

# telepensjonisten

Medlemsblad for Telepensjonistenes Landsforbund

Nr. 4/19 - 46. årgang



**Simon sier omsorgs-  
teknologi kan gi eldre  
en bedre hverdag**



**Heidi og Julie gir råd  
til god tannhelse**



**Aina søker dekning  
hos Kjell**





# Lederen har ordet

Tiden går fort, vi er i november igjen, og allerede er julepynt hengt opp i mange butikker alt, og her kom den første snøen i skrivende stund! (Men jeg vet jo at dere mange steder allerede har måkt snø i noen uker.)

Da forrige blad kom ut skrev jeg i lederen at vi i landsstyret var utålmodige etter å få avklart hvor mye vi skulle få i støtte fra Telenor Norge. Vi har endelig mottatt bekreftelse fra Peter Børre Furberg, leder for Telenor Norge, om at vi får støtte i 2020. Det blir kr 750.000. Jeg takket for dette, men sa også at jeg hadde håpet å få mere. De siste to årene har beløpet gått nedover. Som en konsekvens av dette har vi vært nødt til å senke budsjettet for neste år, og landsstyret vil redusere på enkelte områder. Det vil bli noe lavere overføring til lokalforeningene i 2020. Fremtiden vil vise om dette også vil gjelde flere kommende år. Jeg håper at lokalforeningene vil tilpasse aktiviteter, egenandeler for medlemmene slik at virksomhetene kan gå bra.

Som jeg også har fortalt tidligere, har vi fått et annet forhold til Telenor. De har

blitt «sponsorer» for oss. I vår søknad om støtte i år skrev vi at vi kunne bidra på noen områder. «Velferdsteknologi» har vært et grundig tema i et par numre av Telepensjonisten. Nå er dette helsetemaet i bladet igjen, denne gangen omtalt som «Omsorgsteknologi», skrevet av Simon Klakegg, som er utvikler i selskapet Tellu.

En interessant artikkel som viser at teknologi kan hjelpe mange av oss i hverdagen, på flere og flere felt, og når vi trenger det. Dette temaet kommer nok til å følge oss i årene fremover.

Vi har nå fått en invitasjon fra Furberg om å bistå Telenor i Kobberkabel-prosjektet, som mange av dere er kjent med. Det har gått over flere år, og Telenor har lagt over mange kunder fra kabel til mobilnettet. Jeg skriver litt om dette prosjektet i bladet denne gangen. Det er positivt at vi kan bidra for dem, det bør kunne legge et godt grunnlag for å få Good Will!

I september deltok vi i en SAKO-konferanse på Storefjell Hotel, sammen med de øvrige medlemsorganisasjonene. Pensjo-

nistforbundet har startet opp et stort arbeide med å lære opp foredragsholdere som skal reise omkring i Norge for å formidle en rekke temaer. Vi skal også kunne benytte noen av disse i lokalforeningene i Telepensjonistene.

Einar Nymoen har skrevet endel om hva som forøvrig skjedde der.

Når bladet kommer ut, har vi kommet til julemåneden igjen! Jeg ser frem til at alle får en fredelig og sosial jul, med familie og gode venner.

**Jeg ønsker deg og dine en riktig GOD JUL!**

Hilsen  
Tore Andli  
Forbundsleder



## INNHOOLD

Lederen har ordet	s. 2	Vefsn-pensjonistene møtes	s. 7
Sammensveiset gjennom seksti år	s. 3	Brev og rikstelefon	s. 8
Tannvern i eldre år	s. 4	Telenors kobberkabelprosjekt	s.10
Omsorgsteknologi	s. 5	Under Spanias sol	s.11
Den internasjonale eldredagen	s. 6	Besøk på Asker museum	s.12
Pensjonistforbundets høstkonferanse	s. 6	Mangfoldige Helgeland	s.13
Vellykket verving i Telemark	s. 7	Glåmdøler til Lillehammer	s.14
		Aktive sandefjordspensjonister	s.15
		Småstoff	s.16

Neste nummer av bladet kommer ut 19. mars. Tips og stoff sendes på e-post til [gunhi-s@frisurf.no](mailto:gunhi-s@frisurf.no) **innen 24. februar.**

**Forsidebilde:** Førlustemning ved Møllerstua. Foto: Gunhild Skoglund

Redaktøren forbeholder seg retten til redigering og nedkorting av innlegg.

Utgitt av Telepensjonistenes Landsforbund. Redaktør: Gunhild Skoglund. Ansvarlig redaktør: Tore Andli.

# Noen bedre?

## Sammensveiset gjennom seksti år

Kirsten Grøndahl/Bodil Nilsen Grøstad, Trondheim lokalområde

**19. oktober 1959 starta 21 spente jenter på Telegrafverkets telefonkurs i Trondheim. I oktober 2019 feira vi 60 års jubileum på Britannia hotell med ti av oss tilstede!**

På 1950-tallet og utover var Staten en trygg og sikker arbeidsplass. Lønn under opplæring var også veldig fristende. Det med tre års plikt tid var vi ikke særlig bekymra for. Da de fleste av oss kom utenbysfra ble det hybelliv, og med felles utgangspunkt ble vi en sammensveiset gjeng.

### Første møtet

Glemmer aldri det første møtet med rikstelefonen! Vi som kom fra landet ble lettere sjokkskadet.

Det var cirka 70 ekspedisjonsbord på rekke og rad. På travle dager kunne det være opptil 100 damer på jobb, og lydri-vået deretter! Uniformen var storforklær i ulike mønster og farger. Langbukser var ikke tillatt, da vi jobbet på et offentlig kontor, fikk vi beskjed om. Dialekten vår måtte vi legge igjen hjemme, for her skulle det snakkes «pent», må vite!

Heldigvis fikk alle hver sin «mamma» i den praktiske delen.

Etter fem måneders kurs med forskjellige

fag kom eksamen, og med den karakterer.

Timene i stemmebruk og pusteteknikk skulle vi tatt mer alvorlig. Vi hadde en litt spesiell lærerinne, det ble mye latter og lite læring! Flere av oss har etterhvert fått problemer med hørselen, og vi erfarer at god artikulering er et must for oss som hører dårlig.

### Ansiennitet

Da vi begynte å jobbe fikk vi «føle på kroppen» at ansienniteten var alfa og omega.

Den ble bestemmende for beordring, opprykk og mye annet.

Det er vel ingen i dag som tror dette er sant når jeg forteller at rekkefølgen for spisepauser, toalettbesøk og røykepauser gikk etter ansiennitet!

### Trofaste damer

Årene gikk, noen sluttet, andre flyttet tilbake til hjemstedet sitt og jobbet der. Men etter 25 år fant vi ut at de fleste fremdeles var trofaste mot «verket», og vi var mange som jobbet i Trondheim!

Vi feiret 25 år med fest på Royal Garden hotell. Vi hadde det så hyggelig at det ble bestemt at vi skulle møtes hvert femte år, og helst 19. oktober eller der omkring. Noe som ble fulgt opp til punkt og prikke!

40 års-jubileet måtte selvfølgelig

markeres. 16 damer møtte opp, og mange kom langveis fra. Det ble stor middag på Britannia hotell, men først møttes vi Telemuseet, som enda holdt til i kjelleren i Nordre gate. Latteren satt løst, og vi hadde det koselig! Nytt vedtak igjen, heretter skulle vi ha samling hvert år, og selvfølgelig i oktober!

Da feiring av 50 år kom på trappene, slo vi skikkelig på stortromma! Ti damer reiste på utenlandstur, riktignok ikke så langt, men likevel. Vi tok toget til Østersund og lå over på hotell! Det ble en riktig hyggelig tur, vi møtte også en tidligere kollega som hadde «gjort svenske av seg»!

### Viktigere en noensinne

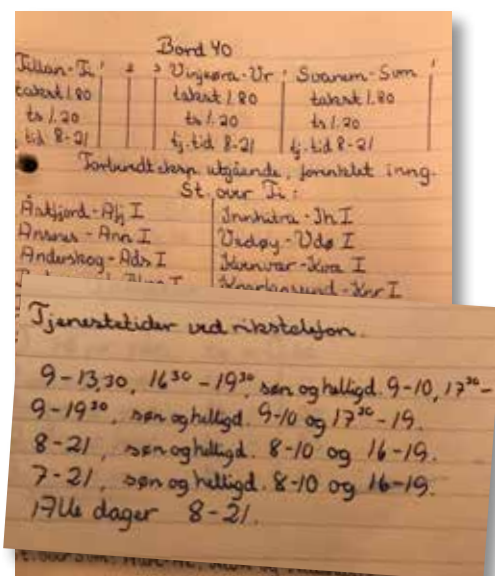
Etter at vi ble pensjonister, er disse møtene våre blitt mer og mer viktig. Det blir mye artig mimring, og vi er alle enige om at vi har vært med på en fantastisk reise innen telekommunikasjon.

Til slutt tilbake til 60 års jubileet som ble feiret i stor stil. Ti damer møtte opp på nyoppusset Britannia hotell, spiste nydelig lunsj i Palmehaven, som heldigvis var fint bevart og godt gjenkjennelig.

Jeg sier som Prøysen «hvis ingen går i fella, men passer seg for den» så skal vi alle sammen møtes om et år igjen!



Seksti år har gått siden denne gjengen møttes på telefonkurs i Trondheim. Bakerst fra v.: Dagny Ross, Inger Vik, Kirsten Grøndahl, Bodil Nilsen Grøstad, Ingrid Meisingset. Midterste rekke: Unni Schawland, Marit Dahlen, Jorun Lundemo. Foran fra v.: Oddrun Schröder og Brit Inger Øfsti.



# Tannvern i eldre år

Trondheim lokalforening har hatt besøk av tannpleierne Heidi Kjeldsen og Julie Hess som fortalte om hvor viktig tannhelsen er for eldre mennesker. Sammen med tannpleier Turid Forvemo har de tatt oppfordringen om et innlegg i bladet vårt. Klinikken er offentlige, og pleierne er ansatt av Trøndelag fylkeskommune. Tannhelse ble også omtalt i Telepensjonisten nr. 3/17.

Stadig flere eldre beholder sine egne tenner livet ut. Nyere undersøkelser viser at flertallet av alle over 65 år har egne tenner.

Å ha egne tenner har ikke alltid vært en selvfølge, men nå vet vi mer om tannsykdommer enn tidligere, og det gjør det mulig å forebygge skader i tenner og tannkjøttet slik at det ikke oppstår sykdom i samme grad som tidligere.

Å ha en sunn munn dreier seg om mye mer enn å ha et pent smil. Sykdommer og tilstander i munnen kan påvirke en lang rekke helseproblemer – og omvendt. For eksempel kan bakterier fra munnen spres via blodbanene og øke risikoen for blodpropp, hjerteinfarkt, lungebetennelse m.m.

Tannhelsen har stor betydning for selvtilliten din. Tanntap og dårlig munnhygiene er ofte en stor psykisk belastning og kan påvirke ditt sosiale liv negativt.

Medisiner og enkelte sykdommer kan føre til munntørrehet. Apoteket har oversikt over hjelpemidler som kan være til hjelp hvis man lider av munntørrehet.

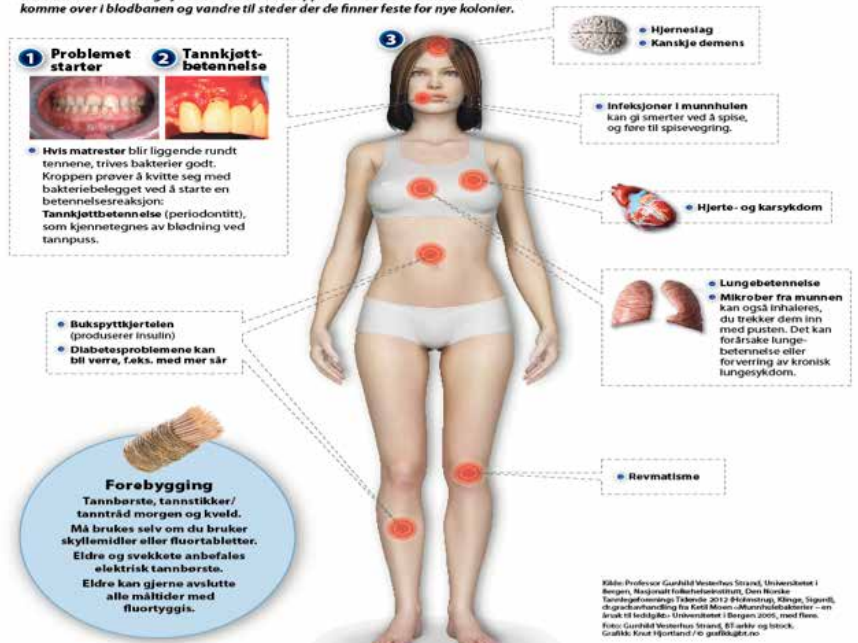


Heidi Kjeldsen (til v.) og Julie O.S. Hess fra Risvollan tannklinikk. Turid Forvemo fra Ranheim tannklinikk hjalp til med forberedelsene til presentasjonen for telepensjonistene, men kunne dessverre ikke være med på foredraget.

Foto: Jan Ross

## Munnbakterier på vandring

Hvis tannhelsen er dårlig, kan mennesker med nedsatt immunforsvar være utsatt for alvorlig sykdom i resten av kroppen. Bakterier fra munnhulen kan komme over i blodbanen og vandre til steder der de finner feste for nye kolonier.



Bildet er lånt fra google.no

## Fem råd til god tannhelse

1. Tannpuss morgen og kveld – på alle tannenes flater. Bruk tanntråd, tannstikker eller mellomromsbørster der tennene står tett. Kjøp gjerne elektrisk tannbørste (gamle tenner trenger også omsorg).
2. Fluor forsterker og reparerer tannemaljen. Fluortannkrem på tannbørsten - hver gang. Ikke skyl eller drikk rett etter tannpuss, da virker fluoren lenger. Skyllevæske eller tabletter - for den som trenger litt ekstra.
3. Sunn mat til faste tider – godt for kropp og tenner. Ikke søtt støtt.
4. Vann som tørstedrikk til hverdags og til fest – både natt og dag. Beste tørstedrikk – unngå saft i drikke muggen.
5. Regelmessig tannhelsekontroll – god hjelp til selvhjelp.

## De eldre sine rettigheter

- Ved opphold på lengre enn 3 måneder får alle sykehjemspasienter gratis tannbehandling.
- Ved opphold på sykehjem som er kortere enn 3 måneder tilbys kun akutthjelp.
- Hjemmeboende med hjemmesykepleie (ikke hjemmehjelp) minst 1 gang per uke i lengre tid enn 3 måneder får gratis tannbehandling.
- Friske hjemmeboende eldre kan ha rettigheter etter helfo takster (tannlegene er oppdaterte og kan svare deg på hvilke rettigheter eller stønader du kan ha krav på).
- Dersom man er hjemmeboende og frisk, men bruker medisiner, og dette påvirker tannhelsen, så kan man ha rett til refusjon fra helfo. Det er ingen regel for at visse medisiner gir rett til refusjon mens andre ikke gir det. Det er tannlegen som må gjøre en undersøkelse og avgjøre om medisiner påvirker tannhelsen i en negativ retning. Hvis det blir påvist en sammenheng mellom medisinbruk og f.eks. hull i tenner, så kan man få refusjon fra helfo.

# Omsorgsteknologi

**Det er ingen tvil om at omsorgsteknologi vil bli helt sentralt for å opprettholde kvalitet og bærekraft i norsk helsevesen i møte med eldrebølgen med stadig færre arbeidende i forhold til antall eldre i befolkningen. Teknologi kan bidra for å oppnå en mer aktiv hverdag, bedre, mer effektiv og billigere pleie.**

**Simon Klakegg, Utvikler, Tellu IoT**

Mange Norske kommuner har gjennom forskning- og innovasjonsprosjekter prøvd ut flere former av fremtidens omsorgsteknologi. Blant annet gjennom smarte medisindispensere, ruteplanlegging for hjemmehjelp, medisinsk avstandsoppfølging, trygghetsalarm, falldeteksjon med automatisk alarmering, GPS sporing og elektroniske låser. Medisinsk avstandsoppfølging og digitalisert tilsyn forventes å ha et ekstra stort potensial.

## Oppfølging av lege

For eksempel har vi i Tellu IoT utviklet fremtidens system for å følge opp kols og diabetes pasienter som i hovedsak bor hjemme. Pasientene kan da enkelt gjøre målinger fra hjemmet sitt, og få god oppfølging av legen som kan vurdere målingene via vårt system. I tillegg leverer vi en tjeneste som kombinerer fall alarmer med kamera for å automatisk bestemme om en bruker trenger hjelp, og eventuelt informere pleiegivere. Dette er relevant både for brukere som bor hjemme og på institusjon. Det er økende etterspørsel etter disse tjenestene, og tilbakemeldingene er gode både i forhold til pasienter som får en enklere hverdag og fra helse-tjenesten i forhold til effektivisering og gevinstrealisering.

## Pasientens livskvalitet prioriteres

Flere kommuner tar nå steget fra pilot-prosjektene, til å investere i omsorgsteknologi og medisinsk avstandsoppfølging for en mer langsiktig satsing. Dette blir og fremhevet i sykehustalen til Bernt Høie. Det er ikke bare en teknologi som må til, men et skifte i arbeidskulturen til pleierne som skal bruke den daglig. De trenger



kontinuerlig trening og oppfølging for at vi skal oppnå den ønskende effekten. Samtidig skal behovene og livskvaliteten til pasienten ha høyeste prioritet.

## Bedre sikkerhet hjemme

Tidlig i diskusjonen og utprøving av omsorgsteknologi var det flere som uttrykte seg skeptisk og definerte den som kalde hender. Men teknologi skal ikke bare fordele medisin og monitorere pasienten. Den skal også ivareta det sosiale aspektet, eksempelvis basert på løsninger for sosiale nettverk slik at man kan dele bilder og ha dialog med familie og venner på en enkel og individuelt tilpasset måte. Teknologien skal ikke erstatte besøk av hjemmepleien og deres bidrag til å gjøre både humøret og helsen bedre. Det ble understreket ved Høgskulen på Vestlandet sin årlige omsorgsteknologi konferanse, der det slås fast at fremtidens helsevesen ikke er definert av roboter som kaster ut piller og ved ensomme brukere som kun kommuniserer med omverdenen gjennom et dataprogram. Omsorgsteknologi vil kunne gi de eldre større selvstendighet og mer sikkerhet ved å bo hjemme, og de vil kunne få den nødvendige hjelpen de trenger, uten at de blir forstyrret når de ikke ønsker det. Det vil også kunne frigjøre ressurser slik at helsearbeidere får mer tid for oppgaver som er relatert til «varme hender».

*Simon Klakegg skriver at omsorgsteknologi kan gi eldre større selvstendighet og mer sikkerhet ved å bo hjemme samtidig som helsearbeiderne får mer tid til oppgaver relatert til «varme hender».*

## TELLU-IOT AS

Tellu-IoT AS utvikler og drifter egen skybaserte IoT-plattform, TelluCloud. Tjenesten samler, behandler og reagerer på data fra et stort antall forskjellige typer sensorer. Våre kunder er bedrifter som leverer hele eller deler av sine løsninger på vår plattform. Vi fokuserer i dag på løsninger innen helse og omsorg, og personellsikkerhet. Vi jobber med kunder både nasjonalt og internasjonalt og har et sterkt fagmiljø med tette forbindelser til nasjonale og internasjonale forskningsmiljøer.

*Kilde: Facebook*



# Den internasjonale eldredagen

I flere år på rad har telepensjonistene i Kristiansund både deltatt og vært med på å arrangere den internasjonale eldredagen 1. oktober. Så også i år.

## Åse Juul Hansen, Kristiansund lokalområde

Fire personer fra styret samt elderråd og mange andre telepensjonister deltok. Arrangementet varte i tre timer fra klokken fem på ettermiddagen.

Som vanlig et vellykket arrangement i Folkets hus med cirka 150 frammøtte. Dette var arrangert av Pensjonistforeningene på vegne av elderrådet i Kristiansund.

## Mange flotte talere

Varaordføreren hilste på vegne av Kristiansund kommune.

Det ble orientert om gratis datakurs for seniorer i regi av NAV og Pensjonistforeningen.

Hovedtaler var Professor Bjarne Jensen. Han snakket om overdrivelsen med kostnadsøkningen med en større andel eldre i befolkningen.

- Når Norge i 2060 når «eldretoppen» vil vi ha lik stor prosentvis andel som Sverige har i dag, sa Jensen.

Han snakket om helseforetaksmodellen og den ulykke den har vært for Kristiansund. Jensen mente også at det foreslåtte fellepsykehuset for Nordmøre og Romsdal ikke er økonomisk bærekraftig.

Helseinnovasjonssenteret presenterte teamet sitt.

Deretter ble det servert en varmrett, samt kaffe og kaker.

Pensjonistene koset seg til musikk og sang fra sekstallet av Tony Johnsen, Geir Sakshaug og Svein Raaket.

Arve Sørdaahl og Svein Høgseth sto for underholdningen med sketsjer og vitser til stor latter og applaus.

Kvelden ble avsluttet med loddtrekning.

## VISSTE DU AT

1. oktober er FNs eldredag. I år var temaet for dagen knyttet til FNs bærekraftsmål nummer 10 som handler om å redusere ulikhet mellom land. Målene var blant annet å sette søkelyset på den eksisterende ulikheten i alderdommen, og se hvordan dette er resultat av ulike forhold og ulemper tidligere i livet.

Undertemaer for dagen ble fokusert på:

- Omsorgssektoren som et bidrag til agendaen om anstendig arbeid
- Livslang læring og tilpasset arbeidsliv
- Universell helsedekning
- Sosiale forhold

Kilde: Landsforbundet for offentlige pensjonister (LOP)



Telepensjonist Wenche Morch Olsen (foran) deltok i arrangementskomiteén.

Foto: Trond Hasselø, Tidens Krav.

# Pensjonistforbundets høstkonferanse

**Pensjonistforbundet avholdt sin høstkonferanse 10.-13. september i år. SAKO-foreningene var som vanlig invitert, og fra Telepensjonistenes Landsforbund deltok forbundsleder Tore Andli, forbundskasser Finn-Egil Elster og undertegnede.**

Einar Nymoen, nestleder TPL

Konferansen var lagt opp som en oppdatering av instruktører/veiledere for lokale kurs som kjøres av Pensjonistforbundet. Selv om dette gjorde konferansen litt mindre relevant for oss, var det flere interessante foredrag og innlegg, blant annet en gjennomgang av kursmaterieell som Pensjonistforbundet er i ferd med å utarbeide om informasjonssikkerhet.

Interessant var også resultatet fra en ny undersøkelse om nordmenns holdninger til eldre, hvor mer enn halvparten av de spurte mente at det er for få alderspensjonister med i samfunnsdebatten. Eldre over 67 år er underrepresentert i kommunestyre og fylkesting, og det er dessverre ingenting som tyder på at dette vil endre seg vesentlig etter høstens valg ifølge forbundsleder Jan Davidsen i Pensjonistforbundet.

# Vellykket verving i Telemark

**Styret utfordret seg sjøl til å skaffe nye medlemmer. Så langt har tiltaket vært svært positivt.**

**Torill Hantho, Telemark lokalforening**

Telepensjonistene i Telemark har arbeidet med en godt planlagt medlemsverving. Det har resultert i flere nye medlemmer, og lokalforeningen kan nå skilte med hundre fornøyde telepensjonister.

Vi som sitter foreningens styre ga hverandre en utfordring på et tidligere styremøte. Vår leder kom med liste over tidligere ansatte, og så tok hver enkelt ansvar for å kontakte fem-seks personer. Hittil har vi fått

ti nye medlemmer – og vervekampanjen er ikke slutt.

I løpet av året har vi arrangert to dagsturer, begge med god oppslutning.

Årets første tur gikk i mai med buss til Hvalerøyene. 27 telepensjonister deltok.

I slutten av august dro 34 telepensjonister til Villa Lunde med buss mens hjemturen ble lagt til Telemarkskanalen med Victoria.



Fornøyde telepensjonister ombord i Victoria.

Foto: Ove Sunde



Her ser vi fornøyde telepensjonister på møtet i oktober. Fra v.: Gunvald Langvand, Roger Olssen, Oddmund Moss, Helge Haugberg, Magnar Larsen, Eilif Dagsvik, Unni Langvand, Magnhild Vikhammer, Bjørg Pedersen, Ellen Forsmo, Reidun Larsen, Bjørg Moss, Ellen Haugberg og Fritz Myrvold.

Foto: May Dagsvik

## Vefsn-pensjonistene møtes på Kulturverkstedet

**Visste du at Helgeland har fire byer? Her er de: Mo i Rana, Sandnessjøen, Mosjøen og Brønnøysund.**

**Oddvar Ulvang, Helgeland lokalforening**

Det er jo hele fire byer her på Helgeland, men i tillegg til Alstahaug/Sandnessjøen, der styret sitter, er det bare i Mosjøen at Helgeland lokalforening har noen medlemmer som er med i foreningen.

Man forbinder gjerne Helgeland lokalforening med Alstahaug kommune og Sandnessjøen, men lokalforeningen har også en stor gruppe i Vefsn-området. Den andre tirsdagen hver måned møtes de presis klokken halv tolv til en kopp kaffe på Kulturverkstedet i Mosjøen. Det kommer da jevnt over 10-15 medlemmer til et sosialt samvær, der man forteller historier og har det trivelig.

Gruppen ser nå fram til julebord på Milano restaurant den 10. desember.

### DETTE ER SAKO

#### **SAKO står for SamarbeidsKomiteen for pensjonister.**

Det ble lite tid til å diskutere arbeidet innen SAKO-samarbeidet. Vi fikk imidlertid med oss et løfte om et møte innen SAKO i et litt mindre format. Dette blir et møte som holdes 21. november 2019, hvor lederne i pensjonistorganisasjonene er innkalt. Temaer på dette møtet blir revisjon av SAKO-avtalen og krav til statsbudsjettet for 2021.

SAKO-avtalen er en samarbeidsavtale som har til formål å styrke og utvikle samarbeidet mellom offentlige pensjonistorganisasjoner, andre landsdekkende pensjonistorganisasjoner og Pensjonistforbundet til felles beste for medlemmene og alle landets pensjonister.

Avtalen er inngått mellom Pensjonistforbundet og Fagforbundet, Telepensjonistenes landsforbund, Jernbanepensjonistenes forbund, Politiets Pensjonistforbund, kontaktutvalget LO-stat, Postens Pensjonistforbund og Statens vegvesens Pensjonistforbund.

# Brev og rikstelefon da jeg var nesten fem

**- Hvem har ødelagt og rabla på alle brevarka mine? Dette var ofte starten da pappa satte seg ned for å skrive brev til bestemor og bestefar i Bergen. Jeg, som da bare var nesten fem, fikk sikkert hele skylda for å ha brukt opp og rabla på alle brevarka, selv om jeg bare hadde tegna på dem.**

Willy Eide, Tønsberg lokalforening

Pappa, som var fra Bergen, var veldig flink til å skrive brev til bestemor og bestefar, og jeg har nok senere forstått at han savnet byen og den rare måten de snakka på.

## Bisetninger

Pappa var veldig nøye med det han skrev, og kladda derfor alltid breva før de ble diskutert med mamma. Det var forresten mamma som oppfant det som ble putta inn mellom kommaene i de setningene som pappa hadde skrevet. Jeg var ganske stolt av mamma som oppfant det som senere ble kalt innskutte bisetninger.

Da diskusjonen om innholdet og plassering av alle kommaene var ferdig, tok pappa frem blekk, trekkpapir, penneskaft og pennesplitt for å skrive brevet med den kjempeflotte håndskriften sin. Håndskriften var så rund og fin at jeg var helt sikker på at han brukte denne hemmelige røverskriften bare for at ingen andre enn bestemor og bestefar skulle kunne lese breva.

## Luftpost

Jeg har bare gode minner til de kveldene pappa og mamma skrev brev til Bergen, bortsett fra en kveld da pappa skulle skrive brev til en sjømann, som sikkert var helt på den andre siden av globusen.

Slike brev måtte fraktes med fly, og da måtte brevene være superlette. De måtte være så lette at både brevarka og konvolutten var laget av luft, og derfor ble kalt luftpost.

Selv om jeg fortsatt bare var nesten fem, var det ikke vanskelig å forstå at det var veldig irriterende og ekkelt å skrive med penn og blekk på slike luftpapir.

## Det vonde limet

Det var veldig forbudt å skrive adressen på konvolutten med røverskrift, fordi ikke alle postmennene kunne lese alle røverskriftene i verden. Adressen måtte derfor skrives med store barnebokstaver.

Dersom det hadde hendt noe veldig spesielt, kunne det hende at vi hadde et lite bilde som ble lagt inni konvolutten sammen med brevet. Bildene var helt svarte og hvite fordi fargebildene ikke var helt oppfunnet. Vi trengte heller ikke fargebilder, fordi det nesten ikke var farge på noe ting den gang, i hvert fall ikke om vinteren.

Jeg husker at pappa tok ut og la inn både brev og bilde i konvolutten mange, mange ganger, helt sikkert fordi han gruet seg veldig for å slikke på det vonde konvoluttlimet.

Da konvolutten var slikket og limt var det tid for å slikke på frimerkelimet som smakte nesten like ille.

Det var vi ungene som fikk lov til å forvandle et helt vanlig brev til et flott julebrev ved å klistre på julemerkene med nisse på.

Like flink som pappa var til å skrive brev, var bestefar flink til å svare på brev. Det

var alltid stor jubel opp i taket da det kom brev fra Bergen. Da bestefar også hadde en veldig pen røverskrift, måtte pappa lese opp de tingene som også vi kunne høre.

## Rikstelefon

Etter hvert ble brevskrivning erstattet av at vi ringte med telefon. Det var ikke en vanlig telefon, men noe helt spesielt som het rikstelefon.

Selv om telefonen ble oppfunnet for lenge, lenge siden, var det ikke vanlig for vanlige folk å ringe til vanlige folk da jeg var nesten fem.

Fru Andersen bodde og jobbet på telefonsentralen på Ås. Fru Andersen var sikkert verdens flinkeste dame, for alle sa at fru Andersen visste alt om alle og alt mellom himmel og jord, og det var sikkert kjempe mye.

Syntes egentlig veldig synd på fru Andersen som ikke fikk lov til å snakke med noen om noe, fordi hun hadde en sykdom som het taushetsplikt, og den sykdommen kunne hun aldri bli kvitt.

## Smittsom

Det verste var at hun hadde arvet sykdommen av moren sin som også jobbet på telefonsentralen. Dersom fru Andersen sa noe til noen kunne det spre seg veldig fort til alle som bodde på Ås, fordi sykdommen var veldig smittsom. Vi gikk derfor aldri julebukk til fru Andersen fordi vi ikke ville bli smittet av den fryktelige taushetsgikt sykdommen hennes. Noen mente faktisk at dersom fru Andersen sa noe til noen kunne det spre seg som ild i tørt gress, og det visste vi som hadde vært med på halmbrenning, at var veldig farlig. Det var sikkert derfor vi hadde en liten brannstasjon ved siden av telefonsentralen på Ås. Heldigvis brant det ikke ofte i tørt gress på Ås.

Kan godt huske fru Andersen, som satt







Foto: Norsk Teknisk Museum

ved sentralbordet, eller det jeg mente var et piano, og at hun hadde store øreklokker på hode for ikke å høre hva folk snakket om i telefonen.

### Hadde ikke telefon

Spesielt ved høgtider, som julen, var det viktig for oss i familien å høre den hyggelige og flotte Bergensdialekten fra bestemor og bestefar.

Helt enkelt var det ikke å ringe til bestemor og bestefar den gangen, fordi ingen av oss hadde telefon. Dagen før vi skulle ringe måtte mamma snakke med fru Andersen slik at hun kunne ringe til Frøyland, naboen til bestemor og bestefar i Kirkebakken, for å avtale en tid for når bestemor og bestefar måtte være klare ved rikstelefonen i nabohuset. Denne måten å ringe på ble kalt «tilsigelse» og kostet en del ekstra.

Kan huske at jeg tenkte at nabo Frøyland helt sikkert var en riking, som hadde både telefon og rikstelefon i huset sitt og alltid gikk i dress. Jeg hørte de voksne snakket om at han hadde en veldig høy stilling på skipsverftet, og tenkte derfor at han var kranfører fordi det var den høyeste jobben jeg visste.

### Telefonboks

Mamma, pappa, storebror, lillesøster og jeg måtte være på telefonsentralen i god tid slik at vi var klare i den lille gulmalte telefonboksen, ved siden av pianoet til fru Andersen, når den store rikstelefonen på veggen begynte å ringe.

For at telefonboksen skulle være helt lydtett var det boret tusen millioner trillioner hull i veggene. Dette var for å lure

lyden inn i disse hullene slik at lyden ikke fant veien ut til alle de andre som satt rett utenfor telefonboksen og venta på tur for å snakke i rikstelefonen.

Søstera mi og jeg ble løftet opp på den hylla som var beregnet for telefonkatalogen. Pappa og mamma måtte bøye seg litt ned slik at også broren min skulle høre. Kan huske at det ble veldig, veldig trangt og varmt i den lille telefonboksen. Det var så trangt at det ikke var plass til telefonkatalogen, så den måtte vi ta ut av telefonboksen mens vi snakket i rikstelefonen.

Husker godt den flotte katalogen som helt sikkert inneholdt navnet på alle i hele verden som hadde telefon.

### Perioder

Vi hadde bestilt tre av noe som het perioder, det vil si at vi kunne snakke hele tiden i til sammen ni minutter. Så helt plutselig ringte det i rikstelefonen, og vi kunne begynne å snakke og høre. For at ikke all lyden skulle gå rett inn og bli borte i hodet til pappa, holdt han telefonrøret litt på skrå, slik at vi andre også kunne høre. Vi måtte snakke veldig høyt for å være helt sikre på at lyden skulle komme gjennom den lange ledningen fra Ås og helt frem til Bergen.

Jeg husket godt at det var så langt til Bergen at toget brukte en dag og nesten en natt for å komme helt frem. Jeg syntes derfor det var veldig rart at den lyden vi snakket inn på Ås kom bort til Bergen så fort som null komma null. Like rart var det også at det vi sa ikke kolliderte med det bestemor og bestefar sa i den andre enden, for alt snakket gikk jo på den

samme kjempelange ledningen.

Den enkle forklaringen fra en voksen var at lyden gikk på strøm. Han som sa dette måtte være en tøysebukk som ikke visste at toget også gikk på strøm.

Kan ikke huske hva vi snakket om i rikstelefonen, men bare at vi måtte snakke og hyle hele tiden i alle tre periodene.

Da det bare var ett minutt igjen kom fru Andersen inn på samtalen og fortalte at tiden snart var ute. Da måtte vi alle skynde oss å rope «ha det bra», «hils alle», «god jul» om og om igjen hele tiden frem til samtalen ble brutt da fru Andersen dro ut bergenspluggen fra pianoet sitt. Etterpå skulle fru Andersen ha en papirpenge som betaling for at hun hadde koplet oss til de lange ledningene som gikk helt fra den gule boksen, gjennom pianoet, og helt bort til huset til Frøyland i Kirkebakken i Bergen.

Hele resten av kvelden, og mange dager og uker etter, kunne vi snakke om hva vi hadde snakket om og hva vi hadde hørt i løpet av de ni hektiske minuttene i rikstelefonboksen hos fru Andersen.



# Telenors kobberkabelprosjekt

**Telenor har de siste årene innsett at kobberkabler ikke lenger er tilstrekkelig i vår tid. De gjennomfører nå et prosjekt for avvikling av fasttelefoner og bredbånd på kabler. Nå blir de overført til fiber og mobilnettet. Men enkelte steder i det langstrakte landet vårt er mobildekningen usikker.**

## **Tore Andli, forbundsleder**

Siden vi i Telepensjonistene også er spredt utover i landet, har vi blitt invitert til å besøke kunder som bor i områder der det er vanskelig for Telenor å klarlegge dekningen. De er derfor usikre på hva som kan leveres og søker bistand fra tidligere medarbeidere til å besøke kunder for å avklare dekningsforholdene.

## **Telepensjonistene stiller opp**

Vi har sendt invitasjon til dere som er medlemmer, og det er 38 engasjerte personer som har meldt sin interesse. Det er lovende, og prosjektet jobber nå med å forberede underlag og informasjon som skal legges til grunn for arbeidet! Morsomt at vi kan gi sponsoren vår noe tilbake.

## **Personlig erfaring**

Prosjektet sentralt jobber med å fordele sine kunder etter hvilke adresser de har i forhold til adressene medlemmene våre reiser ut fra.

Mange av kundene ligger avsides til, og vår Aina Holen fra Glåmdal er en av dem som meldte seg på prosjektet. Sammen med sin tidligere kollega Tove Udnæseth besøker hun berørte kunder.

Aina har samtidig blitt valgt ut til å være en pilot for å få personlige erfaringer som kan formidles til andre som skal delta. Det kan bli en samtaleguide og tips-liste til hvilke spørsmål som dukker opp hos kunder, og dermed gjøre det enklere å gjennomføre oppdragene.

Kartleggingen skal gjennomføres før årsskiftet! Lykke til, alle sammen!

*Denne gjengen med nysgjerrige kalkuner, ei høne og en angrepsvillig hane møtte Aina og Tove hos en kunde.*



*- Det var moro å være ute på tur, på totalt ukjent vei i dobbel forstand! Vær og føreforhold var ikke helt på vår side. Men det gikk bra til tross for snøvær og slaps på smale grusveier langt til skogs, sier Aina. Her fra besøket hos kunde Kjell Haget på Tobøl i Eidskog kommune hvor hun målte mobildekningen med appen hun har på mobilen sin.*



# Under Spanias sol

**Mange foreninger har vært på tur i år, og noen har reist litt lenger enn andre. Helgelendingene pakket like godt feriekofferten og dro til sydlige breddegrader.**

## **Ingvard Johansen, Helgeland lokalforening**

7. september startet bussen i Sandnessjøen med masse glade helgelendinger om bord. På turen til Værnes plukket vi opp flere, og til slutt var vi 28 telepensjonister, ti venner fra tidligere reiser og reiselederen Anne-Kari Ottem fra Vega Reiser.

### **Malaga**

Underveis spiste vi god middag på Snåskroa. På Værnes fikk vi god tid til å sjekke inn og handle på taxfree for flyet var utsatt flere ganger. Fint flyvær med måneskinn. Vi landet i Malaga rundt midnatt, dermed bar det rett til sengs etter innsjekking på Fuengirola Park Hotel.

Etter en deilig frokost i en flott spisesal møttes vi ved bassengkanten til orientering og brukte resten av dagen til å bli kjent med hotell og strandområde. Været var strålende, som en fin sommerdag hjemme, men litt for mye bølger til at vi våget oss uti havet. Mange fine spise-plasser langs stranden med spennende matretter og billig drikke. Godt øl til 1 Euro er nesten utrolig.

### **Spennende turer**

Det var flere interessante utflukter med

buss. Først til Gibraltar. Det ble ingen tur opp i fjellet fordi det var glemt å bestille småbuss. Men vi fikk kjørt toetasjes buss i trange gater, og vi koste oss med noe godt i en uterestaurant. Og vi så fjellet, flyplassen som krysset gata vår og mange fine steder langs veien.

Neste tur var nordover til Nerja hvor vi kunne nyte utsikten fra Europabalkongen og vandre i gamlebyen. Så bar det videre til Motril hvor vi fikk lunsj fra den største paellapanne jeg har sett, og selvfølgelig masse god vin.

Deretter besøkte vi en romprodusent, Ron Montero, og fikk et grundig foredrag i hvordan man lager denne. Prøvesmaking var det også, så stemningen i bussen var høy på hjemturen.

Siste utflukt var til Ronda som ligger på en fjellformasjon. Mot vest var det 140 meter loddrett ned til flate marker og gårder. Og over ei 120 meter dyp kløft var det bygget ei imponerende steinbru for flere hundre år siden. Her var landets eldste tyrefekterarena. Klassiske gitarister spilte vakker musikk. Lunsjen vi fikk tar nesten hele kaka. Usikker på om det var fem eller seks retter, men det var en strøm av brød, suppe, fisk, kjøtt og desserter

med vin til alt. Det mest imponerende var fisken, skikkelige tykke filéter av torsk, kanskje fra Lofoten.

Etter alt dette skulle vi på vinsmaking. Det ble nesten i overkant. Vi smakte på mye godt og hadde vond samvittighet for å slå ut resten i gulvsluken. Denne kvelden ble det nesten bare plass til dessert på hotellet.

### **Drømmetemperatur**

Nest siste dagen bodde mange av oss på stranden. Været var perfekt, men vi hørte om uvær og flom litt lenger nord. Temperaturen i sjøen var som en nordlending bare drømmer om, og sanden var herlig myk og god.

Vi kunne godt blitt noen dager til. Men grytidlig neste morgen var det buss til Malaga og fly mot nord. Da fikk vi kjenne på uværet som hadde herjet. Det ristet bra i nesten en time før det roet seg over Nordsjøen.

Vi sitter med mange gode minner om ei innholdsrik uke i Spanias sol og varme sammen med venner og kolleger.



Sommer og sol for frose helgelendinger. Gibraltar i bakgrunnen.



Kong Alfonso XII og forfatteren på Europabalkongen.



Smak av edle dråper.



I Ronda ble denne imponerende steinbrua bygget for flere hundre år siden. Da kunne folk komme seg over den 120 meter djupe kløfta.



*Som en fin avslutning på turen svingte vår hyggelige sjåfør Geir oppom Tillas vakre barndomshjem Lækken i Tønsberg.*

## Besøk på Asker museum

**Telepensjonister i det ganske land har vært på farten i høst, her er et lite reisebrev fra Inger Heldal Andersson i Tønsberg lokalforening.**

Ti forventningsfulle telepensjonister dro til Asker museum i september. Her skulle vi få omvisning både i Tilla og Otto Valstads hjem og Hulda og Arne Garborgs hjem, Labråten. Stedet ble også kalt Kunstnerdalen, da det var flere kjente kunstnere på denne tid som holdt til her.

På bussen ble det fortalt at ifølge en artikkel i Tønsberg Blad ble den rike oveklasssepiken «forelska i lærær`n». Otto Valstad var nemlig lærer på Tønsberg høyere almenskole hvor Tilla gikk. Romansen endte med ekteskap og de bodde i Ottos barndomshjem på Valstad i Asker. Tilla underviste på Vaterland skole, Kristianas fattigste strøk.

Museet var en fantastisk flott gård med smie, vognskjul, dyr og ikke minst huset

hvor de bodde. Otto ble etterhvert en anerkjent tegner og maler, og det var et eget bygg hvor hans kunst var utstilt. Selve hjemmet deres var også utrolig vakkert og godt bevart. Tilla hadde sågar med seg en vakker utgangsdør fra Tønsberg og noen andre møbler.

Hulda og Arne Garborgs hjem var også morsomt å besøke. Farger på værelsene var tilbake til det originale, og en fantas-

tisk restaurering var utført med et meget vellykket resultat. Besøket endte med en lunsj, Hulda sodd og Labråten kake.

Etterpå ruslet vi rundt i den meget velholdte hagen, med mange utrolig vakre planter og blomster. Her var det et amfi, hvor det blant annet ble holdt konserter og skuespill. Mange vakre skulpturer av Anne Grimdalen var vakkert plassert i denne flotte barokkhaven.

### Feil bildetekst i forrige nummer av Telepensjonisten

Innlegget om Soroptimistene fikk dessverre feil tekst til damen på sykkelen Motiview. Hun heter Kirsten Myklebust, og bor ikke på sykehjemmet. Hun er både soroptimist og telepensjonist, og på bildet demonstrerer hun den nye sykkelen for beboerne på sykehjemmet. Redaktøren beklager feilen.



# Mangfoldige Helgeland

**Mens helgelendingene dro til Spania dro andre nordlendinger på en tredagers høsttur til Helgeland. En strålende tur i godt selskap, et vellykket møte med vakre og mangfoldige Helgeland, er rapporten etter turen.**

**Gerd Blomstrand Kristensen, Bodø/Salten lokalforening**

Vi har gjennom en årrekke reist på tur to ganger i året. Om våren drar vi til utlandet, og om høsten legger vi turen innen Nordland fylke. Uansett tur, opplever vi meget god påmelding med omlag 40 medlemmer og gjester på hver tur. Vårens tur gikk til Albania, et helt ferskt ferieland, og høstturen gikk i år til vakre og mangfoldige Helgeland.

## Fjell og fjord

Selv om det regnet ble turen en opplevelse. Vi besøkte Torolvstein høvdingsete på Sandnes, en meget interessant nyvinning i Helgelandskulturen. Guiden kunne sin historie, og gården var praktfull, de hadde investert 12 millioner i bygget! Virkelig verd et besøk for oss historieinteresserte.

Olav hadde tatt med seg eventyret om fjellene fra Lofoten til Helgeland, og selv

om De sju søstre var meget blyge under vår tur, så ble det en spennende historie om knivingen om de flotte helgelandsjentene.

I strålende sol og sommervarme tok vi ferjen over til Herøy hvor vi ble møtt av en kunnskapsrik guide. Butikken Etcetera er en av Norges mest spektakulære blomsterbutikker. De kan skilte med norgesmester i blomsterbinding i 2002 og 2014. Tommy Eide har bygd opp en fantastisk butikk, som inneholder alt av blomster, sjokolade, interiør og glass. Her handlet vi godsaker og pyntegjenstander, og hadde et virkelig fint stopp.

## Dønnes

Dønnes kirke er fra middelalderen, bygd i stein, og med særegen arkitektur og vel bevart utsmykking. I kirken finnes det eldste og best bevarte mausoleum i Norge. I

sin tid fantes det ikke balsam for balsamering av de døde, men de brukte salt. Under restaurering av kirken på 1970-tallet, åpnet de noen av kistene. De ble overrasket over mumifisering og holdbarheten.

Dønnesgodset kunne by på kaffe og lefse og gårdsbutikk med handarbeid og gode gardsprodukter. På Dønnesfjellet, vegen opp var i sin tid laget av tyskerne, fikk vi se en del av Helgelandskysten, med øyer, holmer og skjær. Et vakkert skue og uforglemmelig for mange.

## Jim Reeves

Turen tilbake til Bodø gikk langs kystriksvegen med tre ferjer før vi ender opp i Tjongsfjorden på Ågskaret og Råkk kafe. Dette var midt i blinken for vår årgang. Her traff vi Elvis Presley, James Dean, Marilyn Monroe, Johnny Cash og ikke minst Jim Reeves og mange flere. Her ble det konsert og allsang, og laks med alt tilbehør før den endelige hjemreisen.



Mimring på Råkk kafe.



Begge foto: Håkon Rindal

# Glåmdøler til Lillehammer

**I slutten av august reiste 22 pensjonister fra Glåmdal lokalforening med Berg skystasjon til Maihaugen på Lillehammer, skriver Asbjørg Elserud i et lite reisebrev til Telepensjonisten.**

Maihaugen er et av Norges største friluftsmuseer. Like etter ankomst samlet vi oss på Frich Kafe, der vi fikk servert kaffe og deilige rundstykker.

Etter lunsj ble vi delt inn i to grupper, fikk hver vår guide, og startet vandring i Maihaugens samling av bolighus og byggestiler fra forskjellige ti-år opp gjennom 1900-tallet.

Vi hadde valgt å besøke hus fra 50-70-tallet, og det var mange som nikket gjenkjennende til de innredningene vi så. Litt spesielt å bli sendt tilbake i tid.

Dronning Sonjas barndomshjem har også blitt flyttet dit. Vi fikk omvisning der også, men bare i første etasje da andre etasje ikke var ferdig innredet. Litt spesielt å komme inn i hennes hjem.

Guidene var gode og informasjonen strømmet på. Maihaugen museum har veldig mange opplevelser å by på i flotte omgivelser. Dette var vårt utvalg denne gang.

Etter endt nostalgisk reise i boligområdet, fikk vi servert kaffe og vafler på Frich Kafe før vi satte kursen til Bjerkebæk, som er Sigrid Undsets hjem. En dyktig guide, her også, fortalte levende og godt om hennes liv og rike forfatter-skap. Vi var mange som ble imponert over



*Ukentlige høydepunkt før i tiden.*

Sigrid Undsets liv.

På turen hjemover stoppet vi ved Mjøstårnet, Wood Hotel, verdens høyeste trehus. Her fikk vi middag, dessert og

kaffe. Mange tok heisen helt til topps, og de som gjorde det fikk en veldig fin utsikt over Mjøsa og Brumunddal.

En fin dagstur - i litt duskregn.



*Guiden ønsker velkommen til dronning Sonjas barndomshjem.*

# Aktive sandefjordspensjonister

**Telepensjonistene i Sandefjord har en aktiv og oppegående forening med 37 medlemmer. Selv om det av naturlige årsaker er vanskelig å få rekruttert nye medlemmer har Telenor fortsatt ansatte som bor i byen, men som ennå ikke er blitt pensjonister.**

## Sandefjord lokalforening

- Det borger for fortsatt god aktivitet i mange år fremover, oppsummerer foreningens leder, Tore Rino Jensen.

## Mange på medlemsmøtene

Foreningen leier et hyggelig lokale på Forsmannsenteret i Sandefjord, og her samles de hver fjortende dag og koser seg med varme karbonadesmørbrød, kaker og kaffe og livlig prat.

- Jeg synes vi er flinke til å underholde oss selv, både med diktlesning, musikkvizz og andre innslag. Oppmøteprosenten ligger på 47, så det betyr vel at medlemmene er fornøyd med tilbudet, forteller Jensen.

Foreningen sender møteinnkalling både på e-post og tekstmelding og har egne web-sider med møteagenda, aktuelle saker og ikke minst referat og bilder fra gjennomførte turer.

## Interessante turer

Siden 2010 har sandefjordingene gjennomført ikke mindre enn 19 turer, alle dagsturer fordi det passer medlemmene best.

En av de mest populære turene gikk til Namløsskogen i Sandefjord i fjor, en eiendom som ligger høyt oppe i lia på Østerøya.

Sveinung Danielsen har holdt til der helt

fra ungdommen og har beplantet og utviklet eiendommen sin til den reneste botaniske hage. Her dyrker han grønnsaker, frukt, bær, urter, blomster, og han dyrker også lin som han spinner, farger og vever klær av. Sveinung har også bygget seg en kornmølle, med kvernstein han selv har hugget ut av fjellet i Trøndelag og brakt ut av området på slede vinterstid. Mølla drives av vannkraft i en kvernkall han selv har bygget.

Han har også murt opp sin egen utenørs stekeovn der medlemmene fikk steke sitt eget brød som ble spist med velbehag til lunsj sammen med Sveinungs egen urtete og saft.

- Dette var en vellykket og svært hyggelig opplevelse, og vi satser på fine turer også i tiden fremover, avslutter Tore Rino Jensen.

*Spennende tur til Namløsskogen i Sandefjord.*



*Sveinung Danielsen har fyrt opp i steinovnen der gjestene stekte egne brød.*

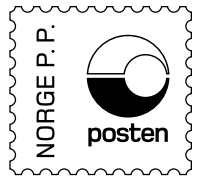


## KONTAKT OSS

Personvernerklæringen for Telepensjonistenes Landsforbund finner du på [telepensjonistene.no](http://telepensjonistene.no) om oss. På [telepensjonistene.no](http://telepensjonistene.no) finner du også informasjon og aktiviteter under Våre lokalforeninger.

FORBUNDSLEDER	Tore Andli	Dagaliveien 31	0783 Oslo	913 98 001	toreandli@gmail.com
NESTLEDER	Einar Nymoen	Bertrand Narvesens vei 2B	0661 Oslo	916 17 467	nymeinar@gmail.com
SEKRETÆR	Åse Juul Hansen	Bassenggata 11	6516 Kristiansund	950 38 648	aasejha@online.no
KASSERER	Finn-Egil Elster	Hauketotoppen 18	1266 Oslo	913 21 672	Finn-Egil.Elster@telepensjonistene.no
STYREMEDLEM	Anne Stødle	Fridtjof Øvrebøes gate 30	5532 Haugesund	906 90 540	anne.stodle@haugnet.no
REVISOR 1	Kåre Johansen	Svenskerud 105	3408 Tranby	901 84 857	khj@online.no
REVISOR 2	Kirsten Næss	Ramstad Terrasse 5	1405 Langhus	901 94 586	kinass@online.no
REDAKTØR	Gunhild Skoglund	Ekreberget 9	2390 Moelv	901 30 153	gunhi-s@frisurf.no
TELEPENJONISTEN					
TEKNISK ANSVARLIG for telepensjonistene.no	Einar Nymoen	Bertrand Narvesens vei 2B	0661 Oslo	916 17 467	nymeinar@gmail.com

**Telepensjonistenes Landsforbund**  
**Postadresse: Postboks 800, 1331 Fornebu**  
**Besøksadresse: Snarøyveien 30, sone C3b, 1360 Fornebu**  
**E-post: [landsstyret@telepensjonistene.no](mailto:landsstyret@telepensjonistene.no) • [www.telepensjonistene.no](http://www.telepensjonistene.no)**



Avsender:  
Telepensjonistenes Landsforbund  
Postboks 800  
1331 Fornebu

# SMÅSTOFF



## Førjulsstemning

For å få den rette advents- og julestemningen besøker vi gjerne julemarkedene. Det er ikke vanskelig å finne hyggelige både små og større markeder. Reiseoperatørene frister med turer til de mest kjente julemarkeder mens mange av oss tar turen til nærmeste by, lokale husflidslag, bygdelag og hvor enn det måtte passe.

Julemarkedenes historie strekker seg tilbake til senmiddelalderen i de tysktalende delene av Europa. Markedet i Dresden er et av de eldste og ble holdt første gang i 1434. Det tiltrekker seg mellom 1.5 og 2 millioner besøkende hvert år og har over 60 markedsboder.

I mange byer i Tyskland og Østerrike starter gjerne markeringen av advent med åpningen av julemarkedet eller «Weihnachtsmarkt». Markedet går som regel av stabelen fra byens torv og de tilstøtende fortau. Det blir solgt mat, drikke og andre sesongbetonte varer fra åpne boder, og det er tradisjonell sang og dans.

I Norge har vi også tradisjon med julemarked. Faktisk arrangeres det over 200 markeder. Julemarkedet i Trondheim ble arrangert første gang i 2003, og det var i 2016 med på Daily Telegraphs liste over de beste julemarkedene i Europa. Oslo arrangert sitt første julemarked på Rådhusplassen i 2007. Senere har markedet vært å finne i Spikersuppa og på Youngs-torget.

Kilde: Wikipedia



Stemming i Trondheim



## Slutt på Telenor-rabattene

Skal du ut å farte kan du ikke lenger benytte deg av Telenoravtaler som har gitt rabatter for blant annet hoteller og flyreiser.

Nye regler for rapportering og beskatning av naturytelser ble innført 6. mai i år. Dette førte til at Telenor har avvirket alle rabatter som tidligere ble gitt sine ansatte, og som telepensjonistene også i noen tilfeller kunne nyte godt av.

Telepensjonisten ønsker sine lesere  
**GOD JUL og et fredfylt nytt år!**



Det er hyggelig å både sende og få julekort  
– så grip pennen fatt, det må være  
håndskrevet!

## Husk på småfuglene

I bjørketreet sitter en fugl  
og venter på jul.  
Venter på smuler  
og julenek  
stakkars krek.  
Den banker på ruten og synger,  
sorgen den tynger.  
Var jeg bare en liten fuglekrabat  
som bare kunne tenke på sang og mat.

Fra diktsamlingen  
Varme tanker; Mary Solvik

