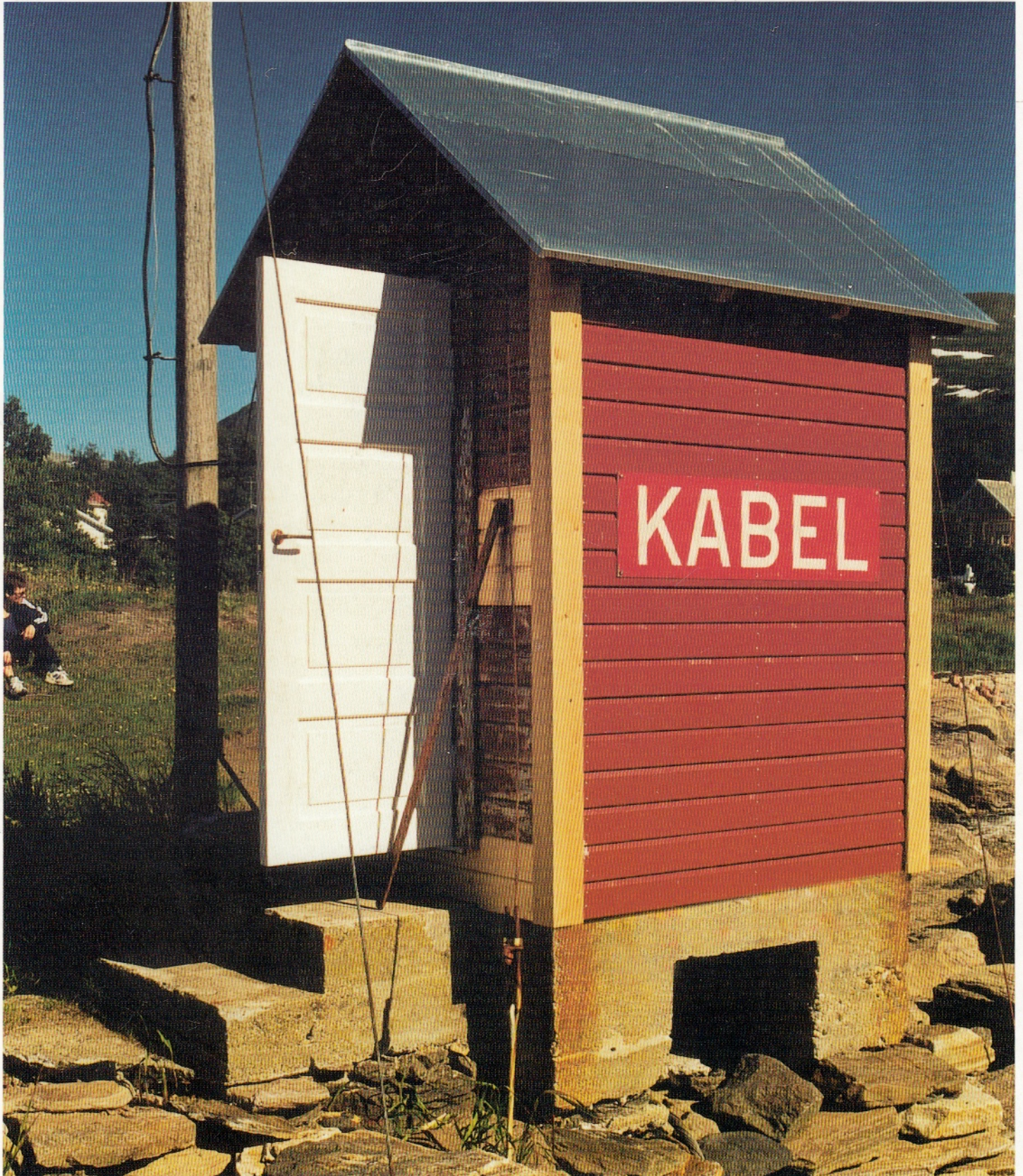


TELE PENSJONISTEN

Medlemsblad for Telepensjonistenes Landsforbund Nr. 1&2/01 - 28.årgang



Adresse:

Telepensjonistenes Landsforbund

Postboks 6701 St.Olavs plass, 0130 Oslo

Telefon 22 77 87 12

Landsstyret

Leder	Bjarne Hagen, Veksthusfløtten 34, 0594 Oslo	tlf. + fax: 22 64 29 40
Nestleder	Evald Hagenes, Veslefrikkvn. 13, 8800 Sandnessjøen	75 04 34 34
Sekretær	Inger Trøan, Sofies pl. 3C, 0169 Oslo	22 46 86 44
Kasserer	Ellen Bjørnstad Hanssen, Tollbugt. 11, 3044 Drammen	32 82 29 50
Styremedlemmer	Synnøve Nordahl, Dragonstien 31, 1062 Oslo	22 30 51 02
	Björg Avnskog, Erleveien30, 5097 Bergen	55 28 08 20
	Kristian Grønn, Ullandhaugvn. 77, 4021 Stavanger	51 87 09 67
Vararepresentanter	Gerd Parelius, Bøckmannsvei 24, 7019 Trondheim	73 93 10 20
	Astri Jodalen, Øvreveien 33, 2900 Fagernes	61 36 00 59
	Sivert Svanes, Venus vei9, 3226 Sandefjord	33 47 57 25
Revisorer	Kjell Berglie, Selvbyggerveien 127, 0591 Oslo	22 65 30 05
	Rolf Sandaker, Prost Holsviksvei 38, 1362 Hosle	67 14 10 20
Varamann	Reidun Sandnes, Terrasseveien 96 0682 Oslo	22 26 49 80

Telepensjonisten kommer normalt ut 4 ganger i året.

Redaktør:	Otto Døschertobiesen, Pareliusveien 13, 1177 Oslo, Tlf. + fax:	22 29 16 17
Forsidefoto:	Kabelhus Telegrafbukta Tromsø. Norsk Telemuseum	
Grafisk Produksjon:	Comitas AS	
Opplag:	3550	

Innholdsfortegnelse:

Lederen har ordets.3	Telenor pensjonskasses.10
Redaktørens hjørnes.4	Landsforbundet er 25 års.11
Telenorsenter i Bergens.4	Norske pensjonister i Spania . . .s.12
Nytt fra Landsforbundets.5	Eldre menneskers sykdommer . .s.14
Pensjonist tok cand.mag. eksamen som 74-årings.6	Er det farlig å bruke mobiltelefonen?s.16
Rariteter fra Telegrafverkets.7	Telepensjonister i Tromsø støttespiller for Telebils.17
Telepensjonistforeningen i Trondheims.8	Senioruniversitet i Førdes.18

Frist for innlegg til neste nr.: 20 august 2001

Innlegg bes sendt til Telepensjonistenes Landsforbund v/redaktøren eller til:
telepensjonisten@hotmail.com



LEDEREN HAR ORDET



Noe beskjemmet må jeg innrømme at det var en tilfeldighet som fikk meg til å undres på hvor lenge vårt forbund hadde eksistert. Årsaken var at vår lokalforening i Stavanger annonserte sitt 25 års jubileum, og hva da med forbundet vårt? Så viste det seg at stiftelsesdagen var 28. mai 1976 og forbundet kan altså feire sitt 25 års jubileum i år og det på selve åpningsdagen for Landsmøtet i Stavanger.

I denne artikkelen vil det føre for langt å gå nærmere inn på saker som har vært oppe, og personer som har hatt betydning for utviklingen av forbundet og lokalforeningene. Dette hører hjemme når forbundets historie skal skrives. Et navn må det likevel være tillatt å nevne: Terje Opsann var en drivende kraft ved etableringen av forbundet og ble også første formann, et verv han hadde i de første 9 årene. Selve grunnlaget med målsetting og lover for forbundet ble fastlagt i hans tid som leder.

Et kort glimt av medlemsutviklingen viser mye av forbundets betydning: Ved starten i 1976 var 5 lokalforeninger med til sammen 600 medlemmer tilsluttet forbundet. I dag består forbundet av 35 lokalforeninger med i overkant av 4200 medlemmer. I år 2000 var nettotilgangen på 146 nye medlemmer.

En gjennomlesning av forbundets beretninger fra starten og til nå, gir et klart bilde av en slagkraftig organisasjon som hele tiden har stått på for å ivareta medlemmenes rettigheter både sosialt og økonomisk. Så langt om de første 25 år i forbundet.

I januar 1997 undertegnet konsernsjef Hermansen et viktig policydokument hvor det blir slått fast at Telenor ser på sine pensjonister som medspillere, og ønsker at de fortsatt skal ha tilknytning til konsernet gjennom medlemskap i de lokale telepensjonistforeninger tilsluttet Telepensjonistenes Landsforbund. Dokumentet inneholder også retningslinjer for økonomisk tilskudd og hjelp med kontorlokaler på leiebasis m.v.

Det er vårt inntrykk at Telenors ledelse til nå har fulgt opp de intensjoner og retningslinjer som er nedfelt i policydokumentet. På et vesentlig område er det imidlertid kommet klare signaler om endringer. I og med at deler av Telenorkonsernet blir skilt ut i selvstendige enheter, vil den økonomiske støtten blant annet til vårt forbund bli beregnet på andre måter enn før. Det er foreløpig ikke klarlagt hvilken form en eventuell ny ordning vil få og hvilke økonomiske konsekvenser dette vil få for vårt forbund.

Landsmøtene er en viktig del av forbundets virksomhet. Da skal utførte oppgaver og økonomiforhold rapporteres og nye tillitsvalgte på plass.

Det er på det rene at vi i de nærmeste par årene vil møte spørsmål av vital betydning for forbundets eksistens. Særlig gjelder dette forhold omkring pensjonister fra utskilte enheter. I denne sammenheng er det helt nødvendig å ha et handlekraftig apparat av tillitsvalgte.

For meg markerer vårens landsmøte slutten på en 2 års periode som leder av forbundet. Jobben har vært interessant og spennende, men også arbeidskrevende. Samarbeidet innen landsstyret har fungert svært godt, og særlig har deltaking på møter i lokalforeningene vært til stor inspirasjon. Det er mitt klare inntrykk at vår organisasjon fungerer godt og jeg ser optimistisk på fremtiden for forbundet.

REDAKTØRENS HJØRNE

Hvordan skal vi lønne våre tillitsvalgte?

Er vi i det store og hele for "gjerrige" når vi lønner våre fremste tillitsvalgte i Telepensjonistenes Landsforbund?

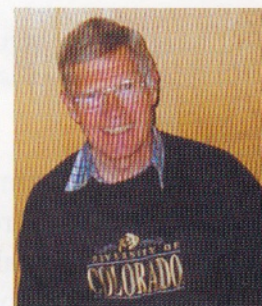
Mange mener ja. I dag "lønner" vi dem etter følgende satser:

Leder kr. 2000, kasserer kr. 2000, sekretær kr. 2000. Sekretæren får i tillegg timebetaling etter såkalt pensjonistsats.

Når man vet hvilken betydelig arbeidsinnsats som legges ned, så blir det ikke rare betalingen. Tillitsvalgte i flere sammenlignbare pensjonist-

foreninger får adskillig bedre godtgjørelse enn våre gjør. Våre tillitsvalgte påtar seg selvsagt ikke jobben for pengenes skyld, men når man gjør en innsats, bør man ha en følelse av at man får noenlunde rimelig igjen for det. Det får de ikke i dag.

Vi er kjent med at Landsstyret har foreslått for Landsmøtet å øke satsene endel, og regner med at det blir vedtatt. Det vil bedre noe på situasjonen.



Det nye Telenorsenteret i Bergen - et lite samfunn



Telenorsenteret i Bergen

Det nye Telenorsenteret i Bergen ble offisielt åpnet på slutten av fjoråret. Telenor har arrangert to omvisninger for telepensjonistene i Bergen. Til sammen 170 pensjonister har vært på omvisningene.

Det nye praktbygget ruver godt i landskapet mellom Bergen sentrum og Flesland flyplass med sine 26 000 kvadratmeter. Å få komme inn i Telenors nye bygg,

som det har tatt to år å oppføre, å få se den nye trenden som avspeiler seg der, ble en opplevelse.

Bygget rommer 1100 arbeidsplasser, for det meste i "åpne landskap" med glassdører og glassvegger mot det samlende fellesarealet og galleriene. Bygget er i fem etasjer. Ingen synlige kabler noe sted. Alt er bygget inn i veggene, både det tekniske utstyret, det elektriske, luft og varme.

Vi takker for en fin dag og kan bare ønske alt godt for det nye Telenorsenteret, og en god fremtid for alle som skal ha sine arbeidsplasser der.

Med hilsen Aslaug Hellevang, leder



Telepensjonister på omvisning i Telenorsenteret





NYTT FRA LANDSFORBUNDET

Landsmøte i Stavanger 28.-30. mai 2001

På dagsordenen står blant annet:

- Beretning for landsmøteperioden 1999 og 2000
- Regnskap og budsjett
- Behandling av diverse forslag fra Landsstyret og lokalforeningene
- Orientering om Telenors nye organisasjon
- Orientering om aktuelle saker fra Statens pensjonskasse
- Valg for perioden 2001 til 2003

Beretning fra landsmøteperioden 1999 og 2000

Fra beretningen har vi sakset følgende:

Antall medlemmer

Pr. 31. desember har Telepensjonistenes Landsforbund 4205 medlemmer. I forhold til utgangen av 1999 er dette en netto økning på 146 medlemmer.

Økonomisk tilskudd til lokalforeningene

På siste landsmøte ble det vedtatt at skillet mellom velferds- og driftsmidler faller bort. Satsene for tilskudd til foreningene er nå: Fast tilskudd pr. forening kr. 2000 og tilskudd pr. medlem kr. 160. Foreningene betaler medlemsskontingent til Forbundet med kr.20 pr. medlem.

Økonomi

Regnskapet for 1999 viser et overskudd på kr. 53.140, og regnskapet for 2000 et overskudd på kr. 5.192. Det mindre overskuddet for 2000 skyldes en betydelig reduksjon av støtten fra Telenor dette året.

Politisk løftebrudd mot pensjonistene

Norsk Pensjonistforbund la våren 2000 frem en

utredning som belyser Folketrygdens utvikling fra 1978 til 2000. Utredningen viser at Stortingets forutsetning om at alderspensjonen skal utgjøre om lag 2/3 av arbeidsinntekten er brutt. Pensjonsprosenten ligger i dag på ca. 51-52% av arbeidsinntekten. Utredningen dokumenterer at pensjons-innbetalingene (premiene) i forhold til utbetalingene i tidsrommet 1975 til 1997 har gitt et overskudd på 364 milliarder som i sin helhet er tilført statskassen.

Samordning av folketrygdpensjoner til ektefeller

Saken gjelder den ordning som innebærer at ektefeller som begge mottar alderspensjon eller uføretrygd fra Folketrygden, får utbetalt kun 3/4 grunnbeløp og ikke fullt grunnbeløp slik som enslige pensjonister. Denne form for samordning er hjemlet i lov om folketrygd og er blitt praktisert helt fra Folketrygdens innføring.

På bakgrunn av vedtaket på Landsmøtet i 1999 har Landsstyret vurdert å utrede spørsmålet om samordning av folketrygdpensjoner til ektefeller. Landsstyret har kommet til at en utredning av dette spørsmålet ikke vil være nødvendig fra vårt forbunds side, da problemstillingen er velkjent for Norsk Pensjonistforbund som er rette instans til å ta denne saken opp med staten. Landsstyret vil imidlertid minne Norsk Pensjonistforbund om saken slik at den kan holdes "varm".

Lederkonferanse og Landstreff 2000

Konferansen ble avviklet 3. mai 2000 på EXPO-senteret der ledere for 34 av 35 telepensjonistforeninger deltok.

I forbindelse med lederkonferansen ble det arrangert en tur 3. til 5. mai 2000 for deltagere fra alle foreningene med DFDS til København. 266 medlemmer deltok på turen.



PENSJONISTEN SOM TOK CAND. MAG. - EKSAMEN SOM 74-ÅRING



Knut Stafne

Knut Stafne har 46 års fartstid i Televerket. Han begynte i Telegrafverket i 1942 og ble pensjonist i 1988 da han var knapt 68 år. Han tjenestgjorde i Trondheim frem til 1961 da han flyttet til det daværende Telegrafstyret. Der avanserte han etter hvert til seksjonssjef i Administrasjonsavdelingen, og tjenestegjorde blant annet i Telegrafkontoret, Datelkontoret og Markedsenheten.

Stilte opp motvillig til intervju

Da "Telepensionisten" bad om et intervju med Knut Stafne ble vi ikke akkurat møtt med stor entusiasme. Det var ingen grunn til at han skulle intervjues. Kan du ikke finne en annen, var gjennomgangstonen i svaret vi fikk. Men vi gav oss ikke, og motvillig stilte han opp til intervju.

Grunnen til at vi ønsket et intervju med Stafne er at han etter at han ble pensjonist har tatt cand. mag. eksamen ved Universitetet i Oslo. Og det er ikke noe alle og enhver gjør.

-Hadde du bestemt deg lang tid i forveien for at du skulle begynne som student etter at du gikk av med pensjon, spør vi.

Hva har de gjort i sin pensjonisttilværelse? "Telepensionisten" vil presentere telepensionister som har engasjert seg i spesielle hobbyer eller på annen måte har aktivisert seg etter at de sluttet i yrkeslivet. Først ut er Knut Stafne.

Livslang læring

-Nei, på ingen måte sier Stafne. Jeg ønsket å unngå et passivt liv og ville prøve å gjøre pensjonisttiden så innholdsrik som mulig. Jeg ville ha tid til hobbyer, hus og have, familie og tid til å være på hytta i Rugeldalen i Røros. Noe som fenget meg spesielt var begrepet livslang læring – samtidig som jeg ønsket å holde meg oppdatert om samfunnsforhold. Tanken om å engasjere meg i livslang læring modnet det siste året jeg var i Televerket. Jeg var nysgjerrig på hvordan et universitetsmiljø fungerte, og bestemte meg for å prøve meg på Examen philosophicum, og til min store overraskelse besto jeg eksamen, sier Stafne.

Han startet studiene forsiktig uten noen plan. Så "ballet" det på seg etter hvert, sier han. Han leste studiekatalogen og fant faget naturgeografi. Det kunne man ta på to semestre, og var ikke basert på fulltidsstudier. Han bestemte seg for det, og tok eksamen etter to semestre.

-Jeg gjorde det relativt bra til eksamen, og det inspirerte meg til å fortsette, sier Stafne.

Ved å gå ham litt nærmere inn på klingen kommer det frem at karakteren var svært bra, og ikke bare "relativt bra", slik Stafne beskjedent gir uttrykk for.

Fulltidsstudent

Etter å ha tatt det relativt rolig de to første årene, ble han fulltidsstudent. Frem til våren 1992 tok han eksamen i samfunnsgeografi, regionalgeografi, ressursgeografi og landskapsøkologi. Til sammen gav dette både grunnfag og mellomfag innen geografiområdet.

-Samfunnsgeografi har forbindelse til sosiologi, og etter geografien tok jeg sosiologi grunnfag og mellomfag, sier Stafne. Da manglet jeg bare 10 vekt-tall til cand. mag. og valgte miljøforvaltning som mitt siste fag.

Sin siste eksamen tok han våren 1994. Da var han 74 år etter om lag fem års studier. Han har en såkalt interfakultær cand. mag. grad. Han har fag både fra Det historisk-filosofiske fakultet og fra Det matematiske-naturvitenskapelige fakultet.

-Studietiden var en veldig interessant periode av mitt

liv. Jeg ble meget godt mottatt både av medstudenter og lærere. Jeg hadde stort utbytte av mine erfaringer fra arbeidslivet, som for eksempel systematikk, rapportskriving og evne til å trekke ut det vesentlige. Vi hadde også meget gruppearbeid, og det var jeg jo akkurat ikke ukjent med fra Televerket, sier Stafne.

Slektsforskning

Stafnes hovedhobby nå er slektsforskning. Han har fem barnebarn. Når de blir 15 år får de et epos i ett eller flere bind med oversikt over sine aner. Til nå er han ferdig med tre av barnebarna. Han er også interessert i lyrikk, og er med i en lyrikkgruppe i Telepensjonistenes forening, Sentrale enheter. I vår omtale av denne lokalforeningen i forrige nummer glemte vi dessverre å nevne at foreningen har en egen lyrikkgruppe som har vært i virksomhet i fem år. Stafne opplyser at gruppen har fem medlemmer og at de i sitt arbeid har stiftet bekjentskap med 29 lyrikere.

Stafne presiserer til slutt at alle fagene han tok var åpne studier uten adgangsbegrensning. Han synes det er viktig å understreke at han ikke tok opp studie-plasser for andre yngre.

ODT

RARITETER FRA DEN GANG DET HET TELEGRAFVERKET



To vaktsejere ved rikstelefonen i Bergen søkte om å foreta en ekskursjon til rikstelefonen i Aberdeen. Kontorsjefen ved Bergen Telefonanlegg anbefalte søknaden slik:

"Under forutsetning av at Telegrafstyret finner tjenestereisen formålstjenlig, har vi for vår del intet i mot at de nevnte vaktsejere får foreta de nødvendige eksekusjoner i rikstelefonen i Aberdeen". I marginen på kopien føyde da distriktsjefen til følgende: "Av hensyn til rengjøringspersonalet vil jeg be om at henrettelsene foregår ved hengning og ikke ved halshogning."

(Fra Kåre Aarvik: Perler og gråstein.)



TELEPENSJONISTENES FORENING TRONDHEIM

Telepensionistenes forening i Trondheim kan i år feire 30-års jubileum. Foreningen ble stiftet 23. mars 1971. Televerket hadde nå to pensjonistforeninger – en i Oslo og en i Trondheim. Foreningen startet opp med 45 medlemmer. Ved utgangen av år 2000 var antallet økt til 309, så vi kan si det har vært en betydelig vekst. De fleste medlemmene bor i Trondheims-området – men vi har også medlemmer spredt i Trøndelag for øvrig.

STYRET

Styret har i dag følgende sammensetning:

Leder:	Inger Qvam
Nestleder:	Gerd Parelius
Kasserer:	Ole Vordal
Sekretær:	Magnhild Hånes
Styremedlem:	Marit Grande
Vararepr.:	Tor Alfnes
	Ole J. Sandbekkhaug

MØTER

Da Telenor solgte sitt bygg i sentrum i 1999, sto foreningen uten lokaler. Vi hadde hatt lokalene fra 1995 og det var et naturlig treffpunkt for medlemmene. I tillegg til møterom var det kontor plass og kjøkkenkrok. Der holdt vi styremøter, og serverte kaffe og vafler på bestemte dager.

Nå har vi omsider fått oss en kontor plass i Telenorsenteret på Tyholt der vi har PC, telefon og et arkivskap og har også tilgang til kopi-maskin og faks. Dette er vi meget godt fornøyd med. Vi sitter i et kontorlandskap med gamle kollegaer rundt oss, så vi føler oss "hjemme".



Inger Qvam har inntatt ny kontor plass



Styret foran fra v. Ole J. Sandbekkhaug, Inger Qvam, Marit Grande. Bak fra v. Gerd Parelius, Ole Vordal, Magnhild Hånes.

Styret har faste styremøter en gang i måneden, og arbeidsmøter etter behov. Møtene foregår nå i Telenors møtelokaler.

Foreningen avvikler åtte medlemsmøter i året. Vi legger ett av medlemsmøtene ute i distriktet, og da bruker vi hele dagen. Foruten selve møtet passer vi på å få noe godt å spise, og lokal guiding gjør oss kjent i området. Det er stor oppslutning på disse møtene/turene.

Medlemsmøtene for øvrig avvikles i Telenors møtelokaler. Et foredrag er fast innslag på sakslista, og temaene er varierte. Et av innslagene siste høst var foredrag med lysbilder av naturfotograf Jon Østeng Hov. Foredraget ble holdt i det nye auditoriet, og det var nesten som vi var ute i naturen selv og opplevde dyre- og fuglelivet på nært hold.

LODDSSALG

Vi har også en enkel servering og loddsalg. Loddsalget siste året innbrakte hele kr. 27 500, og er med på å finansiere aktiviteter i foreningen. Julemøtet må også nevnes. Det er blitt en tradisjon den første onsdag i desember å møtes til julebordsfeiring på Lilletorget Hotell og møtesenter.

I år står jubileumsfeiring i fokus. Vi legger feiringen til Savalen Fjellhotell i Østerdalen. Reiser fra Trondheim på formiddagen 25. april og returnerer etter frokost neste dag. Turkomiteen er i sving – og vi er spent på hva som skal skje.



Turkomiteen. Gerd Parelius (t.v.) og Ingrid Jentoft sammen med Ole Vordal

TURER

Gerd Parelius og Ingrid Jentoft utgjør turkomiteen, og de har lagt ned mye arbeid for at vi skal få vellykkede turer. Foreningen har lagt seg på to turer i året – en kort og en lengere. I år går den korte turen til Savalen i april – mens vi planlegger et 6-dagers cruise i Østersjøen i august. I august i fjor la vi iveri til Praha med tre fulle busser – og året før var vi i Skagen i Danmark. Ellers er det mange reisetilbud til våre medlemmer fra Pensjonistenes felles-organisasjon i Trondheim, en organisasjon som vår forening er tilsluttet.

AKTIVITETER

Hver torsdag er det trim med egen instruktør. Trimmere og andre deltar hvert år i mosjonsløpet Jentebølgen som går av stabelen i juni måned. Vi har oppnevnt en erindringsgruppe på tre medlemmer. De har i oppdrag å samle inn lokale telehistorier. Det ferdige produktet skal presenteres på 30-års jubileet på Savalen. Vi samles også til et årlig teaterbesøk – siste forestilling var "Jesus Christ Superstar". Foreningen gir tilbud om innføring i Internett med jevne mellomrom – siste gang var 30. januar i år. Hvert år drar leder og et av styremedlemmene ut i distriktet og har kaffemøte med tidligere kollegaer (pensjonister) for å presentere foreningen. Det er ganske stor oppslutning på disse sammenkomstene, og det blir tydelig satt pris på. Vi har også på denne måten vervet flere nye medlemmer.

Som leder vil jeg gi uttrykk for lagånden vi har i foreningen. Å være leder gir positive erfaringer og utfordringer som bidrar til en aktiv og rikere pensjonisttilværelse. En aktiv forening med aktive medspillere er en utfordring vi må ta vare på og utvikle videre.



Trimgjengen f.v. Anni Weie Berg, Sollaug Loraas, Grethe Hammer Nilsen, Kari Gundersen, Solfrid Halvorsen, Lila Kind Pedersen, Ellinor Aunli.

Som punktum for vår orientering gir vi stafettspinnen videre til Tromsø.

HILSEN FRA OSS I TRONDHEIM
V/ INGER QVAM



TELENOR PENSJONSKASSE

Stadig flere av våre pensjonister får nå deler av sin pensjon fra Telenor Pensjonskasse. Hvordan fungerer den nye pensjonskassen? Gir den bedre eller dårligere pensjon enn Statens pensjonskasse (SPK)? For å gi våre medlemmer en orientering har "Telepensjonisten" vært på besøk i Telenor Pensjonskasse (TPK).

TPK er en videreføring av TBKs Pensjonskasse som ble stiftet i 1988. Omdanningen til en pensjonsordning for alle ansatte i Telenor-konsernet ble gjennomført fra 1. september 1995. I Stortingsproposisjonen som lå til grunn for etableringen av Televerket som aksjeselskap, står det følgende om de ansattes pensjonsrettigheter:

"Ved beslutning om framtidig pensjonsordning legger departementet til grunn at ytelsene og premievilkårene for de ansatte i sum skal være minst like gode som dagens ordning i SPK."

66% av lønnen i pensjon

Dette er uten tvil en sterk garanti, og sikrer en ordning som sammen med beregnede ytelser fra folketrygden skal gi 66% av pensjonsgrunnlaget ved fratredelse forutsatt 30 års opptjening. Selv om ytelsene i sum minst skal tilsvare det som gis i Statens pensjonskasse, så opplyser daglig leder Svein Marfi i TPK at arbeidsgivers pensjonsutgifter nesten er halvert i forhold til tidligere. Han peker videre på at arbeidstager slipper å betale noe innskudd. Som kjent betaler medlemmer av SPK 2% av bruttolønn i innskudd.

Særaldersgrense opprettholdes

-Hva med dem som i Televerket hadde lavere pensjonsalder enn 67 år?

-De som hadde særaldersgrense da Televerket ble omgjort til aksjeselskap 1. november 1994, beholder denne aldersgrensen så sant de fortsatt har slik stilling ved pensjonering, opplyser Marfi. De som for eksempel var ansatt på Opplysningen, og fortsatt har slik jobb, har 63 års aldersgrense. Og med den såkalte 85 års-regelen, når alder og tjenestetid til sammen er 85 år, så kan de gå av tre år før, det vil si ved 60 år.



Daglig leder Svein Marfi

Høyeste pensjonsgrunnlag er likt i TPK og SPK

Pensjonsgrunnlaget i TPK er begrenset til det høyeste tillatte pensjonsgrunnlag etter skatte-loven, d.v.s. 12 ganger grunnbeløpet i folketrygden. I forbindelse med lønnsoppgjøret i 2000 gikk SPK over til samme ordning. Tidligere var pensjonsgrunnlaget i SPK begrenset til 8G og en forholdsmessig del fra 8G til 12G. Det var nok en del som beklaget at denne nyordningen ikke ble gitt tilbakevirkende kraft.

Ved siste årsskifte hadde TPK nesten 20.000 medlemmer i 60 selskaper. Telenor må eie minst 50% av et selskap for at det skal kvalifisere til medlemskap i TPK. Bravida vil bli meldt ut fordi Telenor har under 50% eierandel i selskapet. TPK er nå den største private pensjonskasse i landet når det gjelder antall



selskaper og i antall aktive medlemmer. Ansatte med tidligere opptjeningstid i Statens pensjonskasse vil ved fratredelse fortsatt ha en oppsatt pensjonsrettighet i SPK, og de vil i tillegg få en fripolise for den delen av pensjonen som er opptjent i Telenor Pensjonskasse.

Forskjell mellom TPK og SPK

Det er en vesentlig forskjell mellom Telenor Pensjonskasse og Statens pensjonskasse, ved at

innbetalte midler i TPK er avsatt i fond og øremerket for fremtidige pensjoner. I SPK bevilges de nødvendige midler til pensjoner over statsbudsjettet hvert år.

”Telepensjonisten” er kjent med at svenskene har fondsbasert deler av sin folketrygd, og som kjent vurderes det samme i Norge. Vi tror en fonds-basering vil være til fordel for pensjonistene.

ODT



TELEPENSJONISTENES LANDSFORBUND ER 25 ÅR

Den 28. mai 1976 ble Televerkets pensjonistforbund stiftet på et landsmøte i Oslo. I ”Telepensjonisten”s omtale av landsmøtet heter det at en skulle lete lenge etter en slik vennskapelig ånd som hersket, det var som en stor familie som kom sammen etter mange års adskillelse. Det ble videre uttrykt håp om at Televerkets pensjonistforbund skulle greie å utfylle det tomrom som den enkelte telepensjonist opplevde etter at hun/han hadde sluttet i Verket.

På landsmøtet ble det under debatten om vedtaktene sterkt fremhevet at Televerkets pensjonistforbund skulle være strengt politisk nøytralt, og ikke være tilsluttet noen annen organisasjon.

Forbundet har hatt følgende syv ledere siden starten:

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. Terje Opsann, Oslo | 28. mai 1976 til 31. mai 1985 |
| 2. Alf B. Erichsen, Bergen | 31. mai 1985 til 30. mai 1988 |
| 3. Hilmar Adriansen, Kongsberg | 30. mai 1988 til 18. juni 1992 |
| 4. Leif Aarstad, Drammen | 18. juni 1992 til 24. mai 1993 |
| 5. Per Rabbås, Oslo | 24. mai 1993 til 29. mai 1995 |
| 6. Henrik Jørgensen, Oslo | 29. mai 1995 til 26. mai 1999 |
| 7. Bjarne Hagen, Oslo | 26. mai 1999 til 28. mai 2001 |



NORSKE PENSJONISTER I SPANIA



Mange pensjonister oppholder seg store deler av året i Spania. I Alfaz del Pi som ligger på Costa Blanca – Den hvite kysten – befinner den største konsentrasjon av nordmenn utenfor Norge seg. Hvorfor er de akkurat her, og hvordan er det å være nordmann her nede?

Det er sikkert mange grunner til at de har slått seg ned her. Den viktigste er nok klimaet.

Behagelig klima

Costa Blanca regnes for å være en av Europas beste klimasoner med mild havbris fra Middelhavet, og med over 300 soldager i året. Selv i januar og februar er det som regel behagelige temperaturer her, det vil si mellom 14 og 20 grader. På denne tiden er sjøen for kald å bade i, men når det er sol, og det er det som regel, kan du ofte gå rundt i bare skjortearmene.

”Norsk” natur

Men en annen og ikke uvesentlig grunn til at det er så mange nordmenn i dette området, er nok at naturen ligner på den norske. Fjellene befinner seg bare et par tre kilometer fra kysten, og de hever seg til godt over tusen meter. Det høyeste fjellet ikke langt fra kysten rager 1558 meter over havet. Fjellene byr på ypperlige turmuligheter som mange nordmenn er flinke til å utnytte.

Turer

”Costatrimmen” er et begrep de fleste norske her nede kjenner til. To ganger i uken møtes de som ønsker å gå tur i fjellet på et bestemt sted. Så kjøres det i biler opp i fjellene – de som ikke har bil får alltid sitte på med dem som har bil. Ofte er det så mange som hundre med på disse turene.

Sosialt liv

Det som kanskje gjør mest inntrykk er det utpregede sosiale liv som de fleste lever her nede. Aktivitetstilbudene er mange. Det finnes for eksempel en norsk klubb som arrangerer reiser/utflukter og dansekvelder. Klubben har diverse undergrupper, blant annet bridgegruppe, sangkor, historiegruppe og teatergruppe. En norsk kirke er også her, som foruten gudstjenester arrangerer seniordans, kulturkvelder - og boccia. Hver lørdag serveres det grøt i kirken. Nordmennene er svært flinke til å benytte seg av alle tilbudene. I det hele deltar

man i det sosiale liv på en helt annen og mer aktiv måte enn de fleste gjør hjemme i Norge.

Norsk preg

I Alfaz del Pi finner vi en rekke gatenavn som minner oss om den norske innflytelsen – Carrer Oslo, Carrer Noruega, Carrer Lillehammer, Avinguda Olav V de Noruega er eksempler. Vi finner norsk helsekostbutikk, fiskebutikk, norsk bakeri, norsk eiendomsmegler osv. Nordmenn utgjør den største gruppen av utlendinger. Det er forbausende få svensker og dansker. De fleste fastboende nordmenn har parabolantenne og får inn norsk fjernsyn. Det fins en norsk lokalradio – Costa Blanca Radio - som har en times sending hver dag.

I det hele tatt man føler seg ikke fortlapt som nordmann her nede.



Elsa Sjögren

Elsa Sjögren, som er pensjonist fra tidligere Oslo teledistrikt, har vært i Alfaz del Pi i flere vintre.

- Hva er grunnen til at du er her nede?

- Solen, lyset og fjellene, sier Elsa som er en ivrig turgåer i fjellet. Klimaet er behagelig – det er som en god august hjemme i Norge.

Elsas mann er rullestolbruker, og hun fremhever



Det norske bakeri i Alfaz del Pi

at det gir en bedre kvalitet på livet når det er så mye mer lettvent å ferdes ute med rullestol enn hjemme i Norge om vinteren.

-Kommunen har dessuten lagt godt til rette for rullestolbrukere, sier Elsa.

Foruten å gå turer i fjellet reiser hun en del rundt i leiebil og besøker sjarmerende spanske fjell-landsbyer.

ODT

PRISNIVÅ

Prisene i Spania er lave sett med norske øyne. Det gjelder i hvert fall for maten. En dag jeg trengte noen småting betalte jeg bare 500 pesetas, som tilsvarer 25

norske kroner. For denne sum fikk jeg:

2 liter mineralvann

1 liter iskrem

1 liter appelsinjuice

3 bananer

1 melkesjokolade (150 g)

1 pakke sjokoladekjeks

Prisene hadde nok vært adskillig høyere i Norge.

ELDRE MENNESKERS SYKDOMMER

Geriatrien er vitenskapen om eldre menneskers sykdommer. Eldre mennesker kan selvfølgelig få de samme sykdommene som yngre, men de har ofte et mer "stillferdig" sykdomsbilde, for eksempel blindtarm-betennelse uten smerte eller lungebetennelse uten feber. Derfor er det ofte vanskelig å være lege for eldre mennesker, og de eldre trenger erfarne leger.

I tillegg er det en stor gruppe sykdommer som sammenfattes

under betegnelsen alderssykdommer. De rammer meget sjelden yngre mennesker, og hyppigheten øker med alderen etter en spesiell kurve (eksponentiell kurve). Det betyr at sykdommene er sjeldne før 70-75 år, og deretter øker de år for år. Alderssykdommene rammer alle organer, men hjernen og skjelettet er mest utsatt. Det er

viktig å vite at alderssykdommene - i motsetning til aldersprosessen - ikke rammer alle. Selv senil demens, som er en av de hyppigste alderssykdommene, rammer noe under halvparten av de aller eldste.

Årsakene til alderssykdommene er et sentralt forskningsområde. Kjente vi årsakene, kunne vi kanskje forebygge dem, helt eller delvis. Arvelige (genetiske) faktorer spiller en viktig rolle. I tillegg kjenner vi mange risikofaktorer, spesielt røyking, høyt blodtrykk og fysisk inaktivitet.

Aldersprosessen og alderssykdommene –samlet syn

Aldersprosessen og alderssykdommene har forskjellige mekanismer, men i det enkelte menneske griper de ofte inn i hverandre. Det er legens oppgave å sortere dem fra hverandre, og det kan ofte være vanskelig. Generelt er det en tendens spesielt blant eldre selv, til å skyldte på alderen, og "den kan en jo ikke gjøre noe med", føyer de

til. Det er ofte feil, og historien om 90-åringen som søkte lege for smerter i det ene kneet er nokså illustrerende. **Legene** mente smertene skyldtes alderen, men da innvendte mannen: "Det andre kneet da, doktor, det er jo like gammelt".

Hjernen:	Senil demens Hjerneslag (evt. med demens) Parkinsons sykdom
Blodårene:	Hjerteinfarkt Hjerneslag Nedsatt sirkulasjon i beina
Skjelettet:	Beinskjørhet (osteoporose) med brudd Slitte ledd (artroser)
Hormoner:	Aldersdiabetes Lavt stoffskifte
Øyne:	Grå og grønn stær Netthindegenerasjon
Ører:	Nedsatt hørsel
Tenner:	Tann- og tannkjøtt sykdommer

De vanligste alderssykdommene

Verdens helseorganisasjon har valgt 65 år som en grense - over den er en blitt eldre. Den andre grensen er 80 år - over den er en blitt gammel. Det er viktig å se at først ved 80 år har aldersprosessen godt og vel halvert de funksjonelle reservene i kroppen, samtidig som alderssykdommene begynner å øke sterkere. Under 80 år er det fremdeles gode funksjonelle reserver, og alderssykdommene spiller liten rolle.

Det er nesten ufattelig store forskjeller mellom eldre mennesker, og forskjellene blir

større, jo eldre vi blir: "Vi fødes som kopier, men dør som originaler". Disse store forskjellene skyldes først og fremst forskjellene i det liv de eldre har bak seg. Et liv på solsiden i samfunnet gir bedre helse og flere leveår, mens et liv på skyggesiden med lite håp om fremgang gir dårligere helse og færre leveår.

Til slutt understreker vi at helsen er blitt stadig bedre gjennom hele det hundreåret vi har bak oss, og kanskje særlig i den siste generasjonen.

Det har ført til at levealderen har økt med ca. 25 år i dette hundreåret, både for kvinner og menn - for kvinner fra 55,19 til 80,97 år og for menn fra 51,47 til 75,45 år. Dessuten er førligheten i eldre år blitt bedre. Det er altså stort sett gode leveår som er lagt til livet. Det er all grunn til å tro at denne utviklingen vil fortsette.

*(Fra Helse og sikkerhet i eldre år.
Utarbeidet av Norsk Pensjonistforbund.)*



Kultur er kommunikasjon

Kultur er en av de eldste former for kommunikasjon.

Kultur engasjerer og kommuniserer med mennesker.

Telenor Kulturprogram engasjerer seg lokalt og nasjonalt, og er en av samarbeidspartnerne med Kunstindustrimuseet.

 telenor

Helseråd

Er det farlig å bruke mobiltelefonen ?

Av Svein Bjørneby

Svein Bjørneby er tidligere konsernoverlege i Telenor AS, nå direktør i Corporate Human Resources, med strategiansvar for konsernets arbeidsmiljøutvikling.



Dette er et spørsmål vi ofte får og som ofte blir forsøkt besvart i media. Spørsmålet knytter seg jo til det mange noe ukorrekt kaller stråling, men som kjent er det spørsmål om radiofrekvent elektromagnetisk felt har uheldige effekter.

Det har vært mange rapporter om hodepine, varme på øret, noe svimmelhet, og mange er engstelige for mulig utvikling av alvorlig sykdom, og da særlig kreft. Avisene, og også TV, har brakt flere sensasjonsoppslag om mobiltelefonvirkningene. De fleste husker nok oppslaget i avisene for ca. ett år siden der det ble hevdet at handsfree-ledningen medførte et langt sterkere felt enn selve antennen i telefonen. Dette var selvfølgelig galt, den engelske undersøkelsen som gav opphav til disse påstandene hadde brukt feilaktige metoder. Dette er bare ett av mange eksempler på ukorrekte meldinger i media. Men meldinger som gjør folk flest urolige.

Derfor er det nok ekstra viktig å kunne konstatere at det hittil ikke er noe som tyder på at den svake effekten fra mobiltelefoner medfører helsefare. Det forskes enormt mye på dette området. Og det har foregått i mange år allerede. Vi har i dag oversikt over 6000 vitenskapelige undersøkelser som retter seg mot dette fagområdet. Særlig oppmerksomhet får et forskningsprogram i regi av Verdens Helseorganisasjon. For den spesielt interesserte er det anbefalelsesverdig å

gå inn på internettadressen: <http://www.who.int/peh-emf/> og få mer oppdatert informasjon.

God informasjon gir også Statens Strålevern (internettadresse: <http://www.nrpa.no/>).

Uansett hva man hittil har funnet via forskning og hva vi i dag mener, så har vi allikevel ikke innsikt i hva fremtiden vil bringe. Vi kan tross alt ikke si med sikkerhet hvilke konsekvenser den økende bruk av elektronisk utstyr vil ha på kommende generasjoner. Når det gjelder mobiltelefonbruk sier jeg derfor at vi bør bruke den med fornuft. Ikke bare av økonomiske grunner!

Det gjelder på dette området som på så mange andre områder i det praktiske liv. Vi bør unngå overdrivelse – alt med måte, heter det. Det gjelder også mobiltelefonbruk, det burde være unødvendig å misbruke den. Bruk helst handsfree-løsninger, særlig når det eventuelt er nødvendig å bruke telefonen mye i perioder.

Det er nok slik at engstelsen ved bruk av mobiltelefon er det største helseproblemet. Og det er litt rart, særlig når vi tenker på alt annet som helt sikkert er farlig – det er nok å nevne røyking og bilkjøring.

Jeg tenker vi er enige om at mobiltelefonen er svært nyttig, og at normal bruk ikke medfører helsefare.

TELEPENSJONISTENE I TROMSØ STØTTESPILLER FOR BEDRIFTSIDRETTE



En del av "kafegjengen": Fra v. Mai Lis Heggen, Roar Johannessen,
Amy Bakkemo, Liv-Irene Nilsen, forrest Randi Sorem

Telemesterskapet ble avviklet i Tromsø 16. og 17. mars 2001 i Tromsøhallen, som ligger i et naturskjønt område med fine skiløyper. Inne foregikk det håndball og bordtenniskamper. Telepensionistene i Tromsø fikk forespørsel om å hjelpe til med mat og drikke under mesterskapet. Da pensjonistene årlig har et godt samarbeid med Telebil (Telebedriftsidrettslaget), ble det svart ja på forespørselen.

Det ble opprettet en improvisert kafe i inngangspartiet, og vante arrangører med leder Randi Sorem i spissen fikk fatt i de nødvendige bord og stoler til serveringsdisk og sitteplasser. Det ble solgt varme pølser, hjemmebakte kaker og mineralvann. Responsen fra de vel 300 deltakerne var veldig positiv.

Det var to fine dager, litt sliten var vi nok, men det var deilig som pensjonist å være med og yte noe, i stedet for bare å ta i mot.

Foreningen i Tromsø har 114 medlemmer. Vi har månedlige møter med varierte programmer. Kantinen til Telenor er møteplass og oppslutningen er god. I pinsen skal vi på ni dagers tur til St. Petersburg.

Liv-Irene Nilsen

GAVE TIL FORBUNDETS 25 ÅRS JUBILEUM

På bakgrunn av Forbundets 25 års jubileum foreslår lederne i Oslo telepensionistforening og Telepensionistenes forening, Sentrale enheter at lokalforeningene gir en gave til Forbundet, som kan overrekkes på Landsmøtet 28. mai 2001. Gaven kan gis i form av penger som Forbundet kan bruke til kjøp av en gjenstand av kunstnerisk art.

Lederne foreslår at lokalforeningene gir følgende beløp basert på antallet medlemmer i den enkelte forening:

Oslo	kr 1.000	Sentrale enheter	” 500
Bergen	” 500	Foreninger (100-200 medl)	” 300
Trondheim	” 500	Foreninger (32-100 medl)	” 100



Telepensjonistane i Sogn og Fjordane har starta senioruniversitet

Telepensjonistane i Sogn og Fjordane bur veldig spreiddt. Difor har det bortsett frå årsmøte og nokre lokale "kaffetreff" vore liten aktivitet i laget.

På årsmøtet i mars 2000 drøfta vi kva slags aktivitetar, utenom dei reint sosiale, vi kunne få til hvis vi fekk til eit samarbeid med andre lokale foreiningar med seniormedlemmer. Og det var vedteke at vi i første omgang skulle ta kontakt med foreningane i Førderegionen.

Ideen bak prosjektet

Ideen bak prosjektet var at den enkelte foreining var for liten og ressurs svak til å få til dei aktivitetar vi kunne ynskje oss. Men kvifor eit senioruniversitet? Ide og inspirasjon fekk vi frå Bergen. Senioruniversitetet er ein ideell samanslutning etter mønster av "Universitetet for den tredje alder", som oppstod i Frankrike, og siden har spreiddt seg både i Europa og andre verdensdeler.

Føremål for senioruniversitet

Føremålet går fram av vedtektene:

"Senioruniversitetet er ein sjølvstendig organisasjon bygd på individuelt medlemsskap av ikkje yrkesaktive, som gjennom foredrag og enkeltprogram tek opp utvalde fag og emner, uten sikte på å nå formell kompetanse."

I startfasen hadde vi eit samarbeid med Postpensjonistane, Førde pensjonistlag, Landslaget for off. pensjonistar, Lions Club og Odd Fellow. Vi hadde først eit interimsstyre med representantar frå organisasjonane, men frå årsmøtet 28. mars i år, er vi ein sjølvstendig organisasjon, der underteikna er leiar.

Alle "støtteorganisasjonane" har gitt oss økonomisk hjelp i startfasen, og dei har vore gode informasjons- og vervingskanaler. Økonomisk støtte har vi og fått frå Førde kommune – i tillegg har vi fått gratis lokale i Førdehuset.



Dagunn Klakegg

I haustsemesteret 2000 selde vi 60 semesterkort pluss en hel del enkeltbilettar. Det tykkjer vi er veldig bra.

På grunn av stor interesse og oppslutning, har det vore veldig givande å arbeide med Senioruniversitetet. I tillegg til forelesningane har vi planer om studiegrupper, og vi har komme i gang med seniorfilm, ei kinoforestilling på dagtid, der vi velger film ein gang i måneden.

Tema på forelesningane

På forelesningane tek vi sikte på å få belyst tema innan kultur, helse, eldreomsorg, religion, økonomi, samfunns- og næringsliv m.m. Vi har fått fin tilbakemelding på dei emne og forelesarar vi har valgt. På første samling hadde vi for eksempel Jakob Skarstein (tidl. NRK)

med temaet: "Pensjonist – nytt liv og nye muligheter."

Vi legg vekt på å finne fram til problemstillingar som både er aktuelle og interessante, samtidig som det skal vere noko å strekke seg etter.

Vi prøver å få tak i forelesarar som både er faglig dyktige og gode formidlarar.

Ta vare på nysjerrigheit

Dei fleste unge er naturleg nysjerrige, og det trur eg vi bør halde fram med sjølv om vi blir eldre. Når vi ikkje lenger treng å skjerpe oss i

forbindelse med jobben, kan vi lett kjenne oss parkert på eit sidespor.

Vi vonar Senioruniversitetet kan hjelpe oss til å ta vare på vår nysjerrigheit.

Telepensjonistane i Sogn og Fjordane har lyst å dele desse erfaringane med andre. Og spesielt for oss som bur utenom dei store byane, kan det være vanskelig å få til inspirerande og interessante aktivitetar hvis ein ikkje går litt utradisjonelle veier.

Dagunn Klakegg

BEGRAVELSESSTØTTE

Som nevnt i forrige nummer gir både KTTL og EL og IT Forbundet støtte til begravelse.

Følgende telefoner kan benyttes:

KTTL: 22 77 57 95

EL og IT: 23 06 34 00

TAKK

Hjertelig takk for den vakre blomstergruppen jeg fikk på min 75-årsdag.

Idun Løkker

LEIE AV TELENORHYTTER

Medlemmer av telepensjonistforeningene kan leie hytter av Stiftelsen Telenor Hytter. Ved henvendelse til den lokale pensjonistforening kan man få søknadsblankett og oversikt over hvor hyttene ligger.

BODØ/SALTEN- FORENINGEN TIL GILDESKÅL

23 telepensjonister dro i fjor høst til Gildeskål med Pedersen Transport. Denne gang var alle fra Bodø, ingen utenbys. Gildeskål, nærmere bestemt Sandhornøya, er kjent som salmedikteren Elias Blix' fødested. Han var forfatter av den kjente sangen "Å eg veit meg eit land", og har fått sin byste ved fødestedet. Vår guide fortalte at Sandhornøya en gang var bebodd i hundre hus, nå står tredve av dem tomme. På Mårnes arrangeres Mårnesskydagene siste lørdag i juli. Dette arrangementet byr på ulike aktiviteter, og er godt besøkt av utflyttede og innbyggere på øya.

På Inndyr besøkte vi Gildeskål gamle kirke som er en steinkirke tidfestet før år 1130. Vår guide trollbandt oss med sin historikk, ispedd vers fra gamle gravstøtter. Vi fikk også en titt inn i kirken som er vakker interiørmessig, eksteriøret skal vi forbigå.

Lilly U. Skotmyr



MELD DEG INN I DITT HJEMSTEDS TELEPENSJONISTFORENING!

Her møter du venner og kolleger og oppfrisker gamle minner.

ARENDAL	Björg Berlie	Sandnes	4812 KONGSHAVN	37 08 82 71
BERGEN	Aslaug Hellevang	Postboks 7150	5020 BERGEN	55 13 43 87
BODØ/SALTEN	Lilly Urskar, Skotmyr	Postboks 228,	8001 BODØ	75 56 08 00
DRAMMEN	Bjørn Ivar Eidsvig	Heggevn 13	3043 DRAMMEN	32 81 14 60
GJØVIK	Willy Røed	Eventyrvn 6	2815 GJØVIK	61 17 31 81
GLÅMDAL	Jan Andreassen	Blomsterveien 37	2208 KONGSVINGER	62 81 59 40
GUDBRANDSDAL	Magnhild Syrrist	Storgt 8	2670 OTTA	61 23 02 81
HAMAR	Arne Trønnes	Olav Melvoldsgt 32	2318 HAMAR	62 52 42 50
HAUGESUND	Arne Fosse	Hervikvegen 10 D	5521 HAUGESUND	52 71 65 50
HELGELAND	Evald Hagenes	Veslefrikkvn 13	8800 SANDNESSJØEN	75 04 34 34
KRISTIANSAND	Elisabeth Augland	Koggevn 62	4624 KRISTIANSAND	38 08 52 78
KRISTIANSUND	Gerd Ohr	Sørsundvn 28	6507 KRISTIANSUND	71 67 12 06
LARVIK	Håkon Tryver	Helgeroavn 16 E	3290 STAVERN	33 19 86 88
LEVANGER	Berit Strugstad	Bakkevn 12	7600 LEVANGER	74 08 12 15
LILLEHAMMER	Else Doseh	Bekkefaret 1 C	2613 LILLEHAMMER	61 25 03 15
LILLESTRØM	Arve Dehli	Gamle Rovensv. 39	1900 FETSUND	63 88 14 22
LOFOTEN	Kjell Tetlie	Postboks 2	8309 KABELVÅG	76 07 83 12
MOLDE	Sigrid Jordhøy	Torbjørnsveg 13	6429 MOLDE	71 25 33 13
NAMSOS	Randi Langås	Postboks 6	7801 NAMSOS	74 27 50 68
NORD-ØSTERDAL	Klaus Lillevold	Hesteskoen 2 B	2500 TYNSET	62 48 11 51
OFOTEN/SØRTROMS	Henny Hofso	Buveien 17	9406 HARSTAD	77 06 17 07
OSLO	Synnøve Nordahl	Dragonstein 31	1062 OSLO	22 30 51 02
RINGERIKE	Edith Pedersen	Gøtzschesgt 5	3513 HØNEFOSS	32 12 86 60
SANDEFJORD	Gun-Britt Lisberg	Sjøstrand 8, 8 C	3222 SANDEFJORD	33 47 25 74
SENTRALE ENHETER	Gerd Waaktaar Gamst	Lille Borgenv. 14A	0370 OSLO	22 49 46 50
SKIEN	Elsie Marit Hansen	Nedre Rønningen 6B	3740 SKIEN	35 59 84 77
SOGN OG FJORDANE	Björg Årskaug Vie	Vie	6800 FØRDE	57 82 13 36
STAVANGER	Mery Hope	Johannesgt 23	4014 STAVANGER	51 56 33 84
STEINKJER	Ole Halsauet	Karjolvn 67	7712 STEINKJER	74 16 75 80
TROMSØ	Randi Sorem	Bentjordsvn 5	9006 TROMSØ	77 68 29 43
TRONDHEIM	Inger Qvam	Magnus Berrfottsv 1B	7046 TRONDHEIM	73 91 81 50
TØNSBERG	Astrid Fagernes	Jupiterv 6 3113	3113 TØNSBERG	33 32 57 10
VALDRES	Astri Jodalen	Øvreveien 33	2900 FAGERNES	61 36 00 59
ØSTFOLD	Karsten Karlsen	Skogfaret 33	1621 GRESSVIK	69 32 72 27
ÅLESUND	Oddveig Saure	Ørnetua 12	6009 ÅLESUND	70 13 78 30