



# MEDLEMS KONTAKT

NR. 4/2023

God jul og  
godt nytt år

# God jul og godt nytt år



JAN ERIK THORESEN  
Leder

Et år er i ferd med å ebbe ut. Det er tid for refleksjon og tilbakeblikk, og ikke minst se frem mot det nye året og hva det vil bringe.

Året som har gått har sikkert satt sitt preg på forskjellige måter for den enkelte. For meg er det krigen i Ukraina og i Midt-Østen som minner om hvilken verden vi bor i og at vi er nødt til å sette landet i en bedre situasjon til å møte evt trusler. Jeg ser altfor liten realisme i regjering og opposisjon med tanke på å øke vårt nasjonale forsvar. Vi har sannsynligvis tid til å bygge opp igjen vårt forsvar nå, men da må det tas grep fort.

Forhandlinger om særaldersgrenser i offentlig sektor er fortsatt ikke helt avklart. Alle etater unntatt Forsvaret har tatt bort plikten til å gå av ved særalder, eller tidligpensjon som det heter. Det bør også Forsvaret gjøre. Slik forslag til ny tidligpensjon foreligger nå, bør også de militært ansatte få mulighet til å jobbe lenger, og derved bygge rettigheter til en bedre pensjon. Det er ingen grunn til at militært ansatte ikke kan jobbe lenger enn til 60 år. Det blir spennende å følge med på resultatet på disse forhandlingene som skal være ferdig før sommeren 2024.

Forsvarets seniorforbund(FSF) har blitt invitert til å legge frem sine krav til statsbudsjettet for 2025 og vi skal møte arbeidsministeren med våre krav den 19. desember. Vårt eldrepolitiske dokument danner grunnlaget for våre krav. Våre krav til statsbudsjettet 2025 vil

være gjenstand for de kommende drøftinger med Regjeringen.

Trygdeoppgjøret 2024 er like om hjørnet. Det er viktig for FSF at vi fortsatt har drøftingsrett med regjeringen, og ikke forhandlingsrett. Grunnen til dette er at vi ikke skal forhandle om opparbeidede rettigheter. Vi har gjennom hele vår yrkesaktive karriere forhandlet om lønn og tjent opp pensjon som en av betingelsene for ansettelsesforholdet. Ved å forhandle mister man også forutsigbarheten. FSF mener at pensjon skal reguleres ut fra lov og forskrift.

En annen viktig sak FSF har jobbet med og vil ha søkelys på fremover, er eldreråd i kommuner og fylker/regioner. FSF har deltagelse i eldreråd over store deler av landet. Gjennom eldrerådene kan vi delta og påvirke at saker som er oppe til behandling, også har et seniorperspektiv. Det kan og bør kompensere litt på det demokratiske underskuddet som eksisterer i samfunnet, ved at seniorer er for dårlig representert i kommuner, fylker og organisasjoner forøvrig. Takk til alle fra FSF som har meldt seg til tjeneste i eldreråd.

Til slutt vil jeg takke alle dere våre tillitsvalgte og medlemmer som har jobbet for FSF gjennom året som har gått. Jeg vil også takke alle våre samarbeidspartnere og støttespillere for støtten dere har gitt oss gjennom året.

Jeg ønsker dere en riktig god jul og et fredfullt nytt år.

*Jan Erik Thoresen*



s. 12



s. 16



s. 18

## INNHOOLD

- 6** Nye regler for særalderspensjon
- 10** Julehilsen fra Forsvarsminister
- 11** Julehilsen fra Forsvarssjefen
- 12** «Olga-svindel» - en krimhistorie fra virkelighetens verden
- 16** Militært kvinnelig nettverk
- 18** FSF forbundsstyremøte 2023
- 20** 50 års jubileum for Sea King
- 21** FSF Andøy på busstur til Narvik
- 22** Nytt fra forbundskontoret
- 26** Hvem fyller år!
- 28** Medlemsfordeler
- 31** Forsvarets seniorforbund - Avdelinger



Medlemskontakt utgis av  
Forsvarets seniorforbund  
Postboks 1550 Sentrum  
0015 Oslo

**Ansvarlig redaktør:**  
Jan Erik Thoresen

**Opplag:** 1200

### Adresser og telefonnummer:

Leder Jan Erik Thoresen  
tlf: 23 09 33 56/488 97 060  
e-mail: jet@fk.fsforb.no

Nestleder Per Anders Volden  
tlf: 23 09 39 19/483 58 035  
e-mail: pavo@fk.fsforb.no

Sekretariatsleder Iren Isfeldt  
tlf: 23 09 32 33/926 03 257  
e-mail: iren@fk.fsforb.no

Virksomhetskontroller Halvor Dahlen  
mobil 408 87 284  
e-mail: halvor@fk.fsforb.no

Informasjons- og kommunikasjonsleder  
Knut Nordbø,  
mobil 904 78 597  
e-mail: knut@fk.fsforb.no

Redaksjonen avsluttet 30.11.2023  
Stoff frist nr 1/24 er 16.02.2024

Design: En Idé AS, Britt Steinseth



Dette produktet er trykt  
etter svært strenge miljøkrav  
og er Svanemerkt, CO2-nøytralt  
og 100 prosent resirkulerbart.



Grafisk produksjon:  
www.aksell.no

# Advent som reise



ARNE SVIOLOSEN  
Feltprost/  
oberst emeritus

Adventstida er over oss igjen. I denne litt tunge og mørke delen av året passer det godt å sette lyset fokus. Og når den første snøen legger seg denne tida, lysner naturen opp og vi med den.

I adventstida har de fleste nordmenn tradisjon for å finne fram adventslysestaken med plass til fire lilla lys- et for hver søndag fram til jul. Adventsstjerna får plass i vinduet og kanskje henger vi adventskalender på veggen – litt avhengig av alderssammensetningen i heimen.

Advent har en solid tradisjon hos oss. Den folkelige og kirkelige tradisjonen henger nært sammen. Advent handler om en forberedelse slik at vi ikke skal komme uforberedt til den store og viktige begivenhet som julehøytiden er. Advent er en tid for forberedelse og refleksjon, ettertanke og konsentrasjon om hvordan min lille historie kan veves sammen med den store historien om Gud.

Ideelt sett burde vi sette hastigheten ned og ikke opp denne tida for at det kan bli mer tid til konsentrasjon omkring det indre liv. Til hverdags er tempoet for mange høyt, det gjelder ikke minst de siste ukene før jul med alt vi skal gjøre og alt vi skal kjøpe. Det indre vedlikehold av liv og samliv forsømmes. Det er underskudd på den gode og dype samtale om livet og livets mysterier.

Jeg har lyst til å oppfordre oss til å sette av tid ved de blafrende adventslysene. Se på lyset som brenner varmt og stille. Sitte ned og tenke etter hva livet har å si oss og reflektere over innhold og mening. La det gå litt saktere en periode der vi kan reflektere over perspektiver som er større

enn våre hverdager og våre dagligdagse liv.

Reisen innover i eget liv og utover mot det større krever tid og stillhet. Vi vil aldri få tak i alle våre stemmer eller få full oversikt over livet. Men vi kan gjøre bruk av tiden på en slik måte at vi får tak i punkter som kan være en motvekt mot overfladiskhet og lettvinthet. Slik kan vi også komme i kontakt med det i eget liv som er skjørt og som vi ellers vil holde på avstand.

Opp gjennom historien har pilegrimer brukt den ytre reisen som hjelp til den indre reisen. Det har skjedd ved sakte bevegelser mot hellige steder og hellige mål. Adventstiden kan være en slik reise i eget liv gjennom dagene og søndagene fram mot det hellige mål som julen beretter om. God reise!

## Vi i Forsvarets Personellservice ønsker alle en god jul og godt nyttår

Som medlem hos Forsvarets Personellservice får du ikke bare god service, men også gode tilbud på:

- Forsikringer hos If
- Forsikringer hos Sparebank 1 Forsikring
- Innskudd med konkurransedyktige betingelser
- Lån med gode betingelser
- Rabatter gjennom Esso Mastercard

**Husk at du beholder ditt medlemskap i FP selv om du slutter i Forsvaret eller går av med pensjon.**

Mer informasjon om FP og våre tilbud finner du på [www.fp.no](http://www.fp.no)  
Ta gjerne kontakt på epost: [fp@fp.no](mailto:fp@fp.no)  
eller på telefon: 21 07 57 00



# Nye regler for særalderspensjon



**I august 2023 inngikk regjeringen og partene i offentlig sektor en avtale om pensjonsreglene for yrkesgrupper med særaldersgrenser. Et særalderspåslag sikrer at livsvarig pensjon ikke blir vesentlig lavere for ansatte med særaldersgrense enn for dem med vanlig aldersgrense.**

Informasjonen er basert på vår forståelse av avtalen mellom partene. Reglene er foreløpig ikke formelt vedtatt i Stortinget, og det er mange detaljer som ikke er avklart ennå. Det forventes at regelverket sendes på høring i løpet av 2024.

*Svein Rasmussen jobber i fagavdelingen SPK. Han sørger for at folk, både internt og eksternt, forstår pensjonsregelverket og hva reglene betyr i praksis for folk som har - eller har hatt - tjenstepensjon i offentlig sektor. Svein er en erfaren formidler, og han jobbet som lærer og skoleleder i over 20 år før han begynte i SPK.*

FOTO: SIVERT ALMVIK/SPK

## Vi kan ikke gi prognoser til alle akkurat nå

Særaldersgrensene er i dag 60, 63 og 65 år, og gjelder for rundt 200 000 offentlig ansatte. Mange har ventet lenge på denne avtalen, og lurer på hva de vil få i pensjon. For noen grupper skal særalderspensjonen beregnes på samme måte som før.

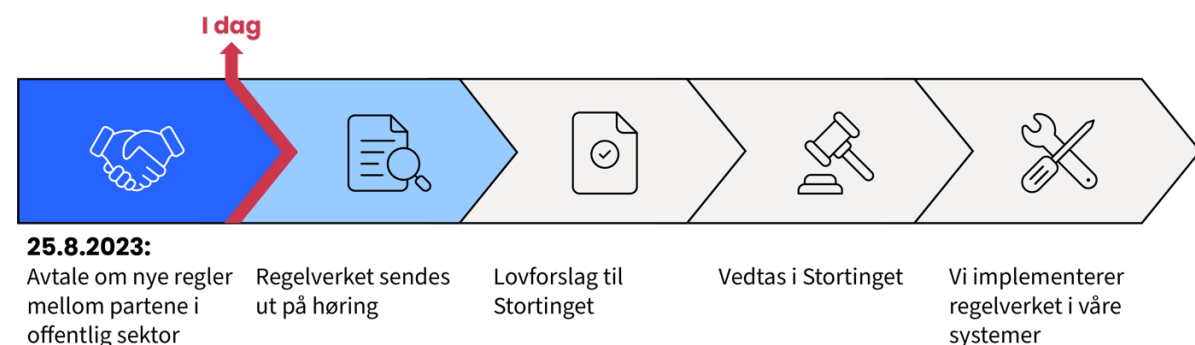
### Det gjelder:

- Alle født i 1962 eller før, uansett særaldersgrense.
- De født i 1963-1964 og har særaldersgrense 65 år.
- De født i 1963-1966 og har særaldersgrense 63 år.
- De født i 1963-1969 og har særaldersgrense 60 år.

Disse kan få en prognose, og du kan på [spk.no/alderspensjon/saraldersgrense/slik-reknar-vi-ut-saralderspensjonen-din/](https://spk.no/alderspensjon/saraldersgrense/slik-reknar-vi-ut-saralderspensjonen-din/).

Merk at vi kun kan gi beregninger til medlemmer som står i en stilling med særaldersgrense i dag, ikke til de som er tidligere medlemmer fra stilling med særaldersgrense. Det er mange viktige detaljer som må på plass før vi kan si sikkert hva avtalen betyr for den enkelte. Derfor kan vi dessverre ikke gi ut prognoser til alle før reglene er vedtatt av Stortinget.

## Fra avtale til regelverk:



I august 2023 ble regjeringen og partene i offentlig sektor enige en avtale om nye pensjonsregler for yrkesgrupper med særaldersgrenser. Det som skjer videre, er at departementet må gjøre om avtalen til et forslag til regelverk. Forslaget sendes så ut på høring før departementet utarbeider en proposisjon som skal behandles og vedtas i Stortinget. Når det nye regelverket er vedtatt, kan vi legge detaljene inn i systemene våre og begynne å gi prognoser på hva du får i pensjon.

## Fra særalderspensjon til tidligpensjon

Det som vi tidligere kjente som særalderspensjon blir nå omtalt som en tidligpensjon, og skal dekke opp for tapt inntekt du får når du går av. Det betyr at det i noen tilfeller vil føre til redusert utbetaling om du har inntekt mens du mottar særalderspensjonen.

### Særalderspåslag som livsvarig tillegg

Fra 2020 sparer offentlig ansatte som er født 1963 eller etter til alderspensjon i en beholdning. Sparingen fortsetter så lenge du jobber i en offentlig stilling. Ansatte med særaldersgrense slutter tidligere i jobb enn andre og får derfor ikke spart opp like stor beholdning. Dermed risikerte ansatte med særaldersgrense å få lavere pensjoner på sikt. Særalderspåslaget skal sikre at du ikke taper i livsvarig pensjon når du går av tidligere enn de som jobber fram til de er 67 år. Særalderspåslaget er livsvarig, og gis som et tillegg til den samlede pensjonen du får fra NAV og oss.

Da vi venter på flere avklaringer, kan vi foreløpig ikke si noe om hvordan påslaget kommer til å bli beregnet. Vi legger ut informasjon fortløpende etter hvert som vi vet mer.

### 85-årsregelen fases ut

Avtalen innebærer at den såkalte 85-årsregelen gradvis fases ut. Ordningen er ment å levealdersjusteres. Det betyr at hvis pensjonsalderen i årskullet ditt øker, så følger også særaldersgrensene etter. Det er foreløpig ikke bestemt noe om hvordan disse endringene skal skje, eller hvem justeringene vil gjelde for.

## Dette sier avtalen om særaldersgrense 60 år:

### Født i 1963 til og med 1969

- Du har rett til å få særalderspensjon etter gamle regler. 85-årsregelen gjelder.
- Særalderspensjonen reduseres om du har inntekt fra offentlig sektor før du blir 67. Inntekt fra privat sektor påvirker ikke utbetalingen fra oss.
- Du kan ha rett til et særalderspåslag når du går over til «vanlig» alderspensjon.

### Født i 1970 til og med 1972

- Avtalen sier at 85-årsregelen skal trappes gradvis ned.
- Det kan bli nye regler for hvor lenge du må ha hatt stilling med særaldersgrense, for å ha rett til særalderspensjon.
- Det kan bli nye regler for hvordan særalderspensjonen skal reduseres hvis du har inntekt ved siden av.
- Du kan ha rett til et særalderspåslag når du går over til «vanlig» alderspensjon.

### Født i 1973 eller etter

- Avtalen sier at 85-årsregelen ikke skal gjelde. Det betyr i så fall at du må jobbe til aldersgrensen før du kan ta ut særalderspensjon.
- Det kan bli nye regler for hvor lenge du må ha hatt stilling med særaldersgrense, for å ha rett til særalderspensjon.
- Det kan bli nye regler for hvordan særalderspensjonen skal reduseres hvis du har inntekt ved siden av.
- Du kan ha rett til et særalderspåslag når du går over til «vanlig» alderspensjon.

## Slik blir pensjonen din satt sammen

### Du har rett til særalderspensjon og velger å gå av før 67 år:

- **Før du blir 67 år:** Du får utbetalt særalderspensjon fra du går av og til du fyller 67 år.
- **Etter du blir 67 år:** Særalderspensjonen din stopper. Du går over til en «vanlig» alderspensjon, som består av utbetaling fra NAV og alderspensjon sammen med et eventuelt særalderspåslag fra oss.

### Du har ikke rett til særalderspensjon:

- Du kan ta ut «vanlig» alderspensjon fra du er 62 år, på samme måte som de med aldersgrense 70 år. Du er ikke nødt til å slutte i jobben for å ta ut alderspensjonen. Du får utbetalt et eventuelt særalderspåslag fra oss.

## Hva innebærer avtalen?

- Har du rett til særalderspåslag vil du som har særaldersgrense få høyere utbetaling fra 67 år og livet ut, enn det du hadde ville fått før avtalen ble inngått.
- Avtalen ivaretar deg som slutter å jobbe når du går av særalderspensjon.
- Når du tar ut særalderspensjonen, mister du rett til å ta ut AFP senere. Du vil få betinget tjenestepensjon ved 67 år eller senere (hvis du ønsker å jobbe lengre).
- Det ser ut til at de som har særaldersgrenser etter hvert må stå lenger i jobb før de kan gå av med særalderspensjon.

## Dette er noe av det som foreløpig er uavklart:

- Hvordan pensjonsgrunnlaget for særalderspensjon skal beregnes for en del årskull.
- Hvordan pensjonsgrunnlaget for særalderspåslaget skal beregnes.
- Hvordan inntektsavkortingen av særalderspensjon og særalderspåslag skal gjøres.
- Hvordan vilkåret om at medlemmer må ha stått i en stilling med særaldersgrense i minst 10 år i løpet av de siste 15 årene, skal tolkes.



FOTO: SMK

Jeg er glad for også i år å kunne følge opp tradisjonen med at forsvarsministeren sender en julehilsen til Forsvarets seniorforbund, landets største forbund for seniorer. Dessverre er bakteppet for årets julefeiring minst like dystert som i fjor. Det er krig og konflikt både i Europa og ute i verden. Soldater og sivile blir drept, og mennesker drives på flukt.

I slike tider er det viktig at vi stiller opp for de som kjemper for sin frihet og for de som nå er på flukt. At vi viser at vi bryr oss.

Vi støtter fremdeles helhjertet Ukrainas forsvarskamp, og vi vil fortsette å gjøre det så lenge det trengs. Vi donerer forsvarsmateriell, penger og ikke minst vår ekspertise. Jeg er spesielt stolt over Forsvarets innsats for å trene opp ukrainske soldater. Det gjøres også et svært solid arbeid for å klargjøre materiellet vi donerer fra egne beholdninger.

Krigen i Ukraina har, som kriger før den, ført til at vi må tenke nytt. Ikke bare har investeringene til Forsvaret skutt fart, men vi ser på hele innretningen vår. I løpet av neste år vil vi lande på en modell som vi mener er den mest hensiktsmessige for at Forsvaret skal løse oppdraget sitt. Det som kort oppsummert er å holde Norge trygt i en urolig og utrygg verden.

Vi er godt i gang med å utarbeide en ny Langtidsplan for forsvarssektoren, LTP. Langtidsplanene angir og forankrer hovedlinjer for forsvarssektorens utvikling, inkludert forsvarspolitiske mål, oppgaver og ambisjonsnivå, samt tilhørende økonomiske og strukturelle rammer.

Den nye langtidsplanen vil være et produkt av tiden vi lever i, og jeg håper og tror at vi med denne planen vil stake opp kursen for et tilpasset og mer robust forsvar i årene som kommer. En kurs som forhåpentligvis et samlet storting vil stille seg bak.

Mange av seniorforbundets medlemmer er også veteraner. I den forbindelse vil jeg nevne at regjeringen kontinuerlig arbeider for ivaretagelse, anerkjennelse og oppfølging av veteraner. Vi håper også å kunne presentere en ny tiltaksplanen for veteraner til neste år.

Jeg vil igjen takke Forsvarets seniorforbund for det arbeidet dere legger ned når det gjelder å fremme både medlemmenes og Forsvarets sak. Dere er en viktig del av det informasjonsarbeidet som må til for å bidra til fortsatt forståelse for Forsvaret og for forsvarsviljen i befolkningen.

De siste årene har vi beskrevet årets juletid som spesiell. Før krigen i Ukraina brøt ut hadde vi vært gjennom en pandemi, og også i år feier vi jul på et bakteppe av krig, uro, inflasjon, renteøkninger og høye levekostnader.

Så er det nettopp i slike krisetider at vi skjønner hva som er det viktigste i livet, og jeg vil fremheve medmenneskelighet som kanskje det aller viktigste.

I juletiden smelter vår kristne og norrøne kulturarv sammen. Dette gjør julen til en gledens tid. En tid som for de fleste tilbringes i hyggelig samvær med venner og familie, og med god mat og drikke.

Dessverre er ikke julen like full av glede og forventning for alle. Ikke alles minner er like gode, og for noen er julen tiden for sorg og savn heller enn julefryd. Derfor bør julen også være den tiden da vi er ekstra flinke til å rekke ut en hjelpende hånd til noen som måtte trenge den.

Jeg vil takke dere for innsatsen i året som har gått og ønsker dere alle en god og fredelig jul.



FOTO: Forsvaret

## Trygghet i usikre tider

Det fagmilitære rådet jeg ga til regjeringen kalte jeg trygghet i usikre tider. Den tittelen står seg dessverre fortsatt. Vi er inne i en tid preget av usikkerhet og uforutsigbarhet. Utviklingen i Russland, krig i Ukraina og Midtøsten og stormakts-rivalisering får mange følger, både globalt og regionalt. NATO har oppdatert sitt planverk for forsvaret av alliansen. Finsk og svensk medlemskap vil styrke vår felles sikkerhet. Forsvaret har en viktig oppgave for å skape trygghet for folk i en tid med endringer.

Russland er en trussel mot Norge og norske interesser. Angrepet på Ukraina var et tidsskille. Russland har gått til fullskala krig mot en av sine naboer og angrepet har vist at Russland er villig til å bruke omfattende og folkerettsstridig militærmakt for å nå sine mål. Europeisk sikkerhet, den internasjonale rettsorden og våre demokratiske verdier er truet, og sannsynligheten for konflikt som involverer Norge har økt. Norge står fast i sin støtte til Ukraina. Gjennom donasjoner av forsvarsmateriell, støtte til trening og utdanning og samarbeid med industrien så bidrar mange i Forsvaret til å omsette støtten til praktisk og konkrete bidrag.

I juni leverte jeg mitt fagmilitære råd til Regjeringen. Rådet kom i samme periode som Forsvarskommisjonen og Totalberedskapskommisjonen også ga sine tilrådninger. Disse rådene er basert på en ny sikkerhetssituasjon og det faktum at det ikke er balanse mellom oppgaver, økonomi og struktur i forsvarssektoren. Regjeringen har fått et godt fundament for arbeidet med ny langtidsplan. Til slutt må våre folkevalgte foreta prioriteringer, det forstår vi alle. Jeg har et håp om en bredest mulig politisk forankring av neste langtidsplan. En helhetlig plan der ambisjoner er realistiske opp mot de midlene som til slutt bevilges. Investeringer i Forsvaret har ofte lang tids-

horisont og vi må alle bidra til gode avgjørelser om Forsvarets fremtid.

I det fagmilitære rådet ga jeg anbefalinger for en styrking av egen forsvarsevne, styrket samvirke med allierte og NATO, utvikling av personell og kompetanseområdet, evne til å motstå sammensatte trusler, styrke totalforsvaret og gjøre forsvaret mer moderne og effektivt. Jeg ga også råd om hva som må prioriteres ned eller bort dersom bevilgninger ikke strekker til.

Personellsituasjonen nå og i fremtiden har høy prioritet i alle tilrådninger. Forsvaret må videreutvikle hvordan vi forvalter personellet og hvordan vi øker kompetansen. Våre vernepliktige og ansatte utgjør et mangfold som gjør Forsvaret bedre. Forsvaret har iverksatt flere tiltak for både å øke antallet vi selv utdanner, men også for å verdsette og inkludere sivil kompetanse bedre. I tillegg må vi snarest få landet en løsning både på hvor mye av inntekten som skal være pensjonsgivende og konsekvensene av pensjonsreformen for Forsvaret.

Dere som er medlemmer av den største seniororganisasjonen i staten, Forsvarets seniorforbund bidrar til å knytte folk og forsvar sammen. Jeg vil takke den enkelte av dere for engasjementet og hva dere bidrar med i Forsvarsdebatten og ivaretagelse av våre seniorer som har banet vei for oss som kommer etter. Sammen kan vi skape trygghet i usikre tider.

**Med ønske om en fredfylt jul og godt nytt år når den tid kommer.  
For alt vi har. Og alt vi er.**

# «Olga-svindel»

## - en krimhistorie fra virkelighetens verden

Mange mennesker, og særlig velstående eldre kvinner, utsettes regelmessig for svindel-forsøk ved at man blir oppringt og oppfordret til å gi fra seg fødselsnummer og passord. Skurkene er som regel veltalende og tillitsvekkende personer som oppgir at de ringer fra banken din eller fra politiet og ber deg oppgi personlige opplysninger for å unngå svindel. Denne krimhistorien bygger på en historie fra virkeligheten og illustrerer hvor profesjonelt og utspekulert skurkene opptrer. Ved å lese artikkelen håper jeg leserne kan unngå å bli lurt.

**AV:** Advokat Erik Råd Herlofsen,  
partner i advokatfirma SBDL

### Skurkenes forberedelser

I forbindelse med et fengselsopphold kommer skurken Egon i kontakt med Petter som soner en dom for bedrageri mot eldre. Han fortalte at han pleide å ringe eldre pensjonister og presentere seg som representant fra banken eller politiet og fortelle at han trengte deres personopplysninger og passord for å stanse et svindel-forsøk. Da var det enkelt å gå inn på pensjonistens konto og overføre penger til seg selv og deretter leve herrens glade dager. «Dessverre klarte politiet å spore pengene og få tak i meg», sa Petter.

Egon funderte på dette og tenkte at det måtte være mulig å lure pensjonistene uten selv å bli tatt. Han la en plan. Da han slapp ut av fengsel hadde han et møte med sine gode venner Kjell og Benny og fortalte dem om planen sin.

«Først må vi skaffe en god datamaskin og noen nye telefoner med nye SIM-kort, slik at telefonsamtalene ikke kan spores tilbake til oss», sa Egon. «Hvordan gjør vi det?», spurte Benny.

«Det er enkelt», svarte Egon. «Vi må bare skaffe oss fødselsnummer til de vi har tenkt å lure. I Norge er ikke

fødselsnummer å betrakte som en sensitiv personopplysning og er derfor ikke taushetsbelagt», sa han tankefullt.

«Det finnes dessuten flere dataprogrammer som hjelper oss. Når vi har skaffet oss fødselsnumrene, bestiller vi SIM-kort og kontantkort fra Telenor eller Telia», sa Egon.

«Vil ikke de vi skal lure oppdage dette?», spurte Benny.

«Nei, vi venter med å aktivere kortene til vi er klare for selve kuppet», svarte Egon.

«Genialt, Egon!», utbrøt Benny.

«Er det farlig?», spurte Kjell.

«Neida, alt skjer via telefon», svarte Egon

«Hvem skal vi lure?», spurte Kjell

«Vi bruker fødselsnumrene vi skaffer oss og går deretter inn på skatteetatens side og sjekker skattelistene til eldre kvinnelige pensjonister. De mest velstående skal bli våre ofre», svarte Egon.

«Det er slemt å lure eldre damer og vil ikke de kunne se hvem som har søkt på dem», spurte Kjell.

«Neida», svarte Egon. «De vil nok få pengene tilbake fra banken sin og vil derved ikke bli skadelidende. Du har imidlertid rett i at de vil få melding om at noen har sjekket skatten deres, men de færreste vil bry seg og dessuten

”

*Vi må bare skaffe oss fødselsnummer til de vi har tenkt å lure. I Norge er ikke fødselsnummer å betrakte som en sensitiv personopplysning og er derfor ikke taushetsbelagt.*

skal vi bruke «muldyr» til å søke for oss»

«Muldyr?», spurte Kjell og Benny i kor.

«Det finnes mange småkriminelle som ikke har så mye å tape og som vi kan bruke som «muldyr», både til å søke for oss og til å flytte pengene», svarte Egon.

«Helmaks Egon!», sa Benny

«Men vil ikke pensjonistene bli mistenksomme når de ser at vi ringer fra et ukjent nummer?», spurte Kjell.

«Neida», svarte Egon. «Det finnes et artig dataprogram, en app, som gjør at vi kan laste ned bankens nummer og sørge for at bankens telefonnummer kommer opp på pensjonistens telefon når vi snakker med dem. Dette kalles «spoofing», svarte Egon med en belærende tone.

«Vil ikke politiet kunne spore opp hvor vi ringer fra og hvor datamaskinen befinner seg?», spurte Benny.

«Jo», svarte Egon. «Derfor skal vi alltid reise bort og foreta svindelen fra ulike byer og ulike hoteller og koble oss inn på hotellets internett»

«Men vil ikke politiet følge pengene tilbake til oss og fange oss etterpå?», spurte Benny.

«Neida!», svarte Egon.

«Straks vi har fått tilgang til kontiene til de vi skal lure,

forsyner vi oss av pengene og sender de videre til «muldyrene» som tar ut pengene og kjøper valuta eller dyre klokker som overleveres oss mot et lite honorar», fortalte Egon smilende.

«Genialt Egon!», sa Benny

### Gjennomføringen

Noen uker senere hadde de skaffet en mengde fødselsnumre, undersøkt skattelistene og laget en liste med mulige ofre og deres telefonnumre. De skaffet også til veie nye mobilnumre og kontantkort og inngikk avtale med flere såkalte «muldyr».

De hadde også øvet på hvordan samtalene skulle foregå. Her gjengis en samtale fra et hotellrom i Trondheim:

Egon: «God formiddag, er jeg kommet til Olga Pedersen?»

Etter at Olga hadde bekreftet dette, fortsatte Egon: «Dette er Ola Johansen som ringer fra Sparebank 1 for å fortelle at lånet du har søkt om er innvilget».

Olga ble bekymret og svarte at hun ikke har søkt om noe lån.

ILLUSTRASJON: Shutterstock



Egon: «Da må det være en feil eller et forsøk på svindel. La meg sette deg over til min kollega som arbeider med slike saker, et øyeblikk!»

Egon, med en dypere stemme og annen dialekt: «God formiddag, du er kommet til Per Fredriksen - hva kan jeg hjelpe deg med?»

Olga: «Det er visstnok noen som har søkt om lån i mitt navn»

Egon: «Uffda – det er dessverre et problem i disse dager. La meg hjelpe deg med å slette denne søknaden. Har du kodebrikken din lett tilgjengelig så skal jeg ordne dette. Hva er koden og ditt passord?»

Olga: «Min datter har bedt meg om å ikke oppgi slike ting på telefonen?»

Egon: «Da har du en klok datter, men kan du se mitt telefonnummer på din telefon og kan du deretter sjekke dette på internett eller på papirer fra oss?»

Olga: «Ja, jeg ser at du ringer fra Sparebank 1. Antar at jeg da kan oppgi de tingene du ber om. Koden er 1234 og passordet er olga1939»

Egon: «Tusen takk skal du ha. Da skal jeg ordne dette med en gang. Jeg foreslår at du uansett venter i minst 10 minutter før du selv bruker nettbanken, mens jeg ordner dette. Ha en riktig fin dag»

Kjell, som overhørte samtalen, hadde allerede koblet seg inn på Olgas sparekonto og overførte straks 500 000 kroner til 10 forskjellige bankkontoer tilhørende «muldyrene». Disse satt klare i Oslo og tok umiddelbart ut pengene i kontanter, som deretter ble brukt til å kjøpe valuta, dyre klokker eller vesker. Benny som hadde maskert seg, møtte dem deretter en og en på ulike steder og fikk overlevert pengene eller gjenstandene og betalte samtidig et beløp til hver enkelt som takk for hjelpen.

Egon og Kjell flyttet deretter til nytt hotell og til nye byer og gjentok suksessen.

#### Kommentarer

Historien er basert på en straffesak hvor 85 pensjonister ble svindlet for nesten 18 millioner kroner i 2019 og 2020. Da seks av ofrene het Olga, omtales gjerne saken som «Olga-saken». «Egon», «Benny» og «Kjell» ble dømt til henholdsvis 6, 5 og 2 års fengsel. Borgarting lagmannsrett la blant annet vekt på de betydelige beløpene bedrageriene gjaldt, det store antallet fornærmede, og

at ofrene var privatpersoner og inngikk i en gruppe som var spesielt sårbare. Det ble også lagt vekt på at forbrytelsene ble begått over tid, var planlagte og profesjonelt utført, og inngikk som ledd i aktivitetene til en organisert kriminell gruppe. Kun et beskjedent beløp er kommet til rette.

Noen av pensjonistene fikk etter noe tid tapet sitt kompensert av banken, men led uansett et likviditetstap frem til dette skjedde. Til illustrasjon måtte en av pensjonistene som forklarte seg for lagmannsretten vente i halvannet år før banken tilbakeførte pengene, og da først på grunnlag av en avgjørelse i Finansklagenemnda. Det er ikke kjent hvordan de oppståtte tapene til slutt har blitt endelig fordelt mellom bankene og pensjonistene.

#### Moralen er:

Oppgi aldri ditt fødselsnummer, passord eller koder på telefonen til noen.

## FAKTA/KILDER

Artikkelen er en oppdatert versjon av en artikkel utgitt av Vi over 60 - mars 2023

Borgarting lagmannsretts sak LB-2021-137436

*Advokat Erik Råd Herlofsen er partner i advokatfirmaet SBDL. Han har møterett for Høyesterett og var i perioden 2004 - 2018 medlem av Statens seniorråd.*



# Militært Kvinnelig Nettverk (MKN)

Styrking av samhold og erfaringsutveksling for livslang karriere i Forsvaret

AV: Amanda Bergh Schjelderup, Leder MKN

**M**ilitært KvinneNettverk (MKN), tidligere kjent som Nettverk for Kvinnelig Befal, er et viktig initiativ innenfor det norske forsvaret som har som mål å fremme samhold, profesjonell utvikling og erfaringsutveksling blant kvinnelige militært ansatte, elever ved Forsvarets skoler og kvinnelige reservebefal. Grunnlaget for MKN ble lagt den 21. september 1989, og organisasjonen tok det nåværende navnet under årsmøtet den 25. januar 2018.

Hovedformålet med MKN er å etablere et formalisert kontaktnettverk der kvinnelige militært tilsatte kan sam-

les, styrke båndene mellom dem og dele sine unike erfaringer. Dette nettverket spiller en viktig rolle i å skape et miljø som ikke bare støtter den enkelte, men også bidrar til å styrke Forsvaret som helhet. Ved å tilby en plattform for å dele kunnskap og innsikt, hjelper MKN med å bygge et fellesskap som er tuftet på gjensidig støtte og profesjonell vekst. Vår hovedintensjon er å motivere kvinner til livslang karriere i Forsvaret.

Alle kvinnelige militært tilsatte i Forsvarssektoren er automatisk medlemmer i MKN, med mindre de aktivt har valgt å melde seg ut ved å sende en reservasjons-

Deltagere under et seminar arrangert av MKN. FOTO: Peder Torp Mathisen/FMS



Vernepliktig soldat på vinterøvelse.  
FOTO: Marion Aaserud Dahlen/Forsvaret

FOTO: Kim Henning Bjorheim/Forsvaret

forespørsel til organisasjonen. Dette understreker det inkluderende og frivillige naturen til nettverket, som gir medlemmene muligheten til å delta i det omfang de ønsker.

En av nøkkelfunksjonene til MKN er å fasilitere erfaringsutveksling. Dette oppnås gjennom ulike arrangementer, seminarer og workshops der medlemmene kan diskutere utfordringer og suksesser, samt dele beste praksis. Mentorprogrammer er også en del av MKNs initiativer, og de gir muligheter for erfarne kvinnelige militært ansatte å veilede og støtte de som er i starten av sine militære karrierer. Hvert år gjennomfører MKN årsmøte med påfølgende seminar. Seminaret er en kombinasjon av faglig påfyll, lederutvikling, spennende foredrag og tradisjonell bankett. Årets seminar vil finne sted på Akershus festning 23. og 24. januar 2024.

Nettverket tar også sikte på å være en stemme for kvinnelige militært ansatte innenfor forsvarssektoren. Gjennom deltakelse i offentlige arrangementer, samfunnsengasjement og dialog med forsvarsledelsen, bidrar MKN til å fremme likestilling og øke bevisstheten om de unike

utfordringene og prestasjonene som kvinnelige tjenestemedlemmer møter.

MKNs historie og utvikling er et tydelig tegn på det norske forsvarets engasjement for likestilling og anerkjennelse av den verdifulle rollen som kvinnelige militære spiller. Som et dynamisk nettverk fortsetter MKN å utvikle seg for å møte behovene til dagens kvinnelige tjenestemedlemmer og bidrar til å forme en mer inkluderende og støttende fremtid for Forsvaret. Gjennom samarbeid, støtte og erfaringsdeling gir MKN ikke bare et verdifullt bidrag til individuell vekst, men styrker også Forsvarets samlede kapasitet og effektivitet.

# FSF

## forbundsstyremøte 2023

FSF gjennomførte forbundsstyremøte i våre lokaler på Akershus festning 21. og 22. november. Dette var et ordinært møte hvor varamedlemmer ikke var tilstede.

**AV:** Knut Nordbø/FSF

Første sak på agendaen, sosial profil i FSF, måtte utsettes på grunn av forfall fra innledere.

Vi startet da med behandling av endringsforslag fra en av regionene på saker som forbundet jobber med. Møtets første dag ble avsluttet med en omfattende orientering fra regionene om status i deres arbeid.

Kvelden ble avsluttet med middag om bord på KNM Alta. Dette ble svært vellykket, med god mat i et uforstyrret miljø.

**Dag 2** startet med orientering om våre krav til Statsbudsjettet 2025. Forbundskontorets innspill ble godkjent av styret.

Vider fulgte orientering om økonomisk status i forbundet (meget god), og medlemsstatus (i likhet med andre tilsvarende organisasjoner har vi en liten nedgang).

Vi behandlet videre et forslag fra en av våre ledere til omorganisering av FSF/endre FSFs regionale struktur.

Profileringsartikler og rekrutteringsmateriell var også på agendaen og vi avsluttet møtet med en diskusjon rundt tema for Lederkonferansen 2024.

Et svært godt møte og Forbundskontoret takker styremedlemmer for meget god deltakelse, innlegg og debatter. Neste styremøte er 20. og 21. februar 2024 på Akershus festning.



Forbundsstyret i arbeid. FOTO: Knut Nordbø FSF

Forbundsstyret holdt styremiddag på KMN Alta. FOTO: Knut Nordbø FSF





## 50 års jubileum for Sea King

Fra «get together» den 1 sep 23 ifm feiringen av «50 års jubileum for Sea King» hvor det var rundt 350 gjester til stede. Jubileet gikk over 2 dager med fest middag 2 sep da med 450 gjester. Skvadronsjef oberstløytnant Svein Tore Pettersen fikk overlevert FSF vimpel sammen med en bukett blomster i vase og et håndskrevet kort. Styremedlem FSF Barbro Heløe Frøisland sto for overrekkelsen. Barbro sa følgende ifm overrekkelsen: Tenk vår alles sjøkonge har holdt formen og vært flyvedyktig i 50 år. Det hele takket være hver og en av dere som har jobbet med helikopteret, som tekniker eller flyvende personell. Det er også takket være alle rundt de som har jobbet direkte med maskinen, mange hender og hoder som har vært involvert. Alle med stor iver og dedikasjon. Som representant for Forbundsstyret i Forsvarets Seniorforbund representerer jeg alle de senioren og pensjonistene som har vært med å bidra til å holde maskinen flyvedyktig i alle disse årene. Vi har medlemmer over hele landet og der hvor rednings-tjenesten har sine skvadroner fra nord til sør og her i Rogaland ledes avdelingen nå av tidligere Sea King flyger Terje Gjelsvik.

Forsvarets Seniorforbund har foruten å være en sosial arena for den eldste garde, et viktig mål nemlig å påse at den til enhver tid opparbeidet rettighet til pensjon opprettholdes og ikke forringes. En oppgave som vil vedvare i uoverskuelig fremtid så lenge Forsvaret produserer pensjonister. Levekår for den eldre garde er også et tema for oss.

Forsvarets Seniorforbund takker alle som har gjort disse 50 årene mulig. Vi er som så mange andre stolte av det arbeidet dere har gjort for å holde Sea King flyvende.

Til Svein Tore Pettersen: Et lite token fra oss med påminnelse om at vi er der for senioren og pensjonistene.

*«Well done og takk for innsatsen alle sammen.»*



Utenfor Tjeldsund-kroa. FOTO: FSF Andøy

# FSF Andøy på busstur til Narvik

**AV:** Inge Bernt Nilsen

FSF Andøy la ut på tur til Narvik mandag 25. september. Andøya Flystasjon hadde lånt oss en ren og fin minibuss. Avdelingen er svært takknemlig for den hjelp og støtten vi får fra Flystasjonen. Vi hadde en plan om å stoppe på Evenes Flystasjon for å få en liten omvisning og spise lunsj der. Men akkurat denne dagen lot det seg ikke gjøre. Det ble derfor stopp på Tjeldsund-kroa for lunsj.

Så bar det videre til Narvik, hvor de som ønsket det kunne besøke Krigsmuseet, mens andre tok seg en tur i byen. Dagen ble avsluttet med middag på Scandic Hotell, og en sosial kveld i Tøtta Bar. Etter at frokosten var fortært la vi på tur mot Svenskegrensa. Her ble det muligheter for litt «Harry-handel» før vi dro tilbake over grensa igjen. Det ble middag på Tjeldsund-kroa før vi satte kursen hjemover.

Slike turer er et godt og sosialt avbrekk fra hverdagen. Mange gode historier blir hentet fram. Alle har vi opplevd delbare og morsomme historier gjennom et langt liv.

En stor takk til vår sjåfør Roy Arne som brakte oss trygt fram og tilbake.

Dersom du er pensjonist, er du velkommen som medlem - <https://forsvaretsseniorforbund.no/medlem>.

### Kjøre alle sammen

Høsten er her for fullt, og julen nærmer seg med stormskritt. Leder og nestleder har gjennomført en omfattende reisevirksomhet og besøkt flere avdelinger, og flere står for tur. I tillegg har vi presentert FSF på seniorkursene for potensielt framtidige medlemmer.

I september hadde vi forbundsstyremøte på Kiel-fergen med teambuilding av det nye styret som

ble valgt på landsmøtet i mai. Vararepresentantene til styret var også invitert til å overvære møtet.

Vi gjennomfører de fleste styremøtene ved fysisk oppmøte, men noen blir avholdt på Teams.

8. desember gjennomføres et kurs i StyreWeb på Kjeller. Deltakerne er stort sett fra avdelingene i Region 5.

### AKTUELLE SAKER - Pensjon

I dette bladet er det en artikkel fra SPK om nye regler for særalderspensjon fom årskullet 1963. Som SPK skriver er ikke alt på plass ennå. Avtale om pensjonsregler for personer med særaldersgrense som er født i 1963 eller senere ble inngått mellom

Regjeringen og partene i arbeidslivet den 25. august i år.

Du finner avtalen på vår hjemmeside: Nye pensjonsregler | Forsvarets seniorforbund. Regjeringen ved arbeids- og inkluderingsdepartementet og de øvrige avtalepartene skal gjennomføre en prosess for å avklare særregler for de som har pliktig fratreden ved aldersgrensen. Denne prosessen skal avsluttes innen 1. juli 2024.

I vårt eldrepolitiske dokument, vedtatt på LM 2023, har FSF sagt følgende under punktet arbeidslinjen/diskriminering:

«Aldersgrensen i staten er imidlertid fortsatt 70 år. Skikkethet i jobbsammenheng bør ikke knyttes til et alderstrinn, dette vil være diskriminerende overfor eldre som fortsatt ut fra sine kvalifikasjoner er i stand til å fylle stillingens krav. Ut fra dette er forbundets primære syn at aldersgrensene bør oppheves i sin helhet, sekundært at grensen settes til 75 år slik at det er samsvar med taket for pensjonsopptjening.»

Forbundskontoret har hatt samtaler både med FD, FSJ og FST/HR hvor dette argumentet er presentert og forklart. Det er særdeles viktig for FSF at personell som er født i 1963 eller senere får en så god pensjon som overhode mulig. Da må ikke særregler sette en stopper for dette. Det personellet som ønsker og kan jobbe utover dagens særaldersgrense må derfor gis mulighet for det.

### Statsbudsjett 2025

Forbundskontoret oversendte innspill og krav til statsbudsjettet for 2025 til Regjeringen den 14. november. Saken ble styrebehandlet den 21. november på FSM 6/23. I skrivende stund er dette de 3 prioriterte kravene:

1. FSF krever at eldreomsorgen ikke blir salderingspost i statsbudsjettene. Kvaliteten på tjenestene må ikke avhenge av kommune-økonomi og kommunale prioriteringer. FSF ber Regjeringen om å styrke kommune-økonomien.
2. FSF krever at det bevilges penger til bygging av egne sykehjem/avdelinger for personer med demens. FSF krever at det etableres/kommer på plass demenskoordinator i alle kommuner.
3. FSF krever lik rett til sykepenger for alle yrkesaktive over 67 år.

Møte nr 2 med Regjeringen (v/statsråd Tonje Brenna i arbeids- og inkluderingsdepartementet) er tirsdag 19. desember.

Det er fortsatt mulig å endre både på krav og prioriteter i forbindelse med de kommende møter med Regjeringen. Møte nr 3 og 4 om statsbudsjettet for 2025 gjennomføres til våren (april og juni måned).

### Rekruttering, medlemspleie og medlemsfordeler Utviklingen i medlemsmassen

Pr 16. november har vi fått 294 nye medlemmer og mistet 367. En stor del mistet vi i mars og april da det var tid for kontingentinnkreving. Vi har sett en positiv utvikling utover høsten, spesielt i oktober og en del avdelinger har en svært god rekruttering, veldig mye takket være stort engasjement fra enkeltpersoner.

Vi har nylig sendt ut et produkt utarbeidet av rekrutteringskomitéen. Dette gir råd om rekruttering, medlemspleie, bruk av hjemmeside og bruk av Facebook. Vi håper og tror at dette kan være et nyttig verktøy for avdelingene.

### Hovedbudskap i forbindelse med rekruttering.

Det er to grunner som er spesielt viktige for å velge FSF:

- FSF er en sosial arena hvor du møter igjen de du har jobbet med og møtt i din yrkesaktive periode.
- FSF tar vare på dine opptjente rettigheter, og er den som jobber for de som har vært ansatt i offentlig sektor. Det gjør ikke nødvendigvis de andre seniororganisasjonene. Pensjon og seniorrettigheter er ikke nødvendigvis noe vi kan ta for gitt, de må kjempes for.

### Høstens vervekampanje

Det gjennomføres ny vervekampanje i perioden oktober til medio desember. Premiene er gavekort på 1000 kr til fem ververe. Disse trekkes 12. desember.

### Medlemsfordeler

I forrige utgave av MK nevnte vi den nye avtalen med Hurtigruta Carglass og den fornyede avtalen med Dekk Team. Vi understreker at vi ser dette som svært gode avtaler.

Vi har fått tilbud fra et innkjøpssamarbeid som leverer varer og tjenester innen en rekke områder. Foreløpig er det et ganske begrenset tilbud som tilbys til Oslo/Østlandsområdet og vi anser at det foreløpig ikke tilbys medlemmene, men Forbundskontoret monitorerer utviklingen og kommer eventuelt tilbake til dette.

### Kontaktinformasjon til forbundskontoret:

Leder Jan Erik Thoresen,  
mobil 488 97 060,  
e-post jet@fk.fsf.no

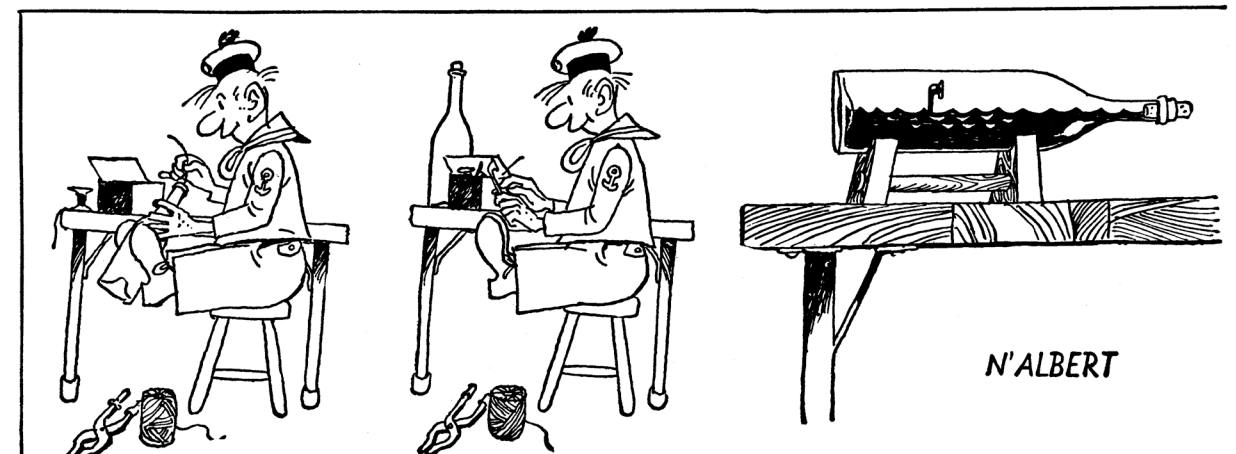
Nestleder Per Anders Volden,  
mobil 483 58 035,  
e-post pavo@fk.fsf.no

Sekretariatsleder Iren Isfeldt,  
mobil 926 03 257,  
e-post iren@fk.fsf.no

Virksomhetskontroller  
Halvor Døhlen,  
mobil 408 87 284,  
e-post halvor@fk.fsf.no

Informasjons- og kommunikasjons-  
leder Knut Nordbø,  
mobil 904 78 597,  
e-post knut@fk.fsf.no

Vi har hjemmekontor et par dager i uken, så bruk mobiltelefonnumrene våre eller send e-post når dere vil ha tak i oss! I tillegg har Forsvaret anskaffet ny telefon-sentral, og vi har ikke fått nye telefoner ennå, så kontortelefonene våre virker fremdeles ikke.



N'ALBERT



## Reiseglede, trygghet, trivsel og fellesskap!

**5 % medlems-  
rabatt**



### Fellestur til idylliske Cala de Mijas Utflukter, bridge, sol og aktiviteter

Bli med Anita 03.04.24 på en 2 ukers opplevelsestur til Costa del Sol. Her kan du spille bridge, lære spansk, slappe av eller være med på utflukter og aktiviteter.



### Fascinerende SHETLAND En reise gjennom kultur og fortid

Bli med arkeolog og forfatter Kristin på en unik ukestur 18.05.24 til perlen Shetland. En reise gjennom 5000 års historie. "Oppdag Vesterled".



**LANGTIDSFERIE** til Albir & Gran Canaria, Spania. Velg selv når du vil reise og hvor lenge du vil være. **Direktefly fra flere byer. Velg om du vil bo på hotell med halvpensjon eller i leilighet. Vakt.tlf, utflukter og aktiviteter.**



### Eventyrlig reise til Ytre Hebridene

Bli med arkeolog og forfatter Kristin på en unik 8 dagers tur 04.09.24. En fantastisk reise i Vesterled. Øyrekka er plassert på kanten av verden utenfor vestkysten av Skottland.



### Fra kyst til kyst USA. "Den ultimate Amerikaturen"

Bli med vår dyktige kjentmann Erling på en uforglemmelig 3 ukers tur 19.09.24 fra New York til San Fransisco via Norsk Høstfest. Yellowstone. Amerikabussen.



### VI SKREDDERSYR GRUPPETURER!

Vi skreddersyr reiser for firma, lag og foreninger. Vi har 30 års erfaring og tilpasser turen slik dere ønsker den. Om det er liten gruppe eller store foreninger spiller ingen rolle. Deres ønsker - vår utfordring. Ta kontakt for et tilbud.



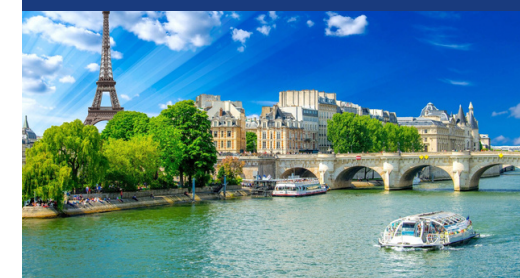
## Reisebrev fra tur til Portugal & Spanias hvite byer

26.09.23 fløy en trivelig gjeng med reiseglade nordmenn ned til El Faro i Portugal. Etter 2 dager i vakre Tavira dro vi til eventyrlige Sevilla før vi hadde en av turens høydepunkt i Jerez de La Frontera. Her hadde vi en uforglemmelig lunsj med bodegaens drikke og omvisning av Jan Pettersen. (Se bildet). Vi brukte 8 dager til Albir og besøkte flere kjente og litt ukjente perler. Vi kjørte gjennom spennende landskap, besøkte historiske severdigheter og spiste deilig lokal mat og drikke.

Flere høydepunkter: Vi overnattet i kloster i 2 netter i Santa Maria, og på et landhotell i Alpujarrasfjella. Imponerende steder som Cadiz, Puerto Banus, Marbella og Cartagena. Pittoreske landsbyer som Arcos de la Frontera, Mijas, Setenil de las Bodegas. Camino del Rey m.m Vi besøkte en appelsinfarm og spiste paella, et spekeskinke røkeri, vinbodega m.m. Vi ble en sammensveiset gjeng som mette av inntrykk slappet av i Albir. Vi var som en "storfamilie" på tur. I Albir hadde Rigmor trim, gåturer, quiz og holdt liv i "sekserklubben". Solgruppen hadde aktiviteter og utflukter. Vi hadde felles middager bl.a på Bok-Cafe´n. Helt topp!



## Jubileumstur 25.09.24 Paris, Provence, Costa Brava



25.09.24 JUBILEUMSTUR. I september er det akkurat 30 år siden Solgruppen reiste på sin første busstur til Albir. Vi skal ikke ta buss hele veien, men ta fly til flotte Paris der vi skal være de to første dagene bl.a med sightseeing og cruise på elven. Fra Paris er det buss nedover til Lyon, Provence, Catalonia, Costa Brava og videre til Albir. Vi skal bruke 8 dager nedover og Anita har lagt inn spennende stopp og overnattinger. Det blir god mat og drikke, hyppige pauser og gode, unike opplevelser. I Albir kan man være så lenge man ønsker og ta fly hjem til Norge. I Albir har vi også mange fellesaktiviteter og vakt.tlf 24t. Det lønner seg å bestille i god tid da vi i år ikke hadde plass til alle. Velkommen til en trivelig tur.

solgruppen@solgruppen.no  
www.solgruppen.no



**Solgruppen** 73 53 50 12

solgruppen@solgruppen.no  
www.solgruppen.no



**Solgruppen** 73 53 50 12

# HVEM FYLLER ÅR!

## 100 år

Gunnar Berge	Oslo	10. des.
Peter Lynge Nissen	Stavern	8. jan.

Frank Andreas Johansen	Horten	15. des.
Per Reidar Torp	Oslo	23. des.
Ellinor Larsen	Vadsø	24. des.
Karin Nyhus	Skedsmokorset	25. des.
Martin Ingvald Løken	Moss	28. des.
Torleif Brynjulf Berglyd	Stavanger	10. jan.
Sverre Agnar Skorgenes	Bodø	12. jan.
Bibbi Skogøy	Bodø	14. jan.
Jenny Wedø	Stjørdal	14. jan.
Audhild Eggum	Hamar	16. jan.
Jens Hårstad	Fetsund	22. jan.
Arne Torbjørn Møllerud	Gjøvik	25. jan.
John Mikal Johansen	Tverlandet	2. feb.
Ingrid Catharina Bibow	Oslo	6. feb.
Berit Wollan	Fyllingsdalen	12. feb.
Thor W Grimstad	Oslo	13. feb.
Anne-Lise Nielsen	Horten	13. feb.
Helge Rud	Lillehammer	15. feb.
Odd Svang - Rasmussen	Tønsberg	16. feb.
Bjarne Dyngeland	Tromsdalen	20. feb.
Else Marie Dugstad	Skulestadmo	25. feb.
Reidun Lowzow Berg	Hosle	25. feb.

Tron Ottmann	Gjerdrum	1. des.
Odd Elstad	Eidsvoll	2. des.
Trygve Tørstad	Ski	6. des.
Frank Vegar Nygård	Tomasjord	7. des.
Trygve Thodesen	Søreidgrend	7. des.
Børge Larsen	Harstad	12. des.
Inger Karin Gløersen	Hamar	13. des.
Lovise Størseth	Stjørdal	16. des.
Sissel Egeland Bjerke	Oslo	18. des.
Åsgjerd Grande Leseth	Brekstad	18. des.
Bergljot Stækken	Oslo	19. des.
Erik Gabestad	Hafslundsøy	20. des.
Else Marie Eriksen	Skreia	24. des.
Ole Johan Prestjord	Bjerkvik	26. des.
Kari-Lise Nordhus	Oslo	27. des.
Brith Aga	Moss	29. des.
Terje Løvstad	Nesttun	29. des.
Hans Christian Meyer	Halden	31. des.
Gro Belsvik	Fredrikstad	2. jan.
Guri Marie Finstad	Våler i Solør	2. jan.
May Kristiansen	Jevnaker	2. jan.
Åge Skjellum	Oslo	2. jan.

Karsten Haaberg	Stavern	4. jan.
Karin Helene Sagnes	Fosslandosen	5. jan.
Arne Johan Søyland	Rådal	7. jan.
Jan-Erik Eriksen	Oslo	8. jan.
Carol Margaret Østby	Grimstad	9. jan.
Anne-Lise Rian	Hønefoss	10. jan.
Gerda Hjelkrem	Kristiansund N	15. jan.
Gunnar Halvorsen	Fredrikstad	19. jan.
Arne Klætte	Jessheim	19. jan.
Tove Berg	Oslo	20. jan.
Jan Thor Lied	Gamle Fredrikstad	21. jan.
Gunnar Guhnfeldt	Oslo	24. jan.
Ole Myrbekk	Stjørdal	25. jan.
Eva Skogvold	Bodø	25. jan.
Knut Tangen	Fåberg	31. jan.
Eva Moe	Elverum	2. feb.
Inger-Ann Johnsen	Skotterud	3. feb.
Arild Hilmar Gerhardsen	Råholt	5. feb.
Håns Aage Bekk	Lillehammer	8. feb.
Ingebjørg Gåsbakk	Hønefoss	8. feb.
Ragnhild Bølla	Våler i Solør	11. feb.
Tore Kulstad	Steinkjer	11. feb.
Ola Dagfinn Gjøra	Årnes	12. feb.
Ingvild Johnsen	Råholt	15. feb.
Inger Marie Kristiansen	Jessheim	18. feb.
Roald Jacobsen	Moss	20. feb.
Svein Olav Reitan	Steinkjer	20. feb.
Brit Tordis Solem	Råholt	21. feb.
Henning Johannesen	Lillehammer	24. feb.
Maud Pettersen	Bjerkvik	24. feb.
Grete Berit Skaret	Rena	25. feb.
Rolf Kaare Strande	Molde	25. feb.
Karin Marie Holm	Moss	26. feb.
Randi Steinum	Ottestad	27. feb.
Sølrun Wallum	Opphaug	27. feb.
Marie Magnusson	Voss	28. feb.
Inger Torhild Berntsen	Eidsvoll Verk	29. feb.
Arne Bigseth	Råholt	29. feb.

Tove Irene Gulbrandsen	Jessheim	1. des.
Stein Anton Juul	Kristiansand S	2. des.
Vidar Skuseeth Dullum	Stjørdal	7. des.
Frank Johansen	Skreia	10. des.
Edvardt Nilsen	Bodø	10. des.
Torkild Bruun	Namsos	13. des.
Idun Marie T Tunges	Hønefoss	14. des.
Elisabeth Skraastad Evjemo	Stjørdal	17. des.
Rolf Olav Iversen	Drammen	18. des.
Erling Leo Frantzen	Bjerkvik	21. des.
Bjørn Rune Karlsen	Vardø	21. des.
Randi Stephansen	Lakselv	21. des.

# HVEM FYLLER ÅR!

Tom Kristoffersen	Jessheim	23. des.
Arne Larsen	Bardufoss	23. des.
Anders Mjånes	Sandnes	25. des.
Tor Egil Walter	Drøbak	4. jan.
Ivar Hjelmseth	Lillehammer	5. jan.
Eva Harriet Onsvåg	Andenes	15. jan.
Bente K. Rusten	Oslo	15. jan.
Åshild Holden Smolan	Trondheim	20. jan.
Øivind Lindahl	Elverum	21. jan.
Asbjørn Skogestad	Elverum	21. jan.
Tor Helge Hansen	Råholt	28. jan.
Helge Lund	Krøderen	1. feb.
Toril Høyem	Hell	5. feb.
Inger Margrethe Slinning	Hønefoss	6. feb.
Tor John Jolma	Lakselv	7. feb.
Odd Arthur Larsen	Bardufoss	8. feb.
Frank Sveen	Bjerkvik	13. feb.

Steinar Vennatrø	Stjørdal	14. feb.
Inger Johanne Hogsnes	Eidsvoll	15. feb.
Terje Djupvik	Bardu	17. feb.
Kåre Lødding	Kongsvinger	19. feb.
Kjell S Harila	Bodø	20. feb.
Bjørn Magne Tøndel	Stjørdal	21. feb.
Jonny Oskar Fjeld	Kongsvinger	24. feb.
Laila Hamre	Langhus	26. feb.
Jarlis Wesche	Råholt	28. feb.

Gratulerer  
til alle  
jubilanter

# MEDLEMSFORDELER

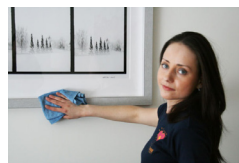


## Telio - 15% rabatt på bredbåndstelefoner fra Telio

I tillegg til allerede gode priser får du som medlem i Forsvarets seniorforbund enda lavere priser på abonnement, med 15% rabatt på fasttelefonavtale hos Telio.

Telio har levert bredbåndstelefoner siden 2003 og tilbyr telefontjenester både i Norge, Danmark og Sveits. Vi leverer IP-telefoner til faste lave priser over hele landet, hvor du kan ringe til fast- og mobiltelefoner både innenlands og utenlands. Vi tilbyr fire forskjellige abonnement tilpasset ditt forbruk.

Les mer om våre abonnementstyper og bestill via [www.telio.no](http://www.telio.no), eller vi hjelper deg gjerne via telefon 55 10 60 32 (hverdager kl. 08.00 - 18.00)



## CityMaid Hjemmeservice AS

Forsvarets seniorforbund har inngått en rammeavtale med CityMaid Hjemmeservice som foretrukket leverandør av renhold til våre medlemmer i Sør Norge.

Ta direkte kontakt med CityMaid Hjemmeservice:  
Oslo, Akershus, Østfold, Drammen: Tlf. 48 31 58 60,  
[www.citymaide.no](http://www.citymaide.no)  
Bergen m/omegn: Tlf. 48 31 58 62  
Stavanger m/omegn: Tlf. 48 31 58 64  
Ved bestilling oppgi kode FSF2018



## Nordic Choice Hotels

Nordic Choice Commercial Service AS (NCCS) og Forsvarets seniorforbund har inngått en avtale hvor NCCS er valgt som hovedsamarbeidspartner for hotelltjenester.

Rabattsatser på 10% og 12% på hotellets ordinære prisnivå på ca 200 hoteller i Norge, Sverige, Danmark og Baltikum  
Reservasjon via [www.nordicchoicehotels.no](http://www.nordicchoicehotels.no) eller tlf. nr. 22 33 42 00.

## Strømmes

Firmaet tilbyr profileringsartikler mm.

Se info på [www.strommes.no](http://www.strommes.no) eller ta kontakt på tlf. 38 12 01 00.



## Montér

### Montér. Leverandør av byggvarer mm.

Rabatter for Forsvarets seniorforbunds medlemmer. FSF medlemmer som kan dokumentere medlemskap, gis rabatt når de handler i Montér sine butikker. Rabatten er forskjellig fra varegruppe til varegruppe og gjelder kun ved kontant salg.

Ved større innkjøp oppnås spesialpris etter avtale med butikksjefen i hvert enkelt tilfelle. Oppgi kundenummer 103001084.



### DekkTeam

Rabatter for FSF medlemmer på dekk, felger, kjettinger, batterier og dekkhotell.

Flere detaljer og priser, se Medlemsfordeler på FSF hjemmeside.

For mer info om DekkTeam, avdelinger og utsalgssteder se: [www.dekkteam.no](http://www.dekkteam.no), eller ring 80033558.



### Solgruppen

Reisearrangør Solgruppen har over 29 års erfaring. Reiseglede - trygghet - trivsel og fellesskap.

Nå får du 5% rabatt på ordinær pris når du er medlem av FSF. Rabatten kan ikke kombineres med andre rabatter.

Les mer på [www.solgruppen.no](http://www.solgruppen.no) eller ring 73 53 50 12.

## Mekonomen

### Mekonomen

Det gis 30% rabatt på veiledende priser i våre butikker. Medlemmet må oppgi kontonummer 405710 eller Forsvarets seniorforbund. På forespørsel må medlemskort forevises.

Kontoen kan brukes i alle butikker i Norge.

Kun kontantoppgjør/kontantkort. Kredittkort kan IKKE benyttes.

Du kan også lese mer om dine medlemsfordeler på vår hjemmeside; [www.forsvaretsseniorforbund.no](http://www.forsvaretsseniorforbund.no)



# BLI MEDLEM



Forsvarets Seniorforbund er en partipolitisk uavhengig medlems- og interesseorganisasjon og vi er forsvareren og møteplassen for deg som senior fra Forsvaret og forsvarsinteresserte seniorer. Vi er en viktig samfunnsaktør som påvirker myndighetene i seniorpolitikk og pensjonsspørsmål. Våre medlemmer er sivile og militære seniorer, samt deres partnere og etterlatte.

## Les mer om oss på [www.fsforb.no](http://www.fsforb.no)

### Dette får du som medlem hos oss:

- Du nyter godt av vår påvirkning av myndighetene og som forsvarer av dine rettigheter.
- Du nyter godt av våre kompetanse innen pensjonsspørsmål.
- Vi tilbyr individuell veiledning i blant annet alders- og tjenestepensjon, etterlattepensjon og fremtidsfullmakt.
- Du får vårt medlemsblad 4 ganger i året – og medlemsfordeler fra flere leverandører.
- Vi har avdelinger over hele landet og du blir en del av et fellesskapet.
- Du blir del av den største seniororganisasjon i staten – og bidrar til felles styrke.

## IKKE VENT – MELD DEG INN I DAG!

*Skal vi snakke om pensjonen din må du bli medlem hos oss!*

*Innmeldingsskjema finner du sist i bladet eller gå inn på <https://forsvaretsseniorforbund.no/medlem>*

**Kontingent er 250,- pr. år for hovedmedlem, og 125,- for husstandsmedlem pr år. Eventuell lokal kontingent kommer i tillegg.**

**Medlemmer som ikke ønsker tilknytning til en avdeling, kan være direkte medlemmer i forbundet.**

**Dette koster 300,- pr. år og 150,- for husstandsmedlem.**

**Fra 1. oktober og ut året er kontingenten kr. 50,- for alle medlemmer**

#### FSF - Agder

Leder Helge Dyrkolbotn  
Bringeberveien 30 C  
4635 Kristiansand S  
922 66 152  
agder@fsforb.no

#### FSF - Andøy

Leder Karl-Øyvind Bråten  
Fridtjof Nansens gate 100 B  
8480 Andenes  
913 58 619  
andoe@fsforb.no

#### FSF - Bergen

Leder Lars Terje Sætre  
Vatnaneset 23  
5174 Mathopen  
911 84 348  
bergen@fsforb.no

#### FSF - Bjerkvik

Leder Jan Lundli  
Vassdalsveien 425  
8530 Bjerkvik  
412 73 564  
bjerkvik@fsforb.no

#### FSF - Bodø

Leder Kjell Magne Lutnes  
Parkveien 55, H0402  
8005 Bodø  
900 96 826  
bodo@fsforb.no

#### FSF - Drammen

Leder Per Morten Ellewsen  
Kastanjeveien 120  
3026 Drammen  
932 23 199  
drammen@fsforb.no

#### FSF - Elverum

Leder Arne Druglimo  
Olav Duunsveg14  
2407 Elverum  
911 66 652  
elverum@fsforb.no

#### FSF - Gardermoen

Leder Tor Olav Berbu  
Langbråten 36  
2063 Jessheim  
920 48 061  
gardermoen@fsforb.no

#### FSF - Halden/Sarpsborg

Leder Bjørnar Nyborg  
Balders vei 20  
1751 Halden  
476 15 020  
haldensarpsborg@fsforb.no

#### FSF - Hamar

Leder Trond Vangen  
Pilegrimsvegen 194  
2338 Espa  
911 83 642  
hamar@fsforb.no

#### FSF - Harstad

Leder Hilde Brekke  
Grønnliveien 19 F  
9409 Harstad  
915 49 899  
fsfharstad@fsforb.no

#### FSF - Haslemoen

Leder Ola Langholen  
Høgbergvegen 14  
2436 Våler i Solør  
468 85 797  
haslemoen@fsforb.no

#### FSF - Horten

Leder Trond Nauf  
Løkkegata 23  
3183 Horten  
930 96 902  
horten@fsforb.no

#### FSF - Indre Troms

Leder Anne Gardsteig Strømsmo  
Solbu 4  
9360 Bardu  
913 87 269  
indretroms@fsforb.no

#### FSF - Ingeniørvåpnet

Leder Ole Sannes  
Teglverksvn 8  
3517 Hønefoss  
414 56 708  
ingenioervaapnet@fsforb.no

#### FSF - Kjeller

Leder Arne K Karlsen  
Frydenlundsgate 7 A  
2010 Strømmen  
975 45 949  
kjeller@fsforb.no

#### FSF - Kongsberg

Interimsstyre  
kongsberg@fsforb.no

#### FSF - Kongsvinger

Leder Kåre Lødding  
Multeveien 1  
2209 Kongsvinger  
400 34 634  
kongsvinger@fsforb.no

#### FSF - Levanger/Verdal

Leder Hans P. Hansen  
Elvestien 1  
7605 Levanger  
905 26 316  
levangerverdal@fsforb.no

#### FSF - Lillehammer

Leder Einar Brusveen  
Bekkefare 4  
2613 Lillehammer  
926 13 304  
lillehammer@fsforb.no

#### FSF - Midt-Troms

Leder Judith Annie Brandmo  
Beredskapsveien 112  
9360 Bardu  
970 49 681  
midt troms@fsforb.no

#### FSF - Mosjøen

Leder Ragnar Olsen  
Drevvassvegen 516  
8672 Elsfjord  
906 72 064  
mosjoen@fsforb.no

#### FSF - Oslo

Leder Ingvoll Eidsvåg  
Edvard Griegs allé 10  
0479 Oslo  
488 82 647  
oslo@fsforb.no

#### FSF - Porsanger

Leder Tor Reidar Boland  
Meieriveien 35  
9700 Lakselv  
920 94 833  
porsanger@fsforb.no

#### FSF - Ringerike/Hole

Fung leder Torgeir Wik  
Veienmoen 7  
3517 Hønefoss  
900 40 016  
ringerikehole@fsforb.no

#### FSF - Rogaland

Leder Terje Gjelsvik  
Irisveien 8  
4316 Sandnes  
458 89 054  
rogaland@fsforb.no

#### FSF - Rygge

Leder Nils Tangeland  
Parkveien 22  
1580 Rygge  
69261688/971 36 284  
rygge@fsforb.no

#### FSF - Stavern

Leder Hans Sigurd Iversen  
Gunnar R Andersens gt. 133  
3259 Larvik  
928 27 926  
stavern@fsforb.no

#### FSF - Steinkjer

Leder Roy Corrin Grøttheim  
Kanefartsvegen 30  
7712 Steinkjer  
916 64 224  
steinkjer@fsforb.no

#### FSF - Trondheim

Leder Bjørn Guribus  
Øvre Stavsetsvai 29  
7026 Trondheim  
908 65 744  
trondheim@fsforb.no

#### FSF - Vesterålen

Leder Bjørn Erik Uthus  
Postboks 48  
8465 Straumstjøen  
990 94 601  
vesteraalen@fsforb.no

#### FSF - Vestoppland

Leder Tor Kjølberg Munkelien  
Nedre Ulven ved 108  
2720 Grindvoll  
924 59 912  
vestoppland@fsforb.no

#### FSF - Voss

Leder Ole Johan Sanden  
Høydalane 17  
5705 Voss  
478 13 719  
voss@fsforb.no

#### FSF - Værnes

Leder Ole Myrbekk  
Værnesgata 15  
7503 Stjørdal  
900 98 914  
vaernes@fsforb.no

#### FSF - Ørland

Leder Terje Halvorsen  
Vipeveien 13  
7130 Brekstad  
411 92 476  
oerland@fsforb.no

#### FSF - Øst Finnmark

Leder Lasse Haugom  
Vadsøgata 1, 01-01,  
9950 Vardø  
454 15 617  
oestfinnmark@fsforb.no

#### FSF - Øvre Romerike

Leder Harald Olav Blakseth  
Homlenveien 36  
2072 Dal  
416 99 745  
oeverromerike@fsforb.no

**Oppdatert:  
29.11.2023**



**Forsvarets seniorforbund**

Akershus festning, bygg 65, 3 etg.  
Postboks 1550, Sentrum, 0015 Oslo  
Tlf. 23 09 32 33  
Epost: post@fsforb.no  
www.fsforb.no

## BLI MEDLEM I FORSVARETS SENIORFORBUND

Navn: ..... Født: .....

Adresse: ..... Postnr.: ..... Sted: .....

Epost: ..... Mobilnr.: .....

Ønsket lokalavdeling: .....

.....  
*Signatur\**

*Vi anbefaler at samboer/ektefelle også søker medlemskap*

Navn: ..... Født: .....

Epost: ..... Mobilnr.: .....

.....  
*Signatur\**

*\* Ved min/vår signatur bekrefter jeg/vi at opplysningene er riktige. Jeg /vi samtykker til at de registreres i Forsvarets seniorforbunds medlemsregister (Se vår hjemmeside om Personvernerklæring)*

Som medlem er du tilsluttet forbundets sentralt med lokal tilhørighet i en avdeling.

Størst i staten  
Tett på forsvaret  
Kan pensjon

