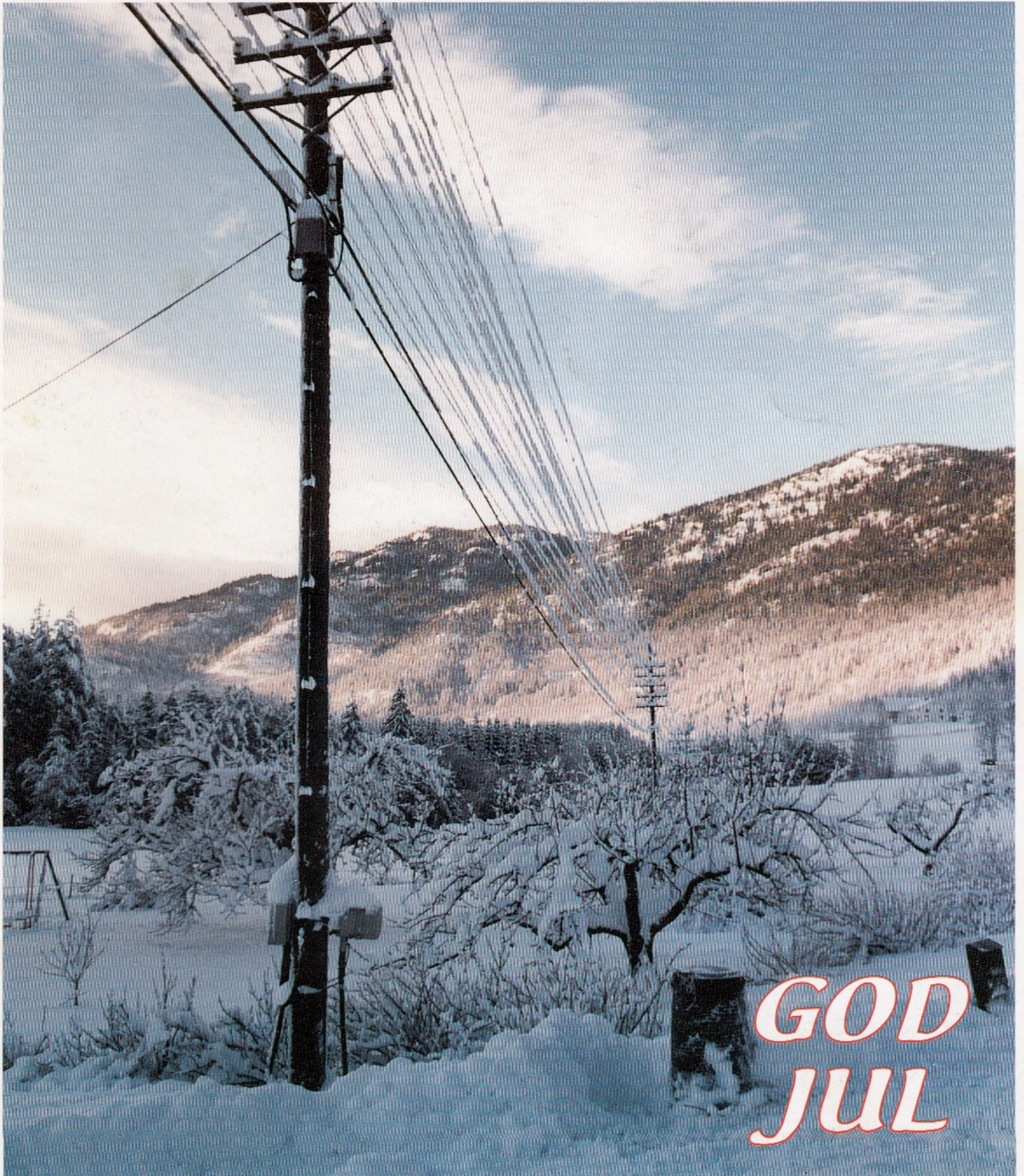


TELE PENSJONISTEN

Medlemsblad for Telepensjonistenes Landsforbund Nr. 4/00 - 27.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 Døscher Tobiesen, Pareliusveien 13, 1177 Oslo	tlf. + fax: 22 29 16 17
Forsidefoto:	Notodden-Hjartdal linjekurs	
Trykk:	Comitas AS, Oslo	
Opplag:	3550	

Innholdsfortegnelse:

Tilbakeblikk på året	s.3	Historien om norske tele-	
Redaktørens hjørne	s.4	installasjoner	s.11
Statuen Merkur er på plass	s.4	Fellesmøte i Midt-Norge	s.12
Verneplan	s.5	Kjell Holler er død.	s.13
Ny redaktør	s.5	Takk til Liv Ulsbøl.	s.13
Aldersprosessen	s.6	Morgendagens kontor i Telenor? . . .	s.14
Telepensjonistenes forening		Nytt fra Landsforbundet	s.16
Sentrale enheter	s.8	Telepensjonister i Praha	s.18
Trim bort juleflesket!	s.10	Folketrygd og alderspensjon	s.19
Bjarne Hagen 75 år.	s.11		

Frist for innlegg til neste nr.: 1 april 2001Innlegg bes sendt til Telepensjonistenes Landsforbund v/redaktøren eller til:
telepensjonisten@hotmail.com

TILBAKEBLIKK PÅ ÅRET



År 2000 går mot slutten, og det er naturlig å ta et tilbakeblikk over de viktigste sakene vi har vært gjennom i løpet av året – og fundere litt på hva framtida kan bringe for forbundet og våre medlemmer.

Vi kan trygt slå fast at tilværelsen i forbundet ikke har vært kjedelig og grå, da oppturer og nedturer har vekslet i rask takt. Typisk i så måte var slutføringen av arbeidet med PC'er til våre medlemmer. Etter mye om og men hadde 270 stk. fått sin PC på plass, de siste langt ut på våren. Vi er langt fra fornøyd med Telehusets håndtering av denne saken. Et lyspunkt var opplæringspakken og kursene fra Telenor som har fått mye ros. Vi takker Telenor for hjelp og bidrag. Det gikk noe tregt i starten, men tok seg godt opp etter hvert.

Skal vi kunne drive vårt arbeid for telepensjonistene, enten det er på forbundsplanet eller i lokalforeningene, er vi helt avhengig av støtte fra Telenor. Fram til i år har dette gått greit, og vi har fått midler slik at vi har kunnet drive en forsvarlig virksomhet. Sent på våren i år fikk vi melding om at bevilgningene for år 2000 var redusert med kr. 150.000 i forhold til det vi hadde søkt om og budsjettert med.

Årsaken er at deler av konsernet er skilt ut i selvstendige enheter, uavhengig av Telenor. Vi er sikret støtte for året 2001 om lag på linje med støtten for i år, men framtidig støtte vil bl.a. være avhengig av direkte forhandlinger med utskilte enheter. I første omgang gjelder dette Bravida med ca. 12000 ansatte. Forhandlingene med Bravida vil starte tidlig på nyåret.

Årets forhandlinger om heving av grunnbeløpet (G) ga for første gang på mange år en "overregulering" sett i relasjon til forventet lønnsøkning for de yrkesaktive. Riktignok var ikke overreguleringen særlig stor (0,3%), men var likevel et skritt i riktig retning. Pensjonistenes forhandlere skulle ha et godt grunnlag for sine krav når det er blitt kjent at Stortingets pensjonister har fått en økning i sine pensjoner på kr. 33.000 i året, dvs. kr. 26.950 i månedslønn.

Landsmøtet i forbundet er som kjent lagt til Stavanger i tida 28. – 30. mai 2001. Forberedelsene til møtet er i gang i Stavanger, og vi er sikre på at arrangementet med dette er i de beste hender.

Valgkomiteen er også i gang og trenger gode forslag til kandidater.

Etter lesning av årsrapporter og ved møter og samtaler, har jeg fått et sterkt inntrykk av at vi har en levedyktig organisasjon med interesserte medlemmer og tillitsvalgte. Medlemsutviklingen har fortsatt en økende tendens og vi har nå i alt 4100 medlemmer. Dette er bra, men kanskje sitter det enda igjen telepensjonister som kunne ha godt av å komme i våre foreninger. Det er verdt et forsøk.

På vegne av Landsstyret vårt og på egne vegne takker jeg dere alle for godt samarbeid i året som er gått.

REDAKTØRENS HJØRNE

”Telepensjonisten” er organ for Telepensjonistenes Landsforbund, og har til oppgave å bringe stoff som er av generell interesse for telepensjonistene.

Hva slags stoff er så det? Som nyutnevnt redaktør har jeg og det redaksjonsutvalg som ble nevnt i forrige nummer gjort seg visse tanker. Her er noen av ideene:

- Orientering om vedtak som vedrører pensjonistenes levevilkår.
- Omtale viktige saker som behandles i Landsstyret.
- Hva gjør de nå? Intervjuer med telepensjonister som enten var forholdsvis godt kjent i Televerket, eller som i sin pensjonisttilværelse har engasjert seg i spesielle hobbyer.
- En fast spalt om helse råd til eldre, og kanskje tips om sunt kosthold.

- Det bør legges opp til en bred presentasjon av en lokalforening i hvert nummer, ledsaget av bilder. Den lokalforening som blir presentert utfordrer en ny forening til å gi en presentasjon i neste nummer.
- Foreninger som har jubileer bør omtales. Det kan være aktuelt med en kort personalia-spalte.
- Tips om interessante kåserier og kurs. Reisetips kan også være av interesse.

Dette var noen av ideene. Har dere andre ideer? La i tilfelle oss få vite om dem. Vi er avhengig av god kontakt med leserne for å lage et godt blad.

Den oppmerksomme leser vil se at vi for første gang har åpnet for annonsering i ”Telepensjonisten”. Dette er gjort for å styrke økonomien til bladet.

STATUEN MERKUR ER PÅ PLOSS.

“Telenor forlot Telegrafkvartalet og tok med seg summetonen til Tyholt”, står det i byens avis. Den gamle ærverdige **“Telegrafan”** midt i Trondheim sentrum er en saga blott. Ikke for det, huset fra 1863 står og har fått statuen Merkur på plass i nisjen sin på ytterveggen mot Vår Frue Kirke.

De fleste av våre medlemmer i pensjonistforeningen har hatt sin arbeidsplass i dette bygget. 26. oktober åpnet det nye Merkur kjøpesenter med noen og tredve butikker rundt en overbygd indre gårdsplass. Den gamle Børssalen i første etasje var så noenlunde intakt og innredet som kafe Børsen. Her vil det sannsynligvis bli mange som vil finne sitt stambord. På turen rundt i det nye senteret var det vanskelig å finne igjen sin gamle arbeidsplass. Det var kanskje ikke så mye om å gjøre heller, men jeg fant min innredet som et prøverom. Ja, ja, vi må vel følge med i tiden - en utvikling som vi må smake litt på før vi er helt overbevist.

Hilsen telepensjonistene i Trondheim,
v/Inger Qvam



Her er Merkur på plass





Lødingen telegrafstasjon.

VERNEPLAN FOR TELENORS BYGNINGER OG INSTALLASJONER

Verneplanen for Telenors bygninger og installasjoner er resultat av et samarbeid mellom Riksantikvaren, Telenor og Norsk Telemuseum. Konsernsjef Tormod Hermansen skriver i forordet til verneplanen:

"Så vidt oss bekjent, er verneplanen til Telenor den eneste bevaringsplanen i verdenssammenheng som tar sikte på å ivareta telekommunikasjonsrelaterte kulturminner spredt over et helt land, og som har budsjetterte midler som sikrer en gjennomføring av planen."

Verneplanen inneholder en lang rekke vernede objekter: Blant annet: Telegrafstasjoner (for eksempel Lødingen telegrafstasjon som avbildet ovenfor), linjekurser, linjehytter og stolpelagre, master og antenner, kringkastingsstasjoner og telefonsentraler. Planen dekker alle slags bygninger og installasjoner i Telenors eie, noen i NRKs eie samt enkelte private bygninger som tidligere har vært brukt av Telenor/NRK.

Ved utvelgelsen har en blant annet lagt vekt på følgende:

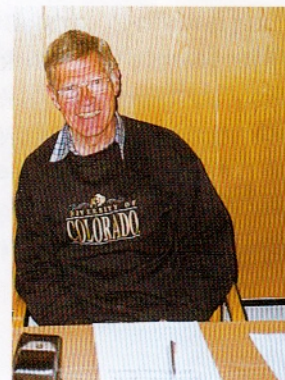
- Kulturminnet er enestående i norsk sammenheng og ønskes bevart av denne grunn.
- Kulturminnet velges ut som representativt for de kulturminner man ønsker bevart for å gi et samlet bilde av Telenors kulturhistorie.
- Kulturminnet utgjør en karakteristisk bygningstype eller bygningsstruktur av betydning for en utviklingsfase i norsk kulturhistorie.

NY REDAKTØR

Landsstyret i Telepensjonistenes Landsforbund har engasjert Otto Døscher Tobiesen som ny redaktør av Telepensjonisten fra 1. november 2000.

Døscher Tobiesen var tidligere seksjonssjef i Teledirektoratet og leder for Administrasjons- og rasjonaliseringsseksjonen.

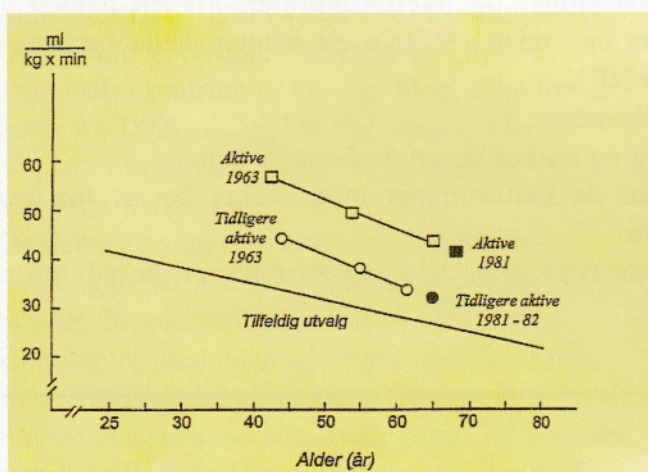
Han er pensjonist fra 1995.



Aldersprosessen - hva gjør den?

Gerontologien er vitenskapen om den normale aldersprosessen som går sin ubønnhørlige gang i oss alle, fra det øyeblikk vi blir født. Det er fire viktige perspektiver.

Det første er det kroppslige perspektivet. Det kan best forstås ut fra evnen til maksimal muskelanstrengelse eller kondisjon. Denne evnen måles som det maksimale oksygenopptaket under anstrengelse, for eksempel på en ergometersykkel eller tredemølle. Den når maksimum midt i 20-årene og reduseres deretter med knapt 1% pr. år. Det betyr at en 75-åring har mistet ca. halvparten av den kapasitet han eller hun hadde i 20-årene. Denne kapasiteten kan imidlertid økes kraftig ved trening, slik at en gjennomtrent 65-åring har omtrent samme kapasitet som en vanlig 25-åring. Trening øker kapasiteten i alle aldre, men kan ikke forhindre aldersprosessen



Maksimalt oksygenopptak hos aktive og tidligere aktive orienteringsløpere, dels undersøkt i 1963 - delt i tre aldersgrupper (åpne symboler) - og dels undersøkt i 1981-82 slått sammen til én aldersgruppe (svarte symboler). Tilfeldig utvalg viser gjennomsnittsverdier hos utrente menn i ulike aldre.

Det er tilsvarende alderskurver for alle organer i kroppen. Det innebærer at det er en jevn reduksjon i kroppens funksjonelle kapasitet. Det sentrale i aldersprosessen er derfor minkende reserver, men organene i en ung kropp har omtrent ti ganger den kapasitet som er nødvendig, og friske eldre har derfor rikelig med kapasitet igjen. En gammel birkebeiner som fortsatte å gå langrenn til han var over 80 år sa det slik: «Jeg går like fort, men det tar lenger tid».

Det andre perspektivet er den psykiske aldersprosessen. Eldre blir langsommere og bruker lenger tid, men blir ikke dummere. De er mindre lystne på å lære nye ting og trenger lenger opplæringstid, men de kan lære like godt som yngre. Dessuten er det ofte slik at det de taper i hastighet, vinner de i erfaring, omtanke, grundighet og forsiktighet. En svensk intervjuundersøkelse av eldre arbeidstakere viste at de fleste følte at de hadde vokst, både personlig og sosialt. Hukommelsen svekkes med alderen, og det tar lenger tid å finne frem i «arkivet». Spesielt er det vanskelig å huske navn. Denne glemsomheten er helt normal og har intet med senil demens eller Alzheimers sykdom å gjøre.

Ett viktig trekk i de Eldres følelsesliv er at de ofte blir mer sårbare og får et svekket selvbilde. Det henger sammen med at en ikke lenger kan gjøre nyttig arbeid og blir avhengig av andres hjelp. Dette er nok først og fremst sosialt og kulturelt betinget, men det truer ofte livskvalitet og livsglede i eldre år. Dette fallet i selvbildet kan ofte være det alvorligste trekket i aldersprosessen, og det kan være en av årsakene til depresjon. Depresjon er ikke sjelden hos eldre, og den kan føre til ensomhet og isolasjon. Omvendt er ensomhet ikke sjelden årsak til depresjon, og det blir lett en ond sirkel mellom ensomhet og depresjon.

Det tredje perspektivet er det sosiale, og det er avhengig av det samfunnet en blir eldre i. I det gamle samfunnet var det respekt for de grå hår, i dagens samfunn opplever mange eldre små og store sosiale "stikk". Arbeidstakerne blir fort for gamle til å bli sendt på kurs, eldre blir ikke nominert til politiske verv, og de føler at de tilhører fortiden. Deres kunnskaper er foreldet, og deres erfaringer er uten interesse. Ofte godtar de eldre diskrimineringen og mener at den er berettiget, for eksempel på arbeidsplassene. Dette svekker selvfølgelig selvbildet.

Det fjerde perspektivet er det åndelige. Det blir sjelden diskutert, og det er umulig å måle. Antakelig er dette perspektivet en naturlig del av aldersprosessen. Det får eldre til å bli mer opptatt av verdispørsmål, jfr. uttrykket «åndelige verdier», av og til også av religiøse spørsmål. Mange eldre finner trøst i «barnelærdommen».

Aldersprosessen er en grunnleggende egenskap hos alt som lever, og de store spørsmålene er fremdeles uløst. Årsakene til aldersprosessen og mekanismene som driver den, er knyttet til arvematerialet i cellene (DNA), men detaljene er ennå uløst. Kronisk underernæring forlenger

levealderen hos forsøksdyr, men vi kjenner ingen praktiske muligheter til å påvirke aldersprosessen hos mennesker. Det er fortsatt diskusjon om hvilken levealder mennesket er «programmert» for. Lenge mente forskerne at 85 år var et rimelig anslag, men i de senere år har anslaget begynt å nærme seg 100 år.

Alderdommen arter seg forskjellig for kvinner og menn. I gjennomsnitt lever norske kvinner nesten seks år lengre enn mennene (i 1997 var forventet levetid for en kvinne 80,97 år og for en mann 75,45 år), men eldre kvinner har ofte mer plager og uførhet enn eldre menn. Årsakene til disse forskjellene er bare delvis kjent. En årsak til at kvinnene lever lenger er at de stort sett lever fornuftigere, men det er ganske sikkert også grunnleggende biologiske forskjeller som påvirker livslengden. Benskjørhet er en hyppig årsak til at kvinner har mer plager og uførhet enn menn, men det er nok mange andre årsaker også.

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

PRESENTASJON AV LOKALFORENINGENE

Telepensjonisten vil i dette og senere numre bringe brede presentasjoner av våre lokalforeninger. Den lokalforening som presenterer seg selv utfordrer en ny lokalforening til å presentere seg i neste nummer. Hva bør tas med i en slik presentasjon? Det er selvsagt opp til den enkelte forening å bestemme, men rent stikkordsmessig ønsker vi å få vite hva slags aktiviteter foreningen driver, om man for eksempel har møter med foredragsholdere, om man har spesielle grupper i arbeid, hva slags turer som arrangeres, hvorledes kontakten er med det lokale Telenor-kontor osv.

På neste side følger en presentasjon av Telepensjonistenes forening, Sentrale enheter.

Til neste nummer utfordrer Sentrale enheter Trondheimsforeningen til å presentere seg selv.



TELEPENSIJONISTENES FORENING

SENTRALE ENHETER



Telekroa

Telepensjonistenes forening, Sentrale enheter er en forholdsvis ny forening, stiftet i 1992. En av drivkreftene bak etableringen av avdelingen var vår nåværende forbundsformann, Bjarne Hagen. Foreningen har hatt en betydelig vekst siden starten og har i dag 272 medlemmer.

Telekroa som ligger i Universitetsgt. 2 er tilholdssted for foreningen. Telekroa er åpen alle virkedager fra kl. 11 til 1430. Der serveres kaffe og kaker alle dager av dagens krovert, som går på omgang blant medlemmene. Antall besøkende i Telekroa er stort sett meget bra. Hvis man er i byen er det alltid koselig å stikke innom en tur for å treffe gamle kolleger. I Kroa har foreningen også kontor med alle kontortekniske hjelpemidler – telefon, PC med internett og kopieringsmaskin. Dessuten har vi TV med videospiller.

Foreningen må dessverre få nytt tilholdssted når Telenors kontorer i Oslo samles på Fornebu om ca. ett år. Antagelig vil vi kunne få nytt møtested i den gamle Telegrafbygningen i Kongens gate. Vi er ikke

interessert i å flytte ut til Fornebu da det ligger altfor usentralt for de fleste av medlemmene.

MØTEVIRKSOMHET

Foreningen holder møter en gang i måneden. Vi synes selv vi er flinke til å finne foredragsholdere. La oss nevne noen av dem: Professor Finn Erik Vinje: Språket til nytte, glede og bekymring.

Kriminalsjef Roger Andresen: Kriminaliteten i Oslo og hva politiet gjør for å bekjempe den.

Odd Lohne: Litt om jordens og Norges geologiske historie.

Advokat Asbjørn Finholt: Eldre og juridiske problemer.

Journalist Einar Lunde: Eventyrlige opplevelser bak kamera i Afrika.

Albert Nordengen: Kåseri om Oslo.

Hjalmar Andersen: Kåseri med historier fra livet på og utenfor isen.

På møtene har vi enkel servering og utlodning som bidrar til å finansiere utgiftene på møtene.



Randi Fuhre med noen av sine malerier

TURKOMITE

Vi har en meget aktiv turkomite med Magnhild Sletbak som leder. Oppslutningen om turene er meget bra. I november i år hadde vi hele 66 deltagere på vår årlige tur til København. Tidligere i høst var det 26 deltagere på en ukes tur til Malta. På forsommeren ble det arrangert en fire dagers tur til Praha. Ellers arrangeres en del dagsturer. Videofilmer fra enkelte av turene har senere vært vist i Telekroa med stor suksess.



Det nåværende og forrige styre i arbeid

JULEMESSE

Hver november arrangeres det julemesse i Telekroa. Der selges smykker, malerier, snekkerarbeider, strikkevotter, julepynt, lappetepper og mye annet – alt selvlaget. Julemessen går over to dager og utstillerne serverer gløgg.



Inger Flack med smykker på julemesse

INTERNETT

Alle medlemmer har tilgang til internett i Telekroa. Det har også vært arrangert uformell opplæring i bruk av internett.

GRUPPER

En slektsforskningsgruppe har vært i arbeid i lengre tid – dessuten er et par andre samtalegrupper (kalt Lunsjakademi) i virksomhet. Forsøk på å få i gang bridgegrupper og sjakk i Telekroa har ikke vært noen suksess.

STYRET

Styret i foreningen består av:
 Gerd Waaktaar Gamst, leder
 Otto Døscher Tobiesen, nestleder
 Brit Larssen, sekretær
 Ragnhild Møklebust, kasserer
 Solveig Beisland, styremedlem
 Sigfred Daviknes, styremedlem
 Einar Heggelund, varamedlem
 Harald Hjelm-Larsen, varamedlem



Gerd Waaktaar Gamst

-Jeg synes det er inspirerende og morsomt å være leder i foreningen, og angrer absolutt ikke på at jeg sa ja til å bli valgt, sier Gerd til Telepensjonisten.

ODT

Helseråd for eldre

TRIM BORT JULEFLESKET!

Av Svein Bjørneby

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



Vi hører alle sammen hvor viktig det er å trimme - å mosjonere. Vi vet også at det er både sunt og viktig. Viktig for å forebygge hjerte-lunge-sykdom, viktig for å beholde god muskulatur, god balanse og koordinasjonsevne. Alt dette er vesentlig for oss, ikke minst når årene går og vi begynner å kunne kalle oss noe mer enn voksne - kanskje til og med gamle eller eldre.

Å kunne klare oss godt i hverdagen - å kunne klare oppgavene både i huset, i fritiden, alene eller sammen med andre, slik vi klarte for noen år siden og slik vi klarte det i går - det er et mål for hver enkelt av oss. Hvordan skal vi få det til? Er det så viktig å holde seg i form? Og hva er egentlig trim.

Som lege har jeg svært mange ganger diskutert både med yngre og eldre mennesker dette med trening og mosjonering. Det finnes jo så mange flotte tilbud i dag. Tilbud om trim i spesielle sentre, delvis til ganske høye priser. Er det noe for alle dem som begynner å bli eldre? Ja, kanskje, kan vi vel si. Men ikke nødvendigvis på grunn av treningen, snarere er det de sosiale kontaktene som er viktig, samværet med andre i trimgrupper osv.

Men er vi nødt til å betale for å trimme, da? Nei, visst ikke. Etter min mening er den beste trimmen vi kan gjennomføre det å gå en god spasertur hver eneste dag. Det har de fleste av oss anledning til. Og vi trenger ikke å gå alene.

Vi kan arrangere slike spaserter sammen med ektefelle eller venner og bekjente. Og vi trenger ikke å gå raskt. Det vil si, vi skal ikke gå raskt.

Når vi går våre turer, skal vi ikke gå raskere enn at pusten går lett og vi kan snakke forholdsvis utvunget mens vi går. Hvis vi blir andpustne eller får klem i brystet, må vi ta det med ro, eventuelt stoppe helt opp.

Vi skal gå så jevnt og rolig at vi trives når vi går. Vi kan godt bli litt varme, det er bare bra. Men all overanstrengelse er av det onde i denne forbindelse.

Viktig er det å lage seg spasereturvaner. I godt voksen alder er den daglige turen viktig. Å komme inn i et fast mønster. Og da kan vi etter hvert si: den turen jeg klarte å gå utvunget i går, den klarer jeg i dag også - og den har jeg tenkt å klare like fint i morgen. Og tenk ikke så mye på været. Vi bestemmer oss for å gå i alt vær. Det finnes ikke dårlig vær, vet dere, det finnes bare dårlige klær. Men husk: om vinteren bruker vi brodder under skoene. Det finnes så mange greie modeller å få kjøpt. Og til slutt, en formaning: bruk refleks! Høsten og vinteren er så mørk, nesten hele dagen, så refleksen hører med.

Jeg ønsker alle Telenorpensjonister lykke til med trim og turgåing. Mosjonen gir overskudd, og det trenger vi uansett alder og oppgaver i det daglige.



Bjarne Hagen 75 år

Vår kjære forbundsformann, Bjarne Hagen, fylte 75 år den 11. november. Bjarne er født på Lillehammer og begynte i Telegrafverket i 1945. Han har både montørkurs, automatteknikerkurs og høyere kurs, noe det ikke er så mange som har. I løpet av sin yrkeskarriere har han vært telefonarbeider og automattekniker i Lillehammer og transmisjonstekniker i Hamar. I 1964 kom han som sekretær II til Telegrafstyret. Etter noen år der ble han først kontorsjef i Personalavdelingen og senere kontorsjef for Fellestjenestekontoret i Administrasjonsavdelingen. Han avsluttet sin karriere som seksjonssjef for Interne tjenester i Teledirektoratet. Bjarne gikk av med pensjon i 1992. Bjarne har vært aktiv i organisasjonslivet. Han var i flere år sekretær og leder i Østafjellske krets av TMLF. Heldigvis for oss pensjonister la han ikke årene inn da han gikk av med pensjon. Han var hovedmannen bak stiftelsen av Telepensjonistenes forening, Sentrale enheter, og var leder for denne foreningen fra starten i 1992 til 1995. For sin innsats ble han æresmedlem av denne foreningen i 1995.

I 1999 ble han valgt til leder av Telepensjonistenes Landsforbund. Det ble satt meget stor pris av våre medlemmer at han var villig til å stille som leder av Forbundet.



I dette tillitsvervet har han gjort en betydelig innsats for oss telepensjonister. Det er for eksempel mange som husker hvor intenst han arbeidet for å skaffe oss en avtale om kjøp av PC'er fra Telenor. Vi kan i det hele prise oss lykkelig for at vi har en mann som Bjarne til å arbeide for oss.

Vi gratulerer med dagen, og ønsker alt vel for fremtiden. ODT

HISTORIEN OM NORSKE TELEKOMMUNIKASJONER GJENNOM 150 ÅR

Senter for næringslivshistorie (SNH) ved Handelshøyskolen BI har i flere år på oppdrag av Telenor arbeidet med gjennomføringen av prosjektet "Telekommunikasjonenes historie i Norge." Det er Norsk Telemuseum ved Eli Hall som følger opp prosjektet fra Telenors side. Prosjektleder ved SNH er Lars Thue.

Prosjektet skal først og fremst resultere i et historieverk på tre bind, ikke bare om Televerkets/Telenors historie, men om hele telesektorens utvikling i Norge fra telegrafens start i 1855. Dette verket skal utgis til 150-års jubileet for Telenor i 2005. Det første bindet dekker tiden fra 1855 til 1920 og skrives av Harald Rinde. Det andre bindet tar for seg tiden fra 1920 til 1970 og skrives av Harald Espeli. Lars Thue skriver historien fra 1970 og frem til i dag. Alle de tre forfatterne er forskere ved SNH, og det er beregnet å medgå tre års arbeid for hvert bind.

I tillegg til arbeidet med selve historieverket, har det vært gjennomført en rekke telehistoriske seminarer. Det samles inn intervjuer med folk fra bransjen, og det har vært gitt støtte til studenters arbeid med hovedoppgaver om relevante emner.

Telenors representanter i styringsgruppen for prosjektet er Bjørn Gladsø, Eli Hall og Kjell Olav Mathisen.

Hvis noen ønsker å komme i kontakt med historikergruppen, kan de ringe eller skrive til Lars Thue, Handelshøyskolen BI, postboks 580, 1302 Sandvika.

Telefon direkte 67 55 72 37 og til sentralbord 67 55 70 00.

Fellesmøte for pensjonistforeningene i Midt-Norge 12. oktober 2000.



*Fra venstre: Marie Sæther, Elsa Mørkeset, Magnhild Hånes,
Randi Spurkland, Gerd Ohr, Bodil Furmyr og Sigrun Moe.*

Dette var en oppfølging av møte i Trondheim høsten 1999, og etter avtale var det i år Kristiansunds tur. I tillegg til styret i Kristiansund, deltok representanter fra Trondheim, Ålesund, og Levanger. Leder Gerd Ohr ledet møtet. Første sak var referat fra fjorårets møte, og deretter orienterte de respektive foreninger om virksomheten og aktiviteten i sine foreninger. Aktiviteten i små og store foreninger blir noe forskjellig, men deltakerne satte stor pris på utveksling av ideer og måter å arbeide på.

En felles vervekampanje ble diskutert, men det ble enighet om at hver forening lager sin folder som presenterer den lokale foreningen.

Valg av nye landsstyremedlemmer var også på dagsorden, og her ble det understreket at det er viktig at Midt-Norge er representert. Trondheim er en stor og aktiv forening og møtet var enig om at kandidater derfra peker seg naturlig ut.

Formålet med fellesmøtene er å styrke kontakten mellom pensjonistforeningene i Midt-Norge. Alle mente dette var et positivt møte og ønsket videre samarbeid både når det gjelder fellesmøter og reiser.

Kristiansund telepensionistforening. Hilsen Randi Spurkland.



Kjell Holler er død

Vår tidligere generaldirektør i Televerket Kjell Holler er død. Han ble 75 år gammel. Kjell Holler ble født på Rjukan 29. juni 1925. Han var industriminister i regjeringen Gerhardsen 1959-63. Holler trakk seg fra regjeringen da Tønseth-kommisjonens rapport om gruveulykken i Kings Bay ble lagt frem i 1963. Holler var sosialøkonom og arbeidet i flere år som direktør i Samvirke Forsikring før han ble generaldirektør i Televerket i 1980. Før han ble generaldirektør hadde han i seks år vært formann i Televerkets styre. Han gikk av som generaldirektør i 1991.

Utnevningen av Holler som generaldirektør representerte noe nytt i Televerkets historie. Tidligere var direktørene rekruttert internt i bedriften.

Kjell Holler var særlig opptatt av å reformere den instruksorienterte og sentraliserte styringsstrukturen, og han la stor vekt på å utvikle en mer kundeorientert og serviceorientert bedriftskultur. Typisk var Hollers initiativ til serviceåret 1983. Målet var å bedre forholdet mellom etaten og publikum.

Mange ansatte satte pris på Hollers forsøk på å myke opp i den detaljstyrte bedriften. Men for en medarbeider som kom på kant med rutinene, var det godt å vite at Holler mente "Det er bedre med ett initiativ for mye enn to for lite" og "Det er bedre å be om tilgivelse enn tillatelse". Det er ingen tvil om at Holler ved sin lederstil frigjorde ressurser innad i Televerket. I 1986 fikk Holler *Jobbgledeprisen*. Holler var Kommandør av St. Olavs Orden.

Takk for innsatsen, Kjell Holler!



Takk til Liv Ulsbøl

Liv Ulsbøl har takket av som redaktør av "Telepensjonisten". Hun har sittet som redaktør i hele åtte år. Som leder for Landsforbundet vil jeg rette en takk til Liv for det betydelige arbeid hun har nedlagt som redaktør i disse årene. Det har krevet en stor innsats å fylle "Telepensjonisten" med stoff i alle disse årene, for som alle vet kommer ikke stoff til bladet rennende på en fjøl av seg selv. Liv har gjennom disse årene bygget opp et stort kontaktnett over hele landet, og har alltid vært på jakt etter stoff til bladet.

Jeg ønsker Liv alt vel for fremtiden.

Bjarne Hagen

MORGENDAGENS KONTOR I TELENOR?

Hvordan ser morgendagens kontor ut i vår elektroniske fremtid?
Vi har vært på besøk hos Telenor Bedrift på Skullerud i Oslo.

I forbindelse med flyttingen til Fornebu er det satt i gang tre pilotprosjekter for å teste ut nye såkalte åpne kontorløsninger. Ett av pilotprosjektene er på Telenor Bedrift som holder til i de tidligere lokalene til Norsk Data på Skullerud.

Åpen kontorløsning

Åpen kontorløsning vil si at det ikke er noen skillevegger slik det var i de gamle kontorlandskapene. En annen forskjell fra kontorlandskap er at medarbeiderne ikke har fast kontor plass. På Telenor Bedrift finner vi ett stort lokale med i alt 24 skrivebord. Når medarbeiderne går for dagen må de rydde skrivebordet slik at det er helt tomt. Det er toppledergruppen i Telenor Bedrift som er med i dette prosjektet.



Åpen kontorløsning på Telenor Bedrift

Alle får plass

Det er i alt 33 medarbeidere som disponerer 24 skrivebord.

Da gjelder det vel å komme tidlig om morgenen for å få plass, spør jeg sjefsekretær Ragnhild Næss.



Ragnhild Næss med sin "hutch"

-Nei, det er ikke noe problem, sier hun. Dette er et ledermiljø der folk er mye i møter og på reiser. Den eneste gangen hun kan huske at det var fullt var dagen før påske. I snitt sitter det ikke mer enn ti personer her til enhver tid. Alle har bærbar PC. Når de går hjem har de et ISDN-kort som de putter inn i maskinen og knytter seg opp via en ISDN-linje som man har hjemme. Dermed er man knyttet til serveren på kontoret og har tilgang til de samme dokumenter som på kontoret. Alle har mobiltelefon. Når man ikke har faste kontor plasser kan man heller ikke ha fast-telefoner.

Ragnhild Næss forteller videre at der det nå er 33 arbeidsplasser var det tidligere 15 cellekontorer, med andre ord en halvering av kostnadene til husleie.


Thor Halvorsen

Sjefen sitter i landskapet

Heller ikke sjefen, administrerende direktør Thor Halvorsen, har eget kontor.

-Tidligere satt jeg på kjempekontoret til Rolf Skår i Norsk Data, sier Halvorsen. Der satt jeg imidlertid bare 10-15% av tiden. Jeg er i bevegelse hele tiden med en rekke møter og mye reising. Halvorsen fryktet at han ville bli mer forstyrret når han satt i åpent landskap, men mener selv han ikke blir det. Han sier at da han hadde eget kontor stod folk og verket for å komme inn til ham. Det skjer imidlertid ikke nå. Halvorsen tror folk jobber mer effektivt sammen i åpne kontorer.

På Fornebu har man som ambisjon å ha omtrent 70% åpne kontorløsninger. De tre pilotprosjektene som er i gang skal gi verdifull erfaring til innflyttingen på Fornebu om ett års tid.

Ingen familiebilder på skrivebordet

De som arbeider i det åpne kontoret må si farvel til bilder av familien over skrivebordet. Det de trenger å ha med seg i arbeidet må få plass enten i et lite veggskap eller i en såkalt "hutch" som er et lite trilleskap. Hutchen er det eneste som er privat.

Omtrent alle hundre som deltar i de tre pilotprosjektene er fornøyd med nyordningen. Bare to av hundre ønsket seg tilbake til cellekontorer, viser en undersøkelse som er foretatt blant alle som er med i pilotprosjektene. Vidar Helmersen som er leder for forretningsenheten -Bedriftskommunikasjon tale - er

veldig fornøyd. Han har vært i lederposisjon i 15 år og stilte spørsmål ved om han ville bli forstyrret når han hadde behov for å tenke litt i fred og ro. Men han har ikke hatt problemer med å jobbe konsentrert.

-Vi må klype oss i armen og spørre: Har vi vedtatt at vi skal være positive? Men det har vi ikke, sier Helmersen.

Ryddig kontor hver morgen

-Vi må rydde kontoret hver dag når vi går hjem. Å ha ryddig kontor hver dag er en positiv opplevelse. I tidligere tider hadde dokumentene en tendens til å hope seg opp, og man fikk dårlig samvittighet. Nå stimuleres man til å rydde etter hvert, sier Helmersen.

Det er utarbeidet et sett spilleregler for å få ting til å fungere best mulig, for eksempel:

- Ta hensyn til hverandre, unngå diskusjoner ved siden av kolleger som arbeider.
- Vis hensyn når du snakker i telefonen. Bruk et støysvakt ringesignal.


Vidar Helmersen

Noe for pensjonister?

For en pensjonist som har vært vant til å ha eget kontor med masse papirbunker, og der alle saker kom i papirform, virker nok det hele svært uvant. Hvordan ville vi som nå er pensjonister likt å jobbe på denne måten? Det hadde vært vanskelig i begynnelsen tror jeg, men kanskje vi ville vent oss til det i løpet av forholdsvis kort tid. Hvem vet? Vi pensjonister er ikke så lite fleksible som noen tror! ODT



NYTT FRA LANDSFORBUNDET

Telepensjonistenes Landsforbund hadde landsstyremøte 19. oktober 2000. Fra protokollen har vi sakset følgende:

Nye medlemmer i valgkomiteen:

Synnøve Nordahl, leder av Pensjonistforeningen Oslo og Gerd Waaktaar Gamst, leder av Pensjonistforeningen Sentrale enheter er oppnevnt som nye medlemmer av valgkomiteen etter Henrik Jørgensen. Foruten disse to består valgkomiteen av Elsa Jervan Håker, koordinator, Harstad og Inger Qvam, leder av Pensjonistforeningen Trondheim.

Møte med konsernledelsen i Telenor

Bjarne Hagen og Inger Trøan var i møte med konserndirektøt Gun Bente Johansen og Solveig Glenndal 12.09.00. Konklusjonen fra møtet:

Telepensjonistene vil for året 2001 få velferdsmidler fra Telenor til dekning av driftsutgifter lik beløpet for i år med tillegg av 5%. Bravida som er skilt ut som eget selskap ble også diskutert. Pensjonister fra Bravida frem til 1.10.00 vil omfattes av tildelingen av velferdsmidler fra Telenor. De som pensjoneres fra Bravida etter 1.10.00 vil ikke omfattes av tildelte velferdsmidler. Dette vil også gjelde andre selskaper hvor Telenor eier mindre enn 50%. Forbundet må forhandle med Bravida med sikte på en ordning for pensjonister fra Bravida. Dersom dette ikke fører frem vil saken tas opp med Hermansen.

Regnskap for 2000 hittil i år

Tildelingen fra Telenor er for 2000 kr. 150.000 mindre enn budsjettert, noe som fører til en stram økonomi. Tilskudd fra personalorganisasjonene er på kr. 11.000. EL- og IT-forbun-

det har svart at Norsk Elektrikerforbund, som EL- og IT-forbundet har fusjonert med, ikke har tilskudd til pensjonistene, og at vi derfor ikke får tilskudd derfra. Tilskudd til lokalforeningene er kr. 160 pr. medlem + kr. 2000 til hver lokalforening.

Husleiespørsmål

Husleiespørsmålet er et stadig tilbakevendende tema ettersom flere og flere lokalforeninger ikke lenger får kontorlokaler i Telenor og må leie ekstern kontorplass. Lokalforeninger som leier kontorlokaler, må budsjettere med husleie for 2001 og søke Forbundet om eventuell refusjon. Kostnader ved leie av møtelokaler er Telenor uvedkommende, og må dekkes av foreningene.

Stiftelsen Telenor Hytter

Stiftelsen Telenor Hytter er etablert, og omfatter Telenor-eide hytter i Sør- og Øst-Norge. Telenoransatte har prioritet foran pensjonister, og ukeleie går foran weekendleie. Oversikt over hyttene ligger på Info-Torg, men da pensjonistene ikke har adgang til Info-Torg, vil Solveig Glenndal sørge for at oversikt over hyttene blir sendt den enkelte pensjonistforening.

Telenor-aksjer

Forbundet har skrevet til Telenor og bedt om at telepensjonistene får kjøpe aksjer i selskapet på samme vilkår som de ansatte. Vi har foreløpig ikke mottatt svar.

Kalender for 2001

Kalender blir distribuert lokalforeningene direkte fra trykkeriet, sannsynligvis i månedskiftet november/desember.





Lillian Krokans bok om telekvinnenes innsats under 2. verdenskrig er trykket.

I forrige nr. av Telepensjonisten hadde vi et intervju med Lillian Krokan om hennes bok. Nå foreligger den ferdig trykket og kan bestilles fra Norsk Telemuseum, tlf. 22 77 55 55. Boken koster kr. 120.

Bostøtte fra Husbanken

Har du høye bostgifter eller behov for tilpasning og utbedring av boligen? Husbanken har utgitt en egen brosjyre for deg over 65 år om:

- Bostøtte
- Tilskudd
- Lån

Brosjyren er utarbeidet i samarbeid med Norsk Pensjonistforbund. For nærmere informasjon eller bestilling av brosjyren, ta kontakt med boligkontoret i kommunen eller bydelen der du bor.

Begravelsesstøtte

Både KTTL og EL og IT Forbundet gir støtte ved tidligere medlems død. KTTL har en Begravelseskasse som for tiden gir et bidrag på kr. 3000. I EL og IT Forbundet gir "LOfavored grunnforsikring" støtte ved dødsfall. Ved alder 67 år og eldre gis støtte på kr. 4000.

KTTL og EL og IT Forbundet gir nærmere opplysninger om hvorledes en skal gå frem for å få støtte.

Markedets beste sparerente for medlemmer i Telespar!

Fra 1.oktober gjelder følgende rentesatser på sparing:

Sparekonto: **5,7% p.a.** Frie uttak.
Høyrentekonto: **7,2% p.a.** Min. kr 50.000 og 2 uttak per år.

Som medlem kan du også søke om vårt gunstige bensinkort fra euroShell. Med dette kortet får du 40 øre rabatt per liter drivstoff. Fakturaen sendes Telespar og belastes din Sparekonto.

Interessert? Ta kontakt idag!



Telefon: **22 77 56 18** Telefaks: 22 41 49 52
Mail: telespar@telenor.com



Telepensjonister på tur til Praha.

Tre fulle busser med reiseglade telepensjonister fra Midt-Norge tok turen til Praha i slutten av august. Det var den andre utenlandsturen Trondheims-pensjonistene la ut på. I 1999 gikk turen til Skagen i Danmark, og den var såpass vellykket, så i år våget vi spranget og la turen nedover i Europa. Eldstemann var født i 1916 så vi var litt spente på hvordan dette ville gå - men det gikk over all forventning.

Vi brukte åtte dager på turen. Da hadde vi tre overnattinger i Praha. Det var en praktfull by. Om dagen var vi på sightseeing og om kveldene var vi spredt på forskjellige steder som opera, pantomime, folkløse og ulike konserter - mulighetene var mange.

Jeg tror jeg har alle med meg når jeg sier vi



Inger og Harald Qvam med Praha i bakgrunnen.

har hatt en alle tiders tur, og nå lurer vi på hvor turen går til neste år.

Nærmere opplysninger om turen fåes ved henvendelse reisekomiteen v/Gerd Parelius, tlf. 73931020.

Hilsen Magnhild Hånes

Vi ønsker
TELE PENSJONISTEN
lykke til i videre
virksomhet



Lånemuligheter i Statens pensjonskasse

Pensjonister i Telenor kan få lån i Statens pensjonskasse (SPK) til 5,5% rente, effektiv rente er 5,65%. Fra 1. januar neste år foreslår regjeringen at renten settes opp til 6,5%.

Lån inntil kr. 500.000 gis til:

- Kjøp av innskuddsleilighet
- Kjøp av selveierbolig
- Konverteringstilsagn ved nybygging
- Utvidelse og ombygging av bolig
- Refinansiering av boliglån
- Skifteoppgjør i forbindelse med skilsmisse

Nærmere opplysninger i SPK eller www.spk.no/bolig/Vilkor/



FOLKETRYGD OG ALDERSPENSJON

Norge blir rikere og rikere og skattene stiger og stiger. Det er kanskje ikke så lett å forstå. Noe av forklaringen på dette fenomenet er imidlertid lett å fatte. Folketrygdens utgifter stiger omtrent automatisk med et ikke ubetydelig antall milliarder hvert år, og dette beløpet mener styresmaktene må dekkes inn gjennom økte skatter.

Det er kanskje utgiftene til våre alderstrygdede som stiger så forferdelig da - det blir jo stadig flere eldre sies det. Nei, det er *ikke* der problemet ligger. Det er i første rekke utgiftene til syketrygd og uføretrygd som har løpt løpsk, og myndighetene synes ikke å være villig til å sette i verk tiltak som begrenser utgiftsveksten på disse områdene.

La oss se litt på Folketrygdens budsjett for 2000. Av et totalt budsjett på 170 milliarder går 63,5 milliarder til alderspensjon. Sykepengen til yrkesaktive utgjør 20 milliarder og utgiftene til uføretrygd 33 milliarder. Det vil si at utgiftene til sykepenge og uføretrygd utgjør nesten like mye som til alderspensjon. Med den økningstakt som det er på utgifter til syketrygd og uføretrygd, er det vel ikke lenge før utgiftene kommer til å overstige det som blir utbetalt i alderspensjon. En slik utvikling var neppe forutsatt av Stortinget da loven om folketrygd ble vedtatt i 1966.

Det vi kan kalle Folketrygdens pensjonsdel går med et betydelig overskudd – det vil si at pensjonsinnbetalingene langt overskrider pensjonsutbetalingene. Og det som sies om at vi blir stadig flere eldre er ikke sant. Antall personer over 67 år kommer tvert imot til å *synke* de nærmeste årene. Dette har sammenheng med de meget lave årskullene vi hadde i 1930 årene. Det er først om ca. ti år at veksten setter inn.

Misforstå ikke. Eldrebølgen kommer, og vi må selvsagt forberede oss på den. Men det er i dag ingen eldrebølge som skyver utgiftene i Folketrygden oppover.

ODT

AKSJER TIL ANSATTE I TELENOR

Som nevnt annet sted i bladet har Landsforbundet bedt om at telepensjonister fikk kjøpe aksjer på samme vilkår som ansatte i Telenor. Dette ønsket er ikke blitt oppfylt. De ansatte fikk kjøpe aksjer med en garantert minstetildeling på opptil kr. 75.000. Rabatt og bonusaksjer ble to kroner per aksje samt en bonusaksje for hver tiende kjøpte, forutsatt at aksjene beholdes i et år. I tillegg fikk de ansatte en skattefri kontantrabatt på 20% maksimalt begrenset oppad til 1500 kroner. Pensjonistene fikk de samme vilkår som andre privatpersoner.



MELD DEG INN I DITT HJEMSTEDS TELEPENSJONISTFORENING

Her møter du venner og kolleger og oppfrisker gamle minner.

Arendal:	Björg Berli, Sandnes, 4812 KONGSHAVN	37 08 82 71
Bergen:	Aslaug Hellevang, Postboks 7150, 5020 BERGEN	55 13 43 87
Bodø/Salten:	Lilly Ursaker 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	Rolf Køste, Jerpevn.1, 2200 KONGSVINGER	62 81 59 10
Gudbrandsdal:	Magnhild Syrrist, Storgt. 8, 2670 OTTA	61 23 02 81
Hamar:	Jon Kroken, Seierstedvn. 6, 2322 RIDABU	62 52 42 50
Haugesund:	Arne Fosse, Hervikvei 10 d, 5521 HAUGESUND	52 71 65 50
Helgeland:	Evald Hagenes, Veslefrikkvn. 13, 8800 SANDNESSJØEN	75 04 34 34
Kristiansand:	Elisabeth Augland, Koggeveien 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, Bakkeveien 12, 7600 LEVANGER	74 08 12 15
Lillehammer:	Egil Iversen, Bekkefare 2 e, 2613 LILLEHAMMER	61 25 00 37
Lillestrøm:	Arve Dehli, Gml. Rovenvei 39, 1900 FETSUND	63 88 14 22
Lofoten:	Edit Susæg, Rich. Withsgt. 12, 8300 SVOLVÆR	76 07 06 40
Molde:	Sigrud Jordhøy, Torbjørnsveg 13, 6429 MOLDE	71 25 33 13
Namsos:	Randi Langås, Vasshusvn.2 7800 NAMSOS	74 27 50 68
Nord-Østerdal:	Klaus Lillevold, Hestekoene 2 b, 2500 TYNSET	62 48 11 51
Ofoten og Sør-Troms:	Henny Hofso, Buveien 17, 9406 Harstad	77 06 17 07
Oslo:	Synnøve Nordahl, Dragonstien 31, 1062 OSLO	22 30 51 02
Ringerike:	Edith Pedersen, Gøtzschesgt. 5, 3513 HØNEFOSS	32 12 86 60
Sandefjord:	Gun-Britt Lisberg, Huvikvn. 32 A 3222 SANDEFJORD	33 47 25 74
Sentrale Enheter:	Gerd Waaktaar Gamst, Lille Borgenvei 14 a, 0370 OSLO	22 49 46 50
Skien:	Elsie Marit Hansen, Nedre Rønningen 6 b, 3740 SKIEN	35 59 84 77
Sogn og Fjordane:	Björg Årskaug Vie, 6800 FØRDE	57 82 13 36
Stavanger:	Ingvar Ueland, Leitevn. 14, 4020 STAVANGER	51 58 72 20
Steinkjer:	Ole Halsauet, Karjolveien 67, 7712 STEINKJER	74 16 75 80
Tromsø:	Randi Sorem, Bentsjordvn. 5, 9006 TROMSØ	77 68 29 43
Trondheim:	Inger Qvam, Magnus Berrføttsvei 1 b, 7046 TRONDHEIM	73 91 81 50
Tønsberg:	Astrid Fagernes, Jupitervn. 6, 3113 TØNSBERG	33 32 57 10
Valdres:	Astri Jodalen, Øvreveien 33, 2900 FAGERNES	61 36 00 59
Østfold:	Ottar Midthun, Gaupefare 11, 1712 GRÅLUM	69 14 03 52
Ålesund:	Oddveig Saure, Ørnestua 12, 6009 ÅLESUND	70 13 78 30