidsspørsmål før jeg gir meg PCen i vold. Jeg har så vidt begynt. – Legg merke til en liten detalj, sier Bottolvs: Når Jo Kaasa sitter i patruljebilen og mottar beskjeder på radioen eller via mobiltelefonen, skriver han dem som regel ned på håndbaken med kulepenn. Alt henger med andre ord sammen.

– Jeg kom på ideen å skrive gjennom min datter. Tidligere hadde jeg skrevet dikt som ble publisert i Dagbladet, men jeg leste "Jungelboken" for min datter. Noe i den rørte meg veldig, og på denne bakgrunn skrev jeg boken "Tom Mowgli Johannessen". Siden har det rullet på seg. Den andre boka var en ungdomsbok med tittelen "Løvetannbarn".

– Ikke vet vi, men ordet "granaten" bør minne de fleste politipensjonister på en gammel sak som kanskje bør støve hen. I Bottolvs nye bok er denne saken noe av bakteppet. Til den som har "alt", er Bjørn Bottolvs nye bok en god egnet julepresang. Taushetsplikten fraholder oss i å fortelle mer.

Forsikringspakke med et utvidet konsept for seniorer

I dag er 1,6 millioner nordmenn mer enn 50 år. Dette blir en stadig mer interessant forsikringsgruppe.

Personer i aldersgruppen over 50 år gjør seg mer og mer gjeldende i samfunnet – innen så vel næringsliv som politikk. De er også en interessant forsikringsgruppe.

– Vår erfaring er at aldersgruppen over 50 år er svært bevisste og også mer lojale enn andre aldergrupper. Vi ser også at de er forsiktige og flinkere til å ta vare både på seg selv og eiendelene sine enn yngre mennesker, sier prosjektleder Alfred Bakken i If Skadeforsikring.

Analyser viser at personer over 50 år har helt andre forsikringsbehov enn yngre personer. Dette er bakgrunnen for at If nylig lanserte en egen produktpakke for personer over 50 år, kalt If Over50. Egen produktpakke

– Vi har valgt å lage en egen produktpakke for personer over 50 år, på samme måte som vi har gjort for unge mellom 18 og 30 år. Å lage "skreddersøm" i forhold til ulike alderssegmentene ser vi blir mer og mer viktig. Nå er det omtrent bare aldersgruppen mellom 30 og 50 år som ikke har fått spesialdesignet sin egen produktpakke, men det vil kanskje komme på sikt, sier Alfred Bakken.

MULIGHET FOR Å TA MED BARNEBARN PÅ TUR

I If Over 50 er det lagt inn produkter som er spesielt interessante for aldersgruppen over 50 år: Fullverdi innboforsikring, reiseforsikring og personforsikring. Alle forsikringene har inkludert fordeler som er spesielt viktig for denne aldersgruppen.

For eksempel gjelder reiseforsikringen også for barnebarn eller oldebarn som er med sine beste- eller oldeforeldre på tur, uten at barnas foreldre er med.

Personforsikringen gir en økonomisk førstehjelp på 50.000 kroner ved alvorlige brudd, brannskader og amputasjon. Forsikringen ble utvidet i november, og gir da også økonomisk førstehjelp på utvalgte sykdomsdiagnoser, i tillegg til at det utbetales "dagpenger" ved sykehusopphold. Det er også verdt å merke seg at personforsikringen har en ulykkesdel, som gir dobbelt erstatning fram til fylte 70 år.

FRI RÅDGIVNING PÅ HELSETELEFONEN

If Over50 kunder kan også ved skadefrie år opparbeide seg det dobbelte på "egenandelskontoen", maks 8.000kr.

De får også fri rådgivning gjennom Helsetelefonen. Her gis det svar på helse- og sykdomsrelaterte spørsmål, samtidig som det gis veiledning rundt kosthold og mosjon/trening, og dessuten hjelp til å finne fram både i helsevesenet og trygdesystemet, forteller Alfred Bakken.

Mer om If Over50

I en vanlig innboforsikring velger kunden forsikringssum selv, og der går grensen for erstatning. Med fullverdi innboforsikring benytter If noen nøkkelopplysninger og beregner fullverdien. Kunden slipper å tenke på verdien av innboet sitt og hva som er riktig forsikringssum. Enkeltgjensander er forsikret for inntil 200.000 kroner pr. stk. Det samme gjelder pr samling, for eksempel sølvsamlingen.

I reiseforsikringen er forsikringstiden satt til maks 90 dager pr. reise, mot ordinært 45/60 dager. Det er populært for mange seniorer å ha med seg barnebarn eller oldebarn

på reise. Reiseforsikringen i den nye seniorepakken vil også gjelde for barnebarn og oldebarn som er på reisen sammen med forsikringstakeren uten at barnas foresatte er med på samme reise.

Personforsikringen kan kjøpes av kunder som er over 50 år, men under 75 år. Med dette er kjøpsalder utvidet med 5 år i forhold til dagens ulykkesforsikring. Her inngår en standard ulykkesforsikring med blant annet dobbel erstatning ved alvorlige skader før fylte 70 år, og uten nedtrapping av erstatning etter fylte 70 år. Ifs ulykkesforsikring reduseres altså ikke i forhold til forsikringstakers alder.

Usminket og åpent forteller Finn Abrahamsen fra sitt politiliv

Av Jørn-Kr. Jørgensen

I høstens bokflora finner vi også en slags biografi om de siste års mest profilerte politimann i Oslo og Norge, politioverbetjent Finn Abrahamsen ved Oslo politidistrikt, som har skrevet boken "På liv og død" sammen med politidistriktets tidligere informasjonssjef, Jon Gangdal. "På liv og død" er en bok hvor Abrahamsen tar for seg noen av de ulike saker han har arbeidet med i et langt politiliv, men ikke bare det – han mener til debatt og setter problematiske forhold ved jobben under forstørrelsesglasset. De arbeidsmessige forhold er langt på vei vevet inn i de ulike kriminalsakene; et fortellergrep som gjør boken til spennende lesning. Abrahamsen er også i deler av boken svært personlig og forteller fra sin egen oppvekst og om sin egen bakgrunn.

Boken til Finn Abrahamsen vil komme til å vekke debatt. Aldri har vi sett noen gå så langt i fortellerens iver om hva som rører seg innenfor Politihusets fire vegger. Her er det både sprengstoff og krutt for den som vil vurdere det slik.

Finn Abrahamsen er de siste årenes mest profilerte politimann i Norge. Flere viktige saker har han satt på dagsorden – vold og misbruk av barn, psykiatriske pasienter, sykehusdødsfall og mye annet

som offentligheten faktisk ikke vet, men et arbeid som har foregått i det stille.

Når man stikker hodet fram som Abrahamsen gjør, blir han selvfølgelig også kontroversiell. Derfor aksler han med denne boken til diskusjon og debatt både rundt kaffebordet, på kontorene og kanskje også i avisspaltene. Det kan se ut som om det er et hav å øse av.

Her er en smakebit fra Finn Abrahamsens bok etter en aktuell situasjon:

"Jeg hadde altså lært at sannheten har stor gjennomslagskraft. Men jeg hadde også lært at det straffer seg å være den som forteller at keiseren er uten klær. Jeg hadde fått vite at det er illojalt av en tjenestemann å fortelle hvordan det egentlig står til, selv når forholdene er så kritiske at politiet ikke har muligheter til å gjøre jobben sin på en tilfredsstillende måte. Siden det er grenser for hvor mange skraper en politimann kan tåle, særlig i en lederstilling, valgte jeg den vanlige formen for fortidelse som vi alle var blitt innprentet fra høyeste hold, da jeg skulle uttale meg om hvor godt bemannet vi var for å løse trippeldrapet på Kaldbakken: «Vi har satt inn alle tilgjengelige mannskaper!»"

Og videre – et annet sted i "På liv og død":

"De aller fleste politifolk jeg kjenner er idealister. De ønsker virkelig å bidra til å skape et bedre samfunn. Derfor har de tilsvarende vanskelig for å si nei når det er behov for dem. Jeg vet at mange har opplevd den siste tids aksjoner med over-tidsnekt og sykdom som en stor personlig påkjenning. Men kanskje har det vært nødvendig for å synliggjøre situasjonen, ikke bare bemanningsmessig, men også økonomisk."

Og en tredje smakebit:

"Det hender fremdeles at jeg får telefoner, til og med fra politimestere, som spør om jeg ikke kan ta opp saker de selv ikke tør å fremme, av frykt for sine embeter og manglende forlengelse av sine åremål. «Du har jo alltid vært så frittalende, og greid deg gjennom,» sier de. Nå vet de at også jeg måtte lyve for å dekke over andres unnlatelsessynder. For fortielsens kunst ligger mye nærmere løgn enn sannhet. Slik praksis er uverdigg for en stolt og livsviktig etat som politiet."

Det skal bli spennende å se hvilken mottakelse disse postulatene og denne boken får.



“ICH BIN EIN BERLINER” Oslopolitipensjonister på tur til Tyskland



Av Jon T. Kvikne

Da Oslo Politis Pensjonister inviterte til tur til Berlin meldte det seg raskt et 40-50 talls personer til bussturen. Brustadturen med ekteparet Skramstad som sjåfører og reiseledere gikk via båttur til Kiel og buss til Tysklands hovedstad.



Jon T. Kvikne

Men før dette måtte vi finne veien til Filipstad og båten. På bussholdeplassen ved Nationalteateret støtte vi på en litt norsk-talende tysk kvinne med en sønn, som rakte oss en lapp med påskriften: "Natasta og Fredriks gate". Det første antagelig navnet på vårt teater. Hun kom på 33-bussen. Da vi nærmet oss første stopp i Munkedamsveien oppdaget vi en sprek dame som løp ved siden av bussen med en koffert i hånden. Inn kom en smilende eldre dame (80+?), noe kortpustet, men i fin form. Vi vil antyde at det kanskje har vært en tidligere turner. Nok om det. Vi kom alle om bord på Color Magic bound for Kiel. Reisen gikk stille og rolig for seg, med en og annen forfriskning, på eller utenfor lugarene.

Vel om bord i bussen fikk vi navnelister, og det viste seg at vi hadde med oss kolleger fra Romerike politidistrikt, Politihøgskolen og endog Lisbeth fra Larvik, som tidligere hadde tjenestegjort i Oslo og spilt i musikken. Veldig hyggelige reisefølge! OPP har bestemt seg for å invitere med andre pensjonister enn i hovedstaden på sine turer. Det kan anbefales. Dessuten gir vi tipset gjerne videre til andre foreninger.

Noen kvier seg for lange bussturer med ut- og innpakking hver dag, men denne turen var ikke av den art. For ikke bare å kjøre autobahn, la Arne Gunnar, veien om noen små landsbyer og hovedstaden i delprovinsen Schwerin. En tivelig by på ca. 120 000 mennesker, men helhetsinntrykket ble skjemmet av et skybrudd den korte tiden vi var der. Så fortsatte vi til Berlin, som vi rakk akkurat i tide til middagen. Kvelden igjen fylt med forfriskninger, orienteringer om neste dag – og for noen et første møte med noen av de tre og en halv millioner berlinere.

EN FREMRAGENDE GUIDE

Gunnar Kristiansen møtte oss en tidlig formiddagstime i sentrum, og han gav til beste noen av sine store kunnskaper om verdensbyen og dens historie. Det vil føre altfor langt å forsøke å gjengi noe av det han fortalte oss, men mange av de viktigste bygninger og kirker ble plottet inn. Kunstverker og minnesmerker ble avfotografert, og spesielt et med 2 711 steiner, reist til minne om jødeutryddelsen, gjorde inntrykk. Hvorfor 2 711? Jo, det var ikke plass til flere på tomten! (G.K.) Turen ble selvsagt lagt om muren, som skilte Øst fra Vest, og restene av denne, ved Checkpoint Charlie blizet det, og en solid Selbygg midt mellom to soldater, går over i historien på

fotopapir. Brandenburger Tor, Riksdag, Rådhus og tomten etter Hitlers bunker passerte forbi bussvinduene, før guiden skulle i nye oppdrag. Den naturaliserte Porsgrunneren med mange år i Berlin kunne sikkert mer enn de fleste andre berlinere om byen. Vel blåst! Resten av dagen til fri avbenyttelse.

Neste morgen busset Arne Gunnar oss til Kurfurstendam og folk, med eller uten sort belte, ble sluppet ut til shopping. Folk som ble sluppet løs på KA-DE-WE eller ka det va, ble bort i Europas største varemagasin (?). Det e nå DDE. Der skulle det være mulig å finne alt mulig – også norsk brunost. Skribenten, og noen andre, var så heldige å finne en restaurant etter noen tid! Vel ute i friheten igjen ble det litt travling fram og tilbake, flere restaurantbesøk og også en tur innom en wurstkiosk, før vi syntes det var på tide å finne veien tilbake til hotellet – ikke med bane eller trikk, men med taxi. Samtalen gikk – vel plassert i setene, og på noe stotrende tysk forsøkte vi å fortelle veien til Plaza da sjåføren sa: "Ja, det vet jeg mycket vel var e." Vi fikk en ny sightseeing med en meget hyggelig sjåfør, som meget gjerne ville ha bodd i Skandinavia. Han fortalt oss hvorfor Berlin ble Berlin, og hvordan den fikk det navnet. Vi måtte kjøre en litt annen vei hjem, for plutselig befant vi oss midt blant masse mennesker – og politi, i grønne og i blå biler. Sjåføren kunne fortelle at de grønne og hvite bilene hørte hjemme i Berlin, mens de blå og hvite kom andre steder fra. Grunnen til dette store oppbudet var at flere titusener demonstrerte mot Atomkraft. Før vi betalte fikk vi også sagt til den hyggelige sjåføren at vi var avdankede politifolk. Jeg vet ikke om dette var årsaken til at regningen også var hyggelig – eller kanskje det er slik at taxiene er rimeligere enn i gamlelandet. (Stoppet bilen – stoppet taxameteret.) Neste – og siste – dag, var det opp i purkotta, vi skulle helst ha båten fra Kiel. Det gikk radig etter autobahn, men behagelig med Arne Gunnar ved rattet og Ragnhild, som serverte kaffe. Som fungerende formann kunne jeg hilse fra Eilif, som hadde sykdomsforfall, Martin deklamerte Jacob Sande – og en og annen historie ble det også plass til. Vel framme i Kiel hadde vi god tid før båtavgang. Oppbruddets time var nær – og vi var alle(?) enige om at det hadde vært en fin tur. Berlin by var et godt bekjentskap, selv om vi knapt kan si som J.F.Kennedy: "Ich bin ein Berliner".

Bok om hvor "krigen hendte"



En noe spesiell bok er Ottar Samuelsen bok "Det var her det skjedde". Boken presenterer åstedene for noen av historiene, de personlige ofrene og de dramatiske hendelsene som fant sted i Oslo under 2. verdenskrig. Boken har 12 kapitler og omhandler alt fra kamphandlinger, sabotasjeaksjoner og jødedeportasjoner til likvidasjoner, rettersteder og sentrale bygninger. Hvem vet for

eksempel at de frivillige SS-soldatene til Regiment Norland ble tatt i ed på Vinderen på Hippodromen, det som i dag er møbelbutikken ROOM. Eller at motstandsmennene Gunnar Sønsteby og Max Manus bodde nær hverandre i Thereses gate hvor deres leiligheter hadde et fellesgårdsrom.

Stedene er fotografert i dag for at man skal kunne kjenne seg igjen, og bli minnet på hva som skjedde her under krigen. Samtidig ønsker vi å vise det absurde i at bygningene og stedene ligger der fredelig i dag, men at de for noen tiår siden var åsted for avgjørende krigshistorie i Oslo. I tillegg presenterer boken bidrag fra profilerte forfattere

som Jan Erik Vold, Thorvald Steen, Guri Hjeltnes og Berit Nøkleby, der Jan Erik Vold skriver om Ruth Maier og Guri Hjeltnes om dagligliv i Oslo under krigen. Håpet vårt er at man når man går forbi stedene som er skildret i boken, skal tenke "Å ja, det var her det skjedde". Boken er også kommet i billigutgave på Dinamo forlag. Denne boken er "anskuelsesundervisning" av beste sort og merke, og svært mange politifolk vil nikke gjenkjennende til både steder og begivenheter. Mange vil kjenne seg igjen, og Ottar Samuelsen har skrevet en bok man i all sin gru kan glede seg over. Bokens bilder er sjelden gode og er i seg selv små kunststykker som man bare kan nyte.

Den ultimate sannheten om Arne Treholt?

Av Jørn-Kr. Jørgensen

Verden er full av overraskelser og i høst er det kommet en bok som ikke bør gå politipensjonister forbi – nemlig statsadvokat Stein Vales bok "Teppefall i Treholtsaken"; et sjeldent dokument som tar for seg saken og som forteller enkeltheter og detaljer som burde interessere enhver som har arbeidet innen norsk politi.

Det finnes to "standardverk" om Treholtsaken. Det ene er Ørnulf Toftes bok "Spaneren" (1987) og nå Vales bok (2009). I forordet til "Spaneren" understreker Tofte viktigheten om åpenhet rundt denne spesielle saken. Tofte var så åpen at det holdt på å bli reist straffesak mot han; til tross for at det understrekes i det samme forordet at han ikke går på tvers av taushetsplikten og at det forelå et ønske fra hans foresatte om å gi intervjuer i sakens anledning – noe som den gangen var en sjeldenhet i det daværende POT's virksomhet. Dette er ganske interessant – ikke minst fordi avtroppende PST-sjef, Jørn Holme, for et par, tre år siden ble tildelt Kommunikasjonsprisen nettopp for åpenhet i kommunikasjonen. Jeg kan altså slå fast – og det er det sjelden en skribent kan gjøre

– at ikke noe står stille og at historien går videre. Takk og pris!

Nå foreligger Stein Vales bok, og den er mer åpen enn noen, noen gang kunne ha drømt om. Her er det kun få ting som ikke fortelles – for eksempel hva som ble omtalt under Ørnulf Toftes vitneprov da saken var oppe for retten. Det handler om totalt seks – 6 – sider fra dommen. Ellers får vi vite det meste, og nye fotografier publiseres også fra de ulike situasjonene som har tilknytning til saken. Det er nesten så jeg ikke tror det jeg leser, men jeg har snakket med Stein Vale og han står inne for hvert ord.

Det kunne ha vært fristende å trekke fram eksempler på åpenheten og hva som fortelles, men kanskje det kan være nok å fortelle at til og med navnene på de pensjonerte politiførstebetjentene som foretok den hemmelige ransakningen hjemme hos Treholt selveste 17. mai, er nevnt. Jeg skvatt da jeg leste det, men nikket samtidig i takknemlighet over at Norge etter hvert er blitt et ganske åpent land.

Hva som nå er hemmelig i Treholtsaken, vet jeg sannelig ikke – hvis vi ser bort fra Ørnulf Toftes vitneprov og rettsreferat – men det kan ikke være mye. Det finnes sikkert en og annen opplysning som er

offentligheten uvedkommende, men Stein Vale – som for tiden arbeider med å bygge opp rettsvesenet i Georgia – har gjort et stykke arbeid som nok vil bli diskutert, men som også vil bli stående som om ikke den "ultimate sannheten", så i hvert fall som den beste boken som hittil er skrevet i sakens anledning.

Det finnes selvsagt noen som også vil kritisere denne boken, og dissekere den i et forsøk på nye innfallsvinkler, og det er flott og nyttig, men hvor de nå skal hente materiale fra – ut over det som av taushetsbelagte grunner må være taushetsbelagt – er vanskelig å si. At boken vil bli diskutert, er bare av det gode. Diskusjon – og for så vidt uenighet – er grunnlaget for all fremgang.

Men les Stein Vales bok. Han har gjort en kjempejobb mot et teppefall – selv om historien alltid lever videre.

Stein Vale
TEPEFALL I TREHOLTSAKEN
Cappelen Damm 2009 - 221 sider



Kidnappet til Kongens medalje

HEDRET: Haktor Dysvik måtte først nøye seg med diplomtet, da ordfører Rolf Erling Andersen oppdaget at Kongens fortjenstmedalje var blitt borte på veien. Den kom likevel til rette til slutt, og den tidligere politioverbetjenten ble feiret av politimester Anne Rygh Pedersen og gode kolleger. (Foto: Arild Hansen).

Tekst: Vigdis Hella

Pensjonert politioverbetjent Haktor Dysvik lurte på hva galt han hadde gjort, da han ble hentet av en politipatrulje fredag morgen. Men på politistasjonen ventet kollegaene med Kongens fortjenstmedalje.

– Jeg skvatt da politiet ringte på døra, og ba meg om å bli med dem til politistasjonen, forteller den tidligere politioverbetjenten.

Fredag morgen ringte to uniformerte politimenn på døra hans, og ba ham bli med til politistasjonen.

– Jeg tenkte at jeg ikke hadde gjort noe spesielt galt, men lurte på om jeg hadde vært borti i en bil. Med det samme ble jeg «shaky», men tenkte at det fikk stå til, ler Haktor Dysvik.

KOLLEGENE JUBLET

I det nye politihuset på Myren ventet ordføreren, politimester Anne Rygh Pedersen, tidligere politimester Arve Schelver, og en fullsatt kantine med jublende kolleger.

De hadde overbevist selveste Kongen om at Dysviks innsats i politiet fortjente en medalje.

– Du har tjent politietaten på en fantastisk måte, og har alltid vært en skikkelig og høflig politimann. Du er en vandrende politihistoriebok, og har «slitt ut» fem politimestere; det må ha vært en hyggelig opplevelse, sa politimester Anne Rygh Pedersen, og beskrev Dysvik som en overbetjent med stor O.

MEDALJEN VAR BORTE

Ordfører Rolf Erling Andersen fikk det ærefulle oppdraget med å overrekke Kongens fortjenstmedalje i sølv, men

da det store øyeblikket kom, oppdaget ordføreren at medaljen var borte.

– Jeg vet hvor den er, og skal sørge for at den kommer til rette snart, kunne ordføreren betryggende meddele, og startet med å overlevere noen rosende ord i stedet:

– Det er ikke medaljen som er poeng- et, men det at så mange mennesker setter pris på deg.

Dette er en fantastisk søknad som du skulle hatt ved begynnelsen av karrieren. Da hadde du gått rett til topps i løpet av få dager, sa Andersen, og beskrev Dysvik som en solid medarbeider som hadde beholdt integriteten etter at han gikk av med pensjon.

Haktor Dysvik har hele 53 år bak seg i politiet. Han begynte som politikontabel ved Oslo politikammer i 1955, før han ble ansatt ved Odda lensmannskontor tre år senere. Dysvik er oppvokst i Hardanger, og fant det derfor naturlig å søke seg hjem.

Han har også jobbet ved Gjerpen og Siljan lensmannskontor, før han ble politibetjent i Skien. Først da han fylte 75 år i fjor sommer, ble engasjementet hans avsluttet.

– Det er ikke mange av oss som vil oppnå så mange år, sa Anne Rygh Pedersen.

GODE KOLLEGER

Selv sa hedersgjesten at gode kolleger var grunnen til alle årene i politiet.

– Jeg har hatt et prektig kobbelt av medarbeidere. Det er sjeldent at en har så kjekke kolleger, og jeg har gledet meg til nesten hver dag på jobb. Dette var reint for gale, takket en tydelig rørt Dysvik.

Praktbok om politiets sambandshistorie



Ikke noe mindre enn en praktbok foreligger denne høsten om politiets sambandshistorie – "Fra varde til SMS" heter den – og bare tittelen indikerer at her er spennet stort.

På ikke mindre enn 540 sider forteller forfatteren Magnar Skaret om sambandsutviklingen fra budstikke til digitalkommunikasjon. Gjennom 30 ulike kapitler tar han leserne med

gjennom en spennende historie.

Store deler av norsk politis historie ligger sambandsmessig sett samlet i Magnar Skarets bok. Mye av politiets hverdag handler om ulike typer kommunikasjon, og Skaret trekker fram den ene pussigheten etter den andre – forklarer og illustrerer og gjør det forståelig for folk flest. Boken er bygget opp med mange illustrasjoner i både sort/hvitt- og fargebilder og på den måten er "Fra varde til SMS" i høyeste grad blitt en levende bok.

En bok om politiets sambandshistorie er på en måte forutbestemt til ikke å være spesielt lødig, men også her har Magnar Skaret gjort en prestasjon ved å lage stoffet både interessant og til dels spennende. Noen kriminalbok er "Fra varde til SMS" ikke, men kort og godt en bok om utviklingen innen politiets samband. Fra budstikka til dagens kryptologi og digitalisering er det temmelig mange sjumilskritt. – Magnar Skaret har i sin bok gått opp de fleste av dem. Det er en prestasjon.

Magnar Skaret er politimann fra Trøndelag med en allsidig tjeneste bak seg. Han vet hva han skriver om og han har en dyp innsikt i og interesse av fagfeltet samband. Derfor er det blitt en bok som anbefales.

"Fra varde til SMS" er Norsk Politihistorisk Selskap største litterære løft hittil. Utgivelse av boken er i seg selv en bragd som vi er stolt over å ha fått til, og vi anbefaler den med glede til alle våre lesere. Boken koster kr. 500,- pluss frakt og emballasje, og kan bestilles via Norsk Politihistorisk Selskap. Opplaget er begrenset, så jo før man bestiller, jo sikrere er man på å sikre seg et eksemplar.

Jørn-Kr. Jørgensen

PST-pensjonistforening stiftet med 61 medlemmer

Pensjonister som har tjenestegjort ved Overvåkingsentralen/Den sentrale enhet har normalt hatt medlemskap i Oslo Politis Pensjonistforening, men etter en tids debatt og sondering blant POT-/PST-pensjonistene, ble det torsdag 11. juni d.å. holdt stiftelsesmøte for egen pensjonistforening: PST-pensjonistenes forening. Etableringen ble enstemmig vedtatt av de 35 pensjonistene som var til stede.

Stiftelsesmøtet vedtok også tilslutning til Politiets pensjonistforbund, fastsatte vedtekter lik normalvedtekt for Politiets pensjonistforbund og fastsatte kontingent. Handlingsplan ble løselig skissert med fire årlige møter og mulighet for turarrangement, men dette må gå seg til under marsjen. Turer kan kanskje skje i samarbeid med andre av politiets pensjonistforeninger.

Det ble valgt følgende styre som har konstituert seg slik:

Leder: Tormod Qualben
Nestleder: Sigmund Engen
Sekretær: Gunnar Bjørnødegård
Kasserer: Rolf Bach
Styremedlem: Arnstein Øverkil
Varamedlem: Olaf Johansen

Som oversikten viser, er styret fullstendig mannsdominert, men i denne omgang var det ingen kvinner som var villige til å påta seg styreverv. Dette blir en oppgave for valgkomiteen å gjøre noe med i neste omgang.

Medlemstallet i skrivende stund er 61. Det er vi godt fornøyd med, men det kan bli flere.

Tormod Qualben

"Jeg har alltid hatt følelsen av at jeg har livet foran meg. Hittil har det stemt.

(Berit Østberg)



Kvinnenes historier vil alltid forfølge meg

Jeg startet mitt liv som politipensjonist i mars 2005, etter oppnådd særaldersgrense. Mens jeg jobbet i politiet deltok jeg i to utenlandsoppdrag, 12 måneder som instruktør på politiskolen i Kosovo samt seks måneder som instruktør på politiskolen i Kabul, Afghanistan.

Av Berit B. Dahle, Bergen

Berit B. Dahle sammen med store og små venner i Kongo.

Pensjonistjobb for Kirkens Nødhjelp i Kongo

Som pensjonist ønsket jeg å bruke kompetansen min ved å ta oppdrag for humanitære organisasjoner. Jeg har hatt en del oppdrag for Flyktninghjelpen, både hjemme i Norge og i utlandet (Indonesia, Makedonia og Kosovo). Ett av interessefeltene mine er å arbeide mot den kjønnsbaserte volden mot kvinner og barn, som dessverre har et økende omfang i enkelte deler av verden.

I sommer fikk jeg forespørsel fra Kirkens Nødhjelp (KN) om jeg kunne tenke meg å reise til Goma i den østlige delen av den Demokratiske Republikken Kongo i Afrika (DRC) for å delta i et psykososialt prosjekt. Oppdraget gikk bl.a. ut på å motivere og assistere lokale partnere, som jobber direkte med ofrene for en av verdens verste konflikter, særlig ofre for kjønnsbasert vold.

MER ENN 100 000 VOLDTATTE

Det finnes ingen nøyaktige tall på hvor mange kvinner som har blitt voldtatt i Kongo de siste femten årene. Man antar at det dreier seg om mer enn 100 000. Kvinner i alle aldre – til og med

små jentebarn – blir voldtatt og i mange tilfeller også utsatt for grov tortur. De får underlivet ødelagt av geværer, glass eller andre skarpe gjenstander. HIV, traumer og uønsket graviditet er vanlige følger av voldtektene. Mange kvinner rapporterer ikke om det det har blitt utsatt for. Utbredt lovløshet, et svakt rettsapparat, frykt og skam er noen av årsakene til dette. Voldtekt er nemlig forbundet med stor skam i Kongo. Mange kvinner blir utstøtt av sine ektemenn og familier etter å ha blitt voldtatt. Dermed står de på bar bakke, kanskje med en baby i magen og andre barn de må forsørge. Som regel får voldtektene ingen strafferettslige konsekvenser for overgriperne. Svært få voldtektsmenn blir arrestert, og mange av de som blir fengslet betaler seg raskt ut igjen. For ofrene, derimot, får voldshandlingene ofte alvorlige og varige følger for dem selv, deres familier og hele lokalsamfunnet.

FORBUDT Å BRUKE PLASTPOSER

Goma by ble rammet av et utbrudd fra en nærliggende vulkan i 2002. Det meste

av byen ble rammet av lavastrømmen. Bl.a. ble flyplassen delt i to, slik at større fly ikke kunne lande der. Jeg fløy via Brussel til Kigali i Rwanda. Jeg visste lite om Rwanda på forhånd, bortsett fra de forferdelige folkemordene som fant sted der for 15 år siden. Jeg ble møtt av en moderne, ren flyplass, som kan måle seg med de beste flyplassene i Europa. Da jeg hadde hentet bagasjen min, ble jeg stoppet av en myndig stemme som sa: "Excuse me madame..." mens han pekte megetsigende på plastposen jeg bar på fra Narvesen på Flesland, med aviser og reiselektyre. Det viste seg at pga. faren for forurensing var det forbudt å bruke plastposer i Rwanda. Jeg fikk imidlertid byttet den inn med en papirpose mot et vederlag på fire USD. Jeg ble hentet på flyplassen og kjørt til Goma i Kongo. Vi kjørte gjennom vakker, kupert natur. Norsk køkultur gjaldt forresten ikke i passkontrollen inn i Kongo. Det gikk ekstremt sent, da det endelig ble min tur kom det folk bakfra (og inn fra siden) og kastet inn passene sine gjennom luken. Mitt pass (jeg sto først i køen!) ble hele

tiden liggende nederst i bunken. Til slutt ropte jeg høyt hallo og stakk hånden inn og hentet frem mitt pass. Passkontrollørerne virket litt forskrekket, men jeg fikk mitt stempel og kunne vandre over grensen.

KIWANIS-DUKKEN VAR MODELL

KN støtter internflyktingene som har rømt fra sine hjem på grunn av krigshandlinger og grove overgrep mot lokalbefolkningen. Mye av arbeidet mitt besto i å reise rundt til leirene for disse internt fordrevne. Dette var mennesker som hadde blitt fordrevet, enten av krigshandlinger eller av angrep fra rebeller (fra Rwanda, Uganda eller Kongo), eller angrep fra egen nasjonal hær. De fleste stedene hadde våre partnere opprettet kvinnegrupper på ca 20 kvinner hver. Hver gruppe hadde en leder som hadde fått utdanning i gruppeterapi. Vi dro også til sentre langt ute i jungelen. Noen steder hadde våre partnere iverksatt litt opplæring, der kvinnene kunne lære seg et enkelt håndverk, slik at de kunne få noen inntekter. Fra Norge fikk jeg med

meg en tøydukke (Kiwani-dukken) og diverse tøydyr. Jeg fikk kjøpt materialer lokalt, nå er en del av kvinnene i gang med å lage dukker og lekedyr etter norske mønstre. Dette var meget populært, alle tror de kan tjene noe på å selge disse artiklene på markedet. Kvinnene får dessuten opplæring om sine egne rettigheter. At de i det hele tatt har rettigheter, er som en stor oppdagelse for mange av dem.

Vi ble meget vel mottatt rundt i leirene/sentrene. Noen steder hadde kvinnene fått opplæring i å lese og skrive. For meg var det veldig rørende å se hvor stolte mange av kvinnene var da de ba om tillatelse til å gå frem til tavlen for å skrive navnet sitt. En av de unge kvinnene sa at hun var foreldreløs og enke, med mange barn, At hun noengang skulle være i stand til å skrive navnet sitt hadde hun aldri drømt om. Jeg spurte dem om hvor mange som kunne lese og skrive. Ute i landdistriktene var det bare ca. 5 prosent av dem som kunne dette, men i de mer bynære områdene gjaldt dette ca halvparten.

Dette handler om menneskelig verdighet!

KVINNENE BLIR IGJEN – MED ANSVARET

Disse kvinnene har gjennomlevd store lidelser. Mange var enker, andre fortalte at mennene hadde forlatt dem. Noen sa at det er ikke lett for en mann å ikke klare å forørge ungene sine. Da er det lettere å enten dra bort for å finne seg arbeid, eller rett og slett stikke av og etablere seg på nytt et annet sted. Kvinnene blir da igjen – med hele ansvaret.

Nesten alle kvinnene uttrykte at de hadde et stort ønske om å få råd til å sende ungene sine på skole. Noen hadde råd til å betale skolepenger for bare en unge, da ble gjerne eldste sønn prioritert. Det koster ca. tre USD i måneden. Lærerne får kun betalt av elevene, uten betaling får ikke ungene undervisning. KN har satt opp vannanlegg, latriner og dusjer i mange av leirene. Her er det svært viktig at også kvinnene er med på å bestemme plasseringen av disse anleggene, slik at de kan brukes trygt.



UFATTELIGE TRAGEDIER

Jeg fikk anledning til å snakke direkte med mange av kvinnene, både i store og mindre grupper. Det de kunne fortelle meg om sine opplevelser var både grusomt og uforståelig for meg.

En kvinne fortalte meg at hun var hjemme i hytten sin sammen med familien sin. Det kom rebeller til landsbyen, de kom til hytten hennes og tvang alle ut i jungelen. Mannen hennes ble bedt om å kle av henne og spre bena hennes. Hun ble så voldtatt av åtte rebeller, mens mannen hennes hele tiden ble tvunget til å se på. Da de åtte var ferdige med å voldta henne, gikk de løs på den ene sønnen hennes. Først kuttet de av ham fingrene, en etter en, før de drepte ham. Da de kom tilbake til landsbyen, hadde rebellene tømt hytten for alt av verdi – og satt fyr på den. Denne familien ble tvunget på flukt, uten annet enn det de hadde på seg. Historier som denne hørte jeg flere ganger. Jeg spurte dem også om de hadde meldt fra om disse overgrepene. Ingen svarte at de hadde kontaktet politiet. Da jeg konkret spurte om hvorfor de ikke hadde gjort det, sa de at det ikke var noen vits, politiet hjalp ikke slike som dem!

CA. 25 VOLDTATTE I MÅNEDEN

KN har samarbeid med ett av de største sykehusene i Goma. Jeg snakket med overlegen der. Han kunne fortelle at de mottok ca. 25 voldtekts ofre i måneden som måtte ha akutt behandling, ofte kirurgisk. Han sa at dette tallet har vært stabilt de siste tre månedene. Før den tid lå tallet på ca. 50 i måneden. Han sa at han var usikker på om situasjonen egentlig var bedre nå, det kunne like gjerne være at muligheten for å komme seg til sykehuset var hindret på grunn

av rebellvirksomhet i nærområdene. Han sa at det var svært viktig at ofrene for voldtekt kom så tidlig som mulig til sykehus. Kommer de innen 72 timer, kan de gis en "angrepille" som kan forhindre graviditet, samt iverksette HIV-forebyggende behandling. Han sa det kunne være livreddende å få offeret til sykehuset snarest. Når det gjaldt overgriperne, sa han at de aller fleste var "menn med våpen", militære eller militære i sivil og rebeller, noen overgripere var nære familiemedlemmer. Jeg spurte om det var politimenn som overgripere. Han svarte da at det var bare noen få.

POLITARBEID I KONGO

Jeg så at politiet burde hatt en helt annen rolle i disse sakene enn de faktisk har pr. i dag. Jeg ble kjent med noen fra den internasjonale styrken som jobber her i Kongo med å monitorere politiet. Jeg uttrykte min bekymring for politiets manglende innsats i å etterforske disse sakene – og å hjelpe offeret til lege osv. Jeg ble da invitert til å komme på en brief for disse monitorerne. Gruppen besto av polititjenestemenn fra mange forskjellige land, samt en del monitorer med sivil bakgrunn. Jeg talte "offerets sak", ga dem en sjekkliste for hvordan som politi bør ivareta offeret på beste måte. Jeg orienterte også om det legen hadde forklart om 72-timersfristen. Dette hadde ingen av dem hørt om tidligere. De lovet at de skulle ta dette med seg ut i sine respektive distrikter, der de også har en veiledningsoppgave.

REHABILITERING AV BARNESOLDATER

En del av arbeidet KN gjør, er å rehabilitere tidligere barnesoldater. Jeg fikk møte mange av dem. Jeg hadde lest en del om denne problematikken før jeg reiste

til Kongo, det ble allikevel ganske sterkt å møte dem ansikt til ansikt. KN støtter slikt arbeid flere steder i Kongo, det er et problem at kapasiteten er begrenset. Det som tilbys er et 12 måneders program, der de får lært seg et fag (syng, tømring, smedarbeid eller bilmekanikk), samt får traumebehandling. De får også lære å lese og skrive. De får hjelp til å møte familien sin igjen. I ettertid får de ett års oppfølging, med besøk av veileder på hjemstedet sitt. Noen møter så store problemer med å finne sin plass i familien at de kan finne på å dra tilbake til rebellene. Hva disse barna/ungdommene har gjennomgått kan vi vel vanskelig forestille. Jeg fikk treffe en del av dem, bla Laba fra Bukavu.

SEX-SLAVE I TRE ÅR

Laba kunne fortelle at hun ble tatt av rebellene da hun var 13 år gammel. Hun ble tvunget til å være sex-slave for seks av dem i tre år. Da hun var 16 år gammel klarte hun å rømme en dag hun var på markedet for å handle mat. Hun klarte å komme med en lastebil, til stedet hennes eldre søster bodde. Da hun kom fram dit oppdaget hun at hun var gravid. Hun aner ikke hvem av de seks rebellene som er far til datteren hun senere fødte. Foreldrene hennes ville ikke vite av henne, hun hadde gjort skam på familien sin! Ved hjelp av søsteren sin kom hun i kontakt med det KN-støttede prosjektet for rehabilitering av tidligere barnesoldater i Bukavu. Der fikk hun traumebehandling samt syopplæring, til hun fødte datteren sin. Ved hjelp av KN fikk hun igjen kontakt med familien. I dag er Laba i gang med jusstudier. Hun fortalte meg at hun ville ta jusstudiet ferdig, så ville hun vie livet sitt til å være advokat for andre tidligere barnesoldater. Hun sa til meg at jeg gjerne kunne få fortelle hennes historie, hun var ikke flau over det hun hadde gjennomgått, hun hadde ikke noe valg.

KN jobber gjennom lokale kirkelige partnere. Vi samarbeider med alle typer kirker og menigheter. De aller fleste i Kongo er ivrige kirkegjengere. Prestene og pastorene har en viktig rolle i samfunnet her. KN har også jobbet med disse, for at de skal bruke sin innflytelse til å ta opp disse spørsmålene om overgrep mot kvinner og barn. Noen av dem gjør det allerede.

HISTORIENE VIL ALLTID FORFØLGE MEG

Dette var noen smakebiter på hva jeg har opplevd de par månedene jeg har

tilbrakt i DRC. Jeg har sett og hørt veldig mye trist og deprimerende. Men jeg har også sett glade mennesker, ikke minst glade barn som leker og ler selv i tragiske omgivelser. Jeg har også sett fantastisk flott natur og en rik blomsterprakt. Maten har vært veldig god med overflod av spennende frukter til alle måltider. Når jeg nå reiser hjem vil nok de mange historiene fortalt av kvinnene jeg har møtt følge meg i lang tid fremover. Det er imidlertid tilfredsstillende å ha fått anledning til å jobbe for en organisasjon som Kirkens Nødhjelp, som hjelper de som trenger det mest.



FAKTA

Berit Bachen Dahle

Født i Trondheim

Begynte som politiaspirant i 1968

Politiskolen 1969-1970

Troms politikammer 1970

Bergen politikammer/Hordaland politidistrikt fra 1971 til 2005

Har tjenestegjort ved Ordensavdelingen, Trafikkavdelingen, Kriminalavdelingen og Politiets Overvåkingstjeneste (POT)/Politiets Sikkerhetstjeneste (PST).

Gikk av som politioverbetjent i 2005

Aktiv politipensjonist



Sako og politikerne

I henhold til samarbeidsavtalen møtte 25 tillitskvinner og menn, samen med styret i Norsk Pensjonistforbund, til høstseminaret på Sundvolden hotell 2.-3.september. To hektiske dager ble avviklet. Fra vårt forbund møtte undertegnede, forbunds nestleder Tor Inge Hansen og forbundssekretær Olav Haugen.

Rådgiver Carsten O. Five la opp til debatt med tittel "SAKO og Norsk Pensjonistforbund som en tøffere organisasjon". Stipendiat Edith Roth Gjevjon fra Høgskolen på Gjøvik foredro den foreløpige forskningsrapporten "Kontinuitet i hjemmetjenesten". Torsdag var viet paneldebatt med politikere fra alle partiene og informasjon fra de enkelte forbund.

Forbundsleder Borge Rørvik ønsket "alle tillitsmenn og kvinner for den eldste befolkningen i Norge", velkommen til informativt seminar og utveksling av erfaringer og nyheter fra de forskjellige forbundene.

Carsten O. Five innledet sitt foredrag ved å påpeke at SAKO og Norsk Pensjonistforbund er den største og best faglige organisasjon for eldre og pensjonister i Norge. Den demokratiske tyngdelov tilsier at vi skal bli hørt i de fora der eldre og pensjonister vilkår, ve og vel, blir behandlet og bestemt. Vi må samarbeide innen organisasjonen og stå sammen når vi kjemper for pensjonistenes rettigheter, skape sosialt og kulturelt nettverk for våre medlemmer og ikke minst få en høyere og rettferdig pensjon. Videre tok han ordet for å "slanke" organisasjonen, fordi han så på den som noe tungrodd. Tillitsmennene må skolerers, særlig i mediatrening. Det er viktig i vår tid å få en profilering mot media. Husk vi har ikke streikerett, men vi har stemmerett.

Etter debatten står flg. saker sentralt for SAKO og Norsk Pensjonistforbund:

- SAKO vil fortsatt prioritere minstepensjonisten
- 220000 SAKO og NPF medlemmer skal stemme i valgene framover, deres stemme vil avhenge av om politikerne gjennomfører;
- Bedre bostøtteordning
- Opprettholdelse av reiseforsikringen
- Tilbakeføring av minstepensjonisten
- Grunnpensjonen må være lik grunnbeløpet.

PANELDEBATTEN MED POLITIKERNE

Dette var tredje seminar i SAKO hvor politikerne fra alle partier før et valg ble bedt om å møte oss pensjonister for å redegjøre hva de vil satse på for å gi pensjonistene en rettferdig del av godene i samfunns-

utviklingen. Den første paneldebatten var ingen ubetinget suksess, den andre sånn passe, og dette var tredje forsøk for å se om det hadde noen hensikt å høre politikerne gjenta sine løfter. Denne gangen ble alt tatt opp på "lyd og bilde", i den hensikt hvert år framover, å kontrollere om lovnadene blir innfridd. Det kan bli en spennende aktivitet!

Carsten O Five ledet debatten på en uklanderlig måte. Deltagerne var: Ketil Lindset fra AP, Carl I Hagen Frp, Erling Lae H, Eva Høili, Krf, Alf Ivar Samuelsen, SP, Lena Reitan, SV og Terje Breivik, V.

Carl I Hagen fornekter seg ikke og brukte sin gamle taktikk når han kom. Han pleier som regel å stå utenfor døra til han hører at forsamlingen roer seg og debattlederen sier omtrent flg.: "Ja, nå har alle deltagerne kommet, men jeg ser at Hagen ikke er på plass, er det noen beskjed fra ham?" Da åpner døra seg og Hagen kommer inn, får all oppmerksomhet, smiler til alle og setter seg presist på sin plass.

Vi hadde fått anledning til å samordne spørsmålene våre etter at politikerne hadde innledet. Jeg fikk lov til å stille flg. spørsmål: "Spørsmål til Ketil Lindseth fra Arbeiderpartiet; (begrunnelsen tar jeg ikke med her), kan Arbeiderpartiet garantere at minstepensjonen blir 100% 2G i trygdeoppgjøret våren 2010 hvis dere fortsatt sitter i regjering."

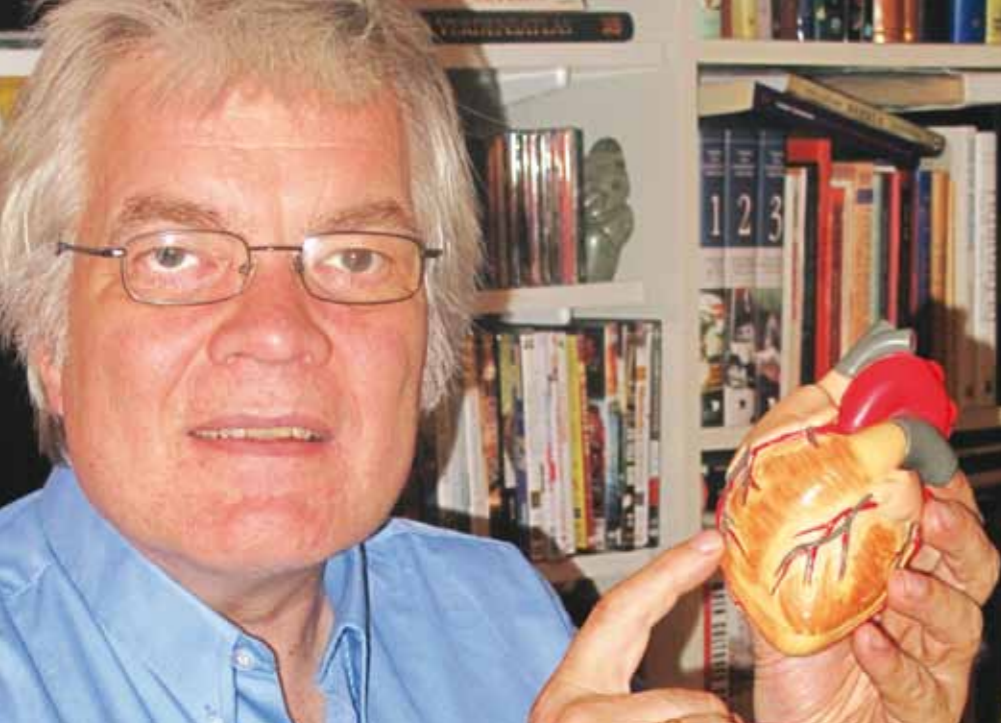
Svaret kom raskt og uten reservasjoner: JA.

"Spørsmål til Carl I Hagen, Frp og Eva Høili Krf: I Bondevikregjeringen i 2001 ble minstepensjonen redusert. Dette var ikke i tråd med Frp's lovnader om å redusere skatter og avgifter. Men Frp støttet dette. Det er en verdighet for pensjonistene å kunne betale alle sine utgifter, derfor er minstepensjonen fra vår side et krav om å få dette tilbake på det nivå det var før reduksjonen. Kan Frp og Krf garantere at de vil fremme forslag om å gi oss dette tilbake enten i regjering eller på Stortinget."

Dette kom nok litt ubehagelig på Hagen som hoderystende ga inntrykk av at han ikke kjente til problemet. Ut fra det han sa vil jeg tolke det slik at hans parti ville se på muligheten for å få det på plass igjen. Krf svarte ikke. Ingen av de andre ville blande seg inn og tidde stille.

Alf Ivar Samuelsen satte ord på noe som alle var enige om, nemlig at vi har det fantastisk godt her i landet. Han slutter som politiker, blir pensjonist og ønsket alle velkommen til å besøke ham på Fredvang i Flakstad i Nordland. Det skulle ikke mangle verken på mat eller drikke dersom noen stakk innom, der oppe i Nord.

Kjell R. Bjerke



Mitt bankende hjerteinfarkt

Her skal det handle om noe så dystert og alvorlig som et hjerteinfarkt, men også om liv og om å leve videre – 55 år gammel, med godt humør og et optimistisk sinn.

Tekst: Jørn-Kr. Jørgensen
Foto: Niclas Rang

En mandag jeg gikk hjem fra Politihuset i Oslo og opp bakken til Enerhaugen hvor bilen stod parkert, kjente jeg er stygg smerte midt i brystet. Jeg hadde dårlig tid og lot meg ikke affisere av det.

Vi skulle ha middagsgjester hjemme og jeg hadde lovt å kjøpe noe på veien hjem, så smertene ble bare ignorert så snart jeg kom inn i bilen og startet motoren på vei til Hasle Torg for å handle inn til kveldens selskap. Smertene i brystet feide jeg vekk. Jeg hadde ikke tid; ikke da. Jeg handlet. Bar varene inn i bilen, kjørte hjem og begynte å lage mat til kveldens gjester sammen med min kjære hustru. Kvelden forløp svært hyggelig, og om vi ikke ble sittende ut i de små timer, fikk vi gode samtaler med gode venner om reiser i både inn- og utland. Da de gikk i 22-tiden, var alt såre vel.

Vi ryddet inn mat og oppvask, og etter en halvtimes tid var vi i seng. Min hustru liker å lese før søvnens favntak, mens jeg er mer opptatt av å hilse på Ole Lukkøye etter en lang dag i Statens tjeneste i Oslo politidistrikt.

KLEMMENDE SMERTE I BRYSTET

Så sov vi. Kl. 04.30 våknet jeg av at jeg måtte på toalettet. Jeg stod opp, og i det jeg står opp kjenner jeg en svært klemmende og ubehagelig smerte i brystet. Det er som om fem, seks semitrailere kjører over brystkassa mi, og når jeg tenker etter hadde jeg hatt noen smerter et par netter før med intense smerter ut i begge armene, men også det ble "feid under teppet".

Jeg gikk ut i stuen. Der satt katten. Jeg klappet litt på henne, men jeg ble ikke noe bedre. Den trykkende smerten ville ikke gi seg. Egentlig var gode råd dyre og jeg hadde ikke noe annet valg enn å

"Hans hjerte var nær ved å breste, men det var det ingen som visste."

(Bjørnstjerne Bjørnson)

vekke hustruen som på en, to tre var lys våken og ringte 113 – nødtelefonen for liv og helse.

PROFESJONELLE TOK OVER

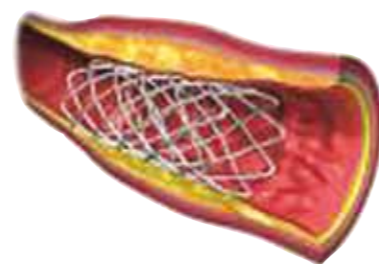
Det tok ikke mange minutter før legevaktes folk stod i døra. Nå gikk det fort og profesjonelle hender tok hånd om min hustru, men også meg og de smertefulle brystsmertene.

Hjerteinfarkt var selvsagt det første de mistenkte. EKG-apparatur ble festet til kroppen min samtidig som legevaktpersonalet ga oss alle den informasjonen vi kunne ønske oss og mer til. Med sin rolige og sindige opptreden brakte de ro inn i en opphetet og vanskelig situasjon.

EN "STENT"

BLE INNOPERERT

Det øvrige hendelsesforløpet var som følger: Via legevakten Oslo ble jeg kjørt i ambulanse til Oslo universitetssykehus hvor jeg umiddelbart ble operert og en



såkalt "stent" for utblokkning av en tett åre ble satt inn. Operasjonen forløp helt smertefritt gjennom håndbaken ved hjelp av instrumenter som ble kjørt gjennom armen til hjertet. Hjertet har ikke nerver, så det gjør ikke vondt. Så viselig har skaperen innrettet det!

Fra Oslo universitetssykehus gikk ferden til Lovisenberg i en ambulanse sammen med min hustru. Fra vi ble møtt av ambulansen til jeg forlot sistnevnte sykehus 24. august, fikk jeg all den behandlingen – og min hustru og jeg all den informasjonen – vi kunne ønske oss. Dette gjorde oss trygge og sikre på hva dette handlet om og at dette skulle gå bra.

TOPP BEHANDLING PÅ LOVISENBERG

Vi ble møtt i mottakelsen av en sykepleier. Jeg ble undersøkt og "kryssforhørt" av en lege, og før jeg ble sendt opp på Post 8 fikk jeg gode smørbrød. På avdelingen fikk jeg først ligge på et dobbeltrom, men fordi det var vanskeligheter med overføring av informasjonen fra det apparatet som leste hjerterytmen to etasjer lenger ned, ble jeg lagt på gangen med et skjermbrett rundt senga en natt. Om morgenen fikk jeg et ledig enkeltværelse hvor jeg fikk være de dagene jeg tilbrakte i sykehusets varetekt.

Sykepleier og leger kom og gikk. Til tross for at jeg var oppegående mesteparten av tiden, fikk jeg tilbud om å få brakt mat inn på rommet. Jeg ble regelmessig blodtryksmålt og blodprøver ble tatt for å følge "hjerterets eget liv". Legen som kom på hyppige visitter – og sykepleierne – holdt meg kontinuerlig orientert om prøveresultatene. Jeg var aldri i tvil, og hadde jeg spørsmål, spurte jeg og fikk utfyllende svar.

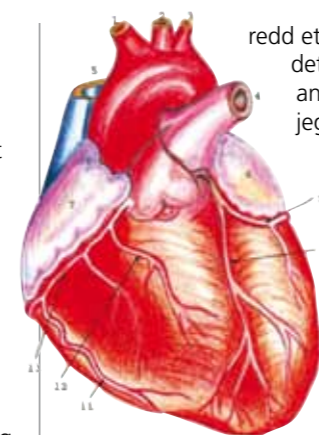
Maten ble servert i matsalen i delikate plastbokser. Alt var friskt, og det var mer enn nok – og var det slutt på noe, var det bare å spørre. Da ble det som manglet brakt inn fra et nærliggende kjøleskap eller bestilt. En ettermiddag og kveld var det lite å gjøre. Da bakte en av sykepleierne havreflan.

EN MANN BEKLAGET SEG

I løpet av dagen gjorde villige hender korridorer og rommene rene, og en dag jeg var ute på permisjon, ble det skiftet nytt sengetøy på senga mi. Nyvasket undertøy og nyvasket pyjamas kunne jeg få hver dag hvis jeg ville og ellers når det var behov. Spritbeholdere til håndvask og andre beholdere med vaskestoff var satt opp slik at jeg til enhver tid kunne vaske hender, og om morgenen kom det to aviser til fri avbenyttelse. I gangen var det adgang til TV-rommet, og den som ville – og orket – kunne benytte anledningen til å se TV. Om ikke alt var nytt, var det flott og fint – og en pasient sa det slik den dagen han måtte reise: "Jeg beklager at jeg må dra for jeg har likt meg så godt".

SMERTER ER ALLTID PRIVATE

Lovisenberg Diagonale Sykehus er langt fra noen slum som det har vært hevdet i dagspressen. Det er vanlig at mennesker som blir rammet av hjerteinfarkt og andre alvorlige sykdommer blir redde. Her er stikkordet informasjon. Jeg var ikke



redd et øyeblikk. At alt dette kan oppleves annerledes, kan jeg forstå. Det hele er et spørsmål om hvordan man selv tar det, ens egen redsel og smerter. Smerter er ALLTID private. Derfor skal ethvert

infarkt av den typen jeg hadde behandles individuelt. Men opplevelsen og behandlingen på de tre sykehusene jeg var i kontakt med, er det lite å klage på.

POTENSIELT DØDELIG

Et hjerteinfarkt er en potensielt dødelig tilstand. Moderne behandlingsmetoder av risikotilstander har imidlertid ført til at hjerteinfarkt forekommer noe sjeldnere enn før og har relativt god prognose, sier lege Roar Pedersen i en internettartikkel.

– Et hjerteinfarkt er en tilstand hvor hjertemuskulaturen får for lite oksygen. Dette vil føre til at den underernærte muskulaturen dør. Som regel skyldes dette at en blodåre i hjertet har gått tett på grunn av en blodpropp, men andre årsaker kan være forstyrrelser i hjerterytmene, for lavt blodtrykk eller for lav blodprosent som fører til utilstrekkelig transport av oksygen.

– Angina er en tilstand hvor oksygentilførselen forbigående blir for lav. En person med trange blodårer kan ha nok oksygen i hvile, men idet han skal måke snø eller hugge ved øker hjertemuskelens behov for oksygen og han får smerter på grunn av dette. Setter han seg i sofaen igjen roer hjertet seg ned og oksygenbehovet reduseres. Da går smertene over. Hvis slike anginasmerter varer i over 30 minutter og ikke blir bedre av nitroglyserin foreligger det mest sannsynlig et hjerteinfarkt.

ULIKE SYMPTOMER

– Et hjerteinfarkt kan ha svært forskjellige symptomer fra person til person og fra gang til gang. Noen ganger er diagnosen ganske opplagt bare ut ifra hvordan symptomene er, men andre ganger kan det være vanskelig å stille diagnosen uten EKG og blodprøver.

– Det typiske for et hjerteinfarkt er klemmende brystmerter, ofte like bak brystbeinet. Noen beskriver smerten som

en klo, andre som en stein som trykker på brystet: Smertene er kraftige og kan stråle ned mot magen, opp til halsen eller ut i armene.

– Smertene går ikke over selv om pasienten er i hvile eller bruker nitroglyserin. Noen får lett feber. Et hjerteinfarkt kan imidlertid også ha svært svake eller ingen symptomer, særlig kan dette være tilfelle hos eldre. Noen blir kvalme, tungpustet og mange har betydelig angst. Et hjerteinfarkt svært stort kan pasienten være svært medtatt, kaldsvett og kvalm. I verste fall kan personen gå i sjakk (sirkulasjonssvikt), bli bevisstløs og dø.

HURTIG DIAGNOSTISERING ER VIKTIG

– En lege som mottar en pasient med brystmerter har mange diagnoser å velge mellom. Det er svært viktig å påvise et hjerteinfarkt så tidlig som mulig, det bedrer sjansen for at man skal overleve, og det reduserer komplikasjonene. Legen vil som regel spørre deg om smertene; hvor de sitter, hvor de eventuelt stråler ut, om det er noe som lindrer, hvor lenge de har vart og hvordan de arter seg. Deretter vil han gjøre en vanlig kroppslig undersøkelse, med blodtryksmåling, lytting på hjerte og lunger, kjenne på puls og hud. På denne måten kan opplagte årsaker kanskje utelukkes, og mistanken om hjertesykdom svekkes eller styrkes.

De avgjørende undersøkelsene for å påvise et hjerteinfarkt er EKG og blodprøver. EKG er en test som måler elektrisk aktivitet i hjertemuskulaturen. Et infarkt har som regel et helt spesielt mønster på denne prøven. Noen ganger kan imidlertid forandringene være beskjedne eller vanskelige å tolke. I blodet får man stigning av spesielle stoffer etter et hjerteinfarkt. Disse stoffene øker i mengde og blir normale

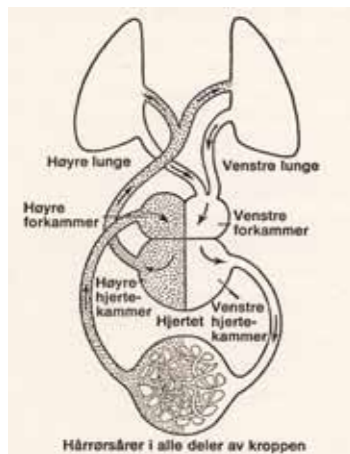


igjen på en spesiell måte, og dette stiller i de fleste tilfeller en sikker diagnose. Disse stoffene heter Troponin og CK. Troponin stiger etter bare noen timer, og holder seg forhøyet i over en uke. Hvis troponin er normal 6 timer etter starten av brystsmertene, og EKG er normalt, synker sannsynligheten kraftig for at

det er hjertesykdom som er årsaken til smertene. '

VANLIGERE FØR

Hjerteinfarkt var vanligere før enn nå, men fortsatt er personer som har eller har hatt hjerteinfarkt en stor pasientgruppe, og hjertesyke trenger mye behandling og oppfølging. For samfunnet



er hjertesykdom en stor lidelse.

I år 2000 ble ca. 12 000 personer diagnostisert med hjerteinfarkt i Norge, og i 1990 var hjertesykdom på grunn av trange blodårer og for lite oksygen til hjertet den vanligste dødsårsaken i verden, med omtrent 6.3 millioner døde. I u-land og fattige land er diagnosen hyppigere og dødeligheten høyere enn

i i-land. Sykdommen er hyppigere hos menn enn hos kvinner, og hyppigheten øker med alderen.

MYE MEDISINEN IKKE VET

Det er fortsatt mye man ikke vet om hjerteinfarkt og årsakene til dette. Imidlertid er det opplagt at karsykdom med påleiringer i hjertets små blodårer disponerer for at blodårene kan gå tett og gi infarkt. I andre tilfeller kan blodårene ha mindre påleiringer innvendig, men en plutselig sammenrekning i veggene kan føre til stopp i blodforsyningen. Noen ganger kan små påleiringer andre steder i kroppen rive seg løs og fare videre til hjertet, og disse blodproppene kan plukke igjen de små blodårene på hjertet.

Risikoen for å få slike påleiringer i blodårene (åreforkalkning, arteriosklerose) kan henge sammen med arvelige faktorer. Er det mange med hjertesykdom i familien din øker sjansen for at du selv kan få slik sykdom. Høyt kolesterol, høyt blodtrykk, røyking, sukkersyke/diabetes og høyt stressnivå kan dessuten øke risiko for hjerteinfarkt.

Forebygging av hjerteinfarkt dreier seg om å redusere disse faktorene mest mulig. Kvinner som har et sunt kosthold, daglig mosjon og ikke røyker, har liten risiko for å få hjertesykdom. Røykere får infarkt ved lavere alder enn ikke-røykere. Det er også vist at hjertesykdom øker

med disse psykiske faktorene: depresjon, angst, irritabilitet og fiendtlighet, isolasjon og kronisk stress.

DRAMATISKE HJERTESLAG

Et hjerteinfarkt oppleves som en dramatisk tilstand både av pasienten, pårørende og helsepersonell. Heldigvis har vi gode metoder for å behandle denne sykdommen.

I følge en internettundersøkelse har mitt hjerte siden november 1954 slått 2.307.569.439 ganger, og når dette leses i de tusen pensjonisthjem, er antall slag kommet opp i en del mer. Jeg har ikke lov til å regne med at jeg skal oppleve like mange slag, men jeg kan satse på en god del mer, og gjøre mitt beste for å få det til. Etter en hjerteinfarktoplevelse som dette – som på alle mulige måter endte godt – er det den forpliktelsen jeg har mot meg selv og mine nærmeste.

Men denne opplevelsen viser også hvor sårbart livet er. Derfor er det en ting som gjelder fremfor noe annet: *Å leve livet mens vi har livet.* Det er da hjertet slår – på sitt beste.

KVINNELIG HJERTEINFARKT

Hjerteinfarkt hos kvinner har en helt annen symptomatologi enn hos menn. Det er forsket noe på dette, men ikke nok. Politipensjonisten trykker en artikkel om hjerteinfarkt hos kvinner i blad 1 - 2010.

Nei til røyk og ja til sunn kost og mosjon er viktig

Det er et tre, fire ting som er viktig å ha i tankene når det gjelder å forebygge hjerteinfarkt.

RØYKING ER NEGATIVT

For det første er røyking fiende nummer en når det gjelder hjerteinfarkt. Det er lite eller ingenting som er så nedbrytende for kroppen og så skadelig for hjertet som røyking. Dette kan den som røyker gjøre noe med ved å stoppe. Lett er det ikke, men det nytter. Svært mange som har forsøkt, har klart det og dypest sett er det en viljesak.

ARV OG GENER

En annen årsak er arv. Det kan man gjøre svært lite med. Vi er den vi er med de genene vi har. Her kan vi bare håpe at skaperen har vært gode mot oss og gitt

oss det menneskelige materiale vi trenger for å ikke få sykdommen.

MOSJON OG BEVEGELSE

God mosjon er en viktig forebyggende faktor for hjerte og puls – og blodtrykk. Det handler om bevegelse og å være i aktivitet. Aktiviteten i seg selv er med på å forebygge hjerte- og karsykdommer. Gå en tur hver dag. Det er å anbefale uansett hvilken livssituasjon man er i.

KOSTHOLD

Det man virkelig kan gjøre noe med, er kostholdet. Til hjelp i dette arbeidet finnes det en hopehav av litteratur. En av de bøkene som er anbefalelsesverdige for å få et bedre kosthold, er "kokeboken" til Landsforeningen for hjerte- og lungesyke, "Alle hjerters kokebok". Den

bruker vi og her finner vi en reke kloke råd og oppskrifter for et sunt å riktig kosthold.

Ikke noe i "Alle hjerters kokebok" er skrevet med fordømmelse og "fy-fy". Her er det fornuftige råd til sunn mat som kan hjelpe deg på sikt til også å gå ned noen kilo.

Men man må unne seg noe godt dersom livet ikke skal bli for kjedelig. Det kan du også lese om i denne boken. Ingen er tjent med lovishet og sure miner. Det forringer livskvaliteten. Det skal være humør og glede – og helst et langt liv.



Jørn-Kr. Jørgensen

Nordmøringer på sommertur



Tekst: Jan-Fredrik Hovde /referent

Politiets pensjonistforening Nordmøre og Romsdal arrangerte 8. juni 2009 sommertur til Angvik Gamle Handelssted i Angvika i Gjemnes kommune på Nord-

møre. Til sammen var vi 15 personer (medlemmer pluss medreisende). Vi fikk nydelig mat i flotte, intime omgivelser, og vi fikk "åndelig" påfyll ved

formannen som kom nesten direkte fra landsmøtet i Bergen. Etter maten var det omvisning på "handelsstedet". Stedet er verd et besøk også for andre – så leggte turen innom der. Et gratis forslag til andre pensjonistforeninger.

Når dette leses har vår forening sendt ut melding til våre medlemmer om førjulsfest på Skarstua i Frøna kommune like ved Molde den 15. desember 2009. Vel møtt da!

"Bevar ditt hjerte framfor alt du bevarer, for livet går ut fra det."

Østerdal seilte på Mjøsa



Politiets Pensjonistlag – Østerdal forsøker hvert år å arrangere en utflukt for medlemmene, gjerne til en populær destinasjon i Fjell – Norge. Vi har bl.a. besøkt Kongsvold Fjeldstue på Dovrefjell og Brimi Fjeldstuggu Skjåk. I år dro 13 av oss til sjøss, nærmere bestemt på Mjøsa. Vi hadde en uforglemmelig tur med D/S Skibladner 6. august, fra Hamar til Lillehammer, med anløp av Gjøvik og Moelv. Vi anbefaler andre pensjonistlag å ta kontakt med Oplandske Dampskibsselskab ved Skibladnerkontoret, Gjøvik, og legge opp en tur med Norges eldste damper i ordinær rute. Man vet ikke hvor lenge en slik mulighet finnes. Som bildene viser var vi heldige med været.

Gjermund Neerland

Smånytt fra styret

Styret hadde møte onsdag 30.9 og hadde tolv "saker" på Dagsorden. Noen av disse kan være av interesse for medlemmene. I korthet bestemte vi flg.:

- Sak 2. Lederseminaret. Flere stedsalternativer ble diskutert. Formålet må være at det skal ha et faglig innhold, gi deltagerne et sosialt samvær og passe inn i vår økonomi. Vi jobber videre med flere alternativer.
- Sak3. Sommertreff. Det er fortsatt interesse for et sommertreff. Vanskeligheten er å finne et sted hvor alle medlemmene kan delta. Vi sender ut et rundskriv om dette.
- Sak 4 og 5. Nytt regnskapssystem og medlemsregister. Vi bestemte å kjøpe inn dette og ta det i bruk ved årsskiftet.
- Sak 6. Ny hjemmeside. Vi hadde innhentet noen tilbud og bestemte oss for å kjøpe et til en pris av kr. 5.000,-. Vi har tatt kontakt med dette firma med sikte på å iverksette så fort som mulig.
- Sak 7. Medlemsverving. Vi kommer til å sende ut et rundskriv der vi ber lokallaga ta kontakt med alle "poten-

sielle" medlemmer innen justissektoren på stedet for å få dem som medlemmer.

- Sak 8. Sluttregnskapet for Landsmøtet 2009. Det viser et underskudd på ca. kr. 90 000,-. Beløpet dekkes fra kapitalkonto. Overskridelsen skyldes i alt vesentlig reiseregningene. Det er dyrt å reise i Norge.
- Sak 11. Referater. Av disse kan vi nevne at forbundslederen vil oppsøke Politipensjonistene i Buskerud som sliter litt med å skaffe tillitskvinner og menn, han kommer også til å reise til Politiets Pensjonistforening i Salten og Solør. Han har vært på Elverum. Hvis det er noen lag som ønsker besøk fra styret så må dere si i fra.

Politipensjonistene i Bergen har sendt en begrunnet og sterk kritikk av valgkomiteens saksbehandling til og i Landsmøtet 2009. Styret tar dette til følge og er enig i kritikken. Det legges opp til andre rutiner til Landsmøtet i 2011.

Forsikringstilbud er at alltid en tilbakevendende sak som styret hele tiden må hold "varm". Forbundsleder og forbundssekretær har vært i møte med ledelsen i "if".

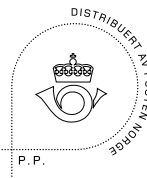
Forbundslederen skal ha møte med forbundsleder Arne Johannessen og vil drøfte dette med ham.

KRB

Returadresse:

Politiets Pensjonistforbund

Boks 8101 Dep.
0032 Oslo



KRIELEN Foto: Per Arne Olsen, 1961, © Ingeborg NO

Vi vet at mye kan gå galt, derfor dekker våre boligforsikringer usedvanlig mye. Velger du Superforsikring på bolig er du sikret bred dekning. Skulle det skje noe med boligen din som ditt forrige forsikringsselskap dekket, kan du være trygg på at du får dekket det samme hos oss. Garantien gjelder i 2 år.

Som medlem av Politiets Pensjonistforbund får du 20 % rabatt på denne forsikringen. Medlemskapet gir deg også 20 % rabatt på forsikring av privatbil, fritidsbåt, verdisak, hytte og feriebolig i utlandet samt 8 % rabatt på reiseforsikring. I tillegg tilbys du en meget gunstig innboforsikring.

Husk å oppgi avtalenr. 100.

Les mer på www.if.no eller ring oss på **02400**

