

# telepensjonisten

Medlemsblad for Telepensjonistenes Landsforbund

Nr. 4/23- 50. årgang



**Kjell Erling koser seg med mange ord**



**Lisa og Kjell koser seg på sykkelturn**



**Johanne Marie runder sine hundre**



# Lederen har ordet

Julehøytiden nærmer seg, og i den forbindelse ønsker jeg å sende dere en julehilsen. Det har vært et utfordrende år for oss alle, men vi har klart oss gjennom det.

Desember er her og tiden er inne for refleksjoner, se frem mot det kommende året med håp og optimisme. La oss bruke denne tiden til å hvile, nyte selskapet til våre kjære og lade opp batteriene for det som kommer.

Jeg vil takke hver og en av dere for engasjement og dedikasjon. Bidragene har vært uvurderlige, og det er takket være dere at vi kan fortsette å jobbe for å ivareta våre medlemmers interesser.

Telenor fortsetter å redusere støtten, og for kalenderåret 2024 er den på kr. 600.000, - kraftig redusert de senere år som gjør at aktiviteten blir begrenset både sentralt og lokalt. Vi er selvsagt glade for støtten og har takket for den, men det kan da ikke stå så dårlig til med Telenor?

En måte å få inn mer penger på er å verve nye medlemmer – vi har derfor startet en ny vervekampanje nå i høst, og den

avsluttes til Lederkonferansen i 2024. Alle som verver minst tre nye medlemmer får et gavekort på 300 kroner. Beste verver vil, i tillegg til heder og ære, vinne en iPad – så løp ut og verv et nytt medlem!

Landsstyret deltok også i år på årets SAKO-konferanse, og den er beskrevet annet sted i bladet. Slike møtepunkter er viktige å delta på, slik at vi sammen får gjennomslag for felles synspunkt. Søkelys på «Bo trygt hjemme reformen» og Fripoliser/samordningsfellen.

Vi har to alvorlige konflikter som har pågått i året som har gått - konflikten i Gaza og Ukraina. Disse konfliktene har forårsaket store lidelser og tap av liv.

I Gaza har vi sett en eskalering av volden mellom Israel og Palestina, som har ført til mange sivile tap og ødeleggelser. Vi må fordømme enhver form for vold og oppfordre til en fredelig løsning på konflikten. Vi oppfordrer også til at humanitær hjelp når frem til de som trenger det mest, og at det internasjonale samfunnet jobber videre for å finne en varig og rettferdig løsning for begge parter der målet er en tostatsløsning.

I Ukraina har vi sett en konflikt som har pågått i flere år, med store menneskelige og økonomiske konsekvenser. Vi støtter Ukrainas suverenitet og territoriale integritet, og oppfordrer til en fredelig løsning på konflikten. Det er viktig at det internasjonale samfunnet jobber sammen for å finne en diplomatisk vei ut av konflikten og sikre at menneskerettighetene blir respektert.

Vi kan bidra ved å spre kunnskap og informasjon om konfliktene, delta i fredelige demonstrasjoner og støtte organisasjoner som jobber for fred og menneskerettigheter.

La oss også bruke vår stemme og vårt engasjement til å framsnakke håpet om en fredeligere verden. Sammen kan vi gjøre en forskjell.

Jeg ønsker dere alle en fredelig og gledelig jul, fylt med kjærlighet, latter og varme. Må denne høytiden bringe dere glede, og må det nye året være fylt med gode opplevelser og muligheter.

Tore Haugland  
Forbundsleder



## INNHOOLD

Lederen har ordet	s. 2	Fyller dagene med ord	s. 9
Nytt fra landsstyret	s. 3	Viktig å sikre seg mot datavirus	s. 10
Pensjonistforbundets helsekonferanse	s. 4	Liten forening i godt driv	s. 11
Statsbudsjettet 2025	s. 6	The Plus	s. 11
Høstens SAKO-konferanse	s. 6	Aasmund Olavson Vinje og Eidsbugarden	s. 12
Sterkt kvartal for Telenor	s. 7	Fornebuforeningen til sjøs	s. 13
Telenor Group selger Telenor Satellite	s. 7	Felles mimring er artig	s. 13
Johanne Marie rundet sine 100 år	s. 7	Hva brukes snorene til	s. 13
Elsyssel er langt fra latskap	s. 8	Tilbakeblikk	s. 14
Elsyssel – et nyttekjøretøy	s. 9	Småstoff	s. 16

Neste nummer av bladet kommer ut 20. mars. Tips og stoff sendes på e-post til [gunhi-s@online.no](mailto:gunhi-s@online.no) innen **1. mars**.

**Forsidebilde:** Advent i vår lille by. Foto: Gunhild G. Skoglund.

Redaktøren forbeholder seg retten til redigering og nedkorting av innlegg.

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

# Nytt fra landsstyret

## Konferanser

Hver høst arrangerer Pensjonistforbundet en Helsekonferanse og en SAKO- konferanse. Landsstyret har vært representert på begge konferansene, omtaler fra møtene kan du lese annet sted i bladet.



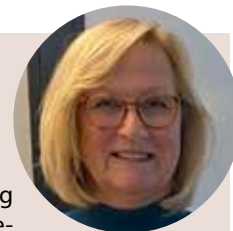
Pensjonistforbundet

## Telepensjonistene inn i styret for TPK

- Jeg ser frem til oppgaven med spenning og ydmykhet, og håper jeg klarer å ivareta forventningene, sier Anne Sørлие-Johansen, nestleder i Telepensjonistenes Landsforbund.

Hun er oppnevnt som representant for EL og IT Forbundet og Negotia. Hege Ottersen er varerepresentant.

Telenor Pensjonskasse (TPK) er en stiftelse, og styret har sju medlemmer hvorav to er representanter for de ansatte. Telepensjonistene har i lengre tid arbeidet for å bli representert i styret.



## Statsbudsjettet 2025



Pensjonistforbundet og SAKO-organisasjonene, hvor Telepensjonistens Landsforbund inngår som en av partene, har sendt sine krav til statsbudsjettet til statsråd Tonje Brenna i Arbeids- og inkluderingsdepartementet.

Finn-Egil Elster deltok på møtet om budsjettet med tidligere statsråd Marte Mjøs Persen. Se referat fra dette møtet på side 6.

**Kravene fra PF/SAKO, som ble sendt 14. november, består av tre hovedpunkter:**

1. Bedre økonomiske levekår og redusert ulikhet
2. Kvalitet og kapasitet i helse- og omsorgssektoren
3. Flere aldersvennlige boliger

Dokumentet ligger på [telepensjonistene.no](http://telepensjonistene.no).

## Medlemsfordeler

Etter å ha kontaktet forskjellige selskaper om å få til en avtale med reduserte priser for våre medlemmer, lyktes vi med et godt tilbud fra Hurtigruten.

Telepensjonistene er tilbudt en tur med Polarlys fra Bergen til Kirkenes og retur med fly, eller en tilsvarende tur-retur ombord i Polarlys.

Avtalen er nylig inngått, og fristen for påmelding ble satt til 15. desember. Dessverre for sent i forhold til utgivelse av Telepensjonisten, men samtlige medlemmer med e-post adresse skal ha fått tilbudet. I tillegg ble det annonsert på telepensjonistene.no og vår facebook-gruppe.



## Vi minner om

- å melde ny adresse hvis du flytter
- å gi oss beskjed dersom du ikke vil ha Telepensjonisten i posten
- å sende inn stoff eller tipse redaktøren av medlemsbladet vårt om aktuelle saker
- å følge med på telepensjonistene.no hvor du også finner Telepensjonisten
- å nyte din tilværelse på best mulig måte til tross for urolige tider

## Delta i vervekonkurransen

Vi minner om hvor viktig det er å rekruttere flere telepensjonister. Det påvirker økonomien vår, som organisasjon blir vi sterkere jo flere vi blir og trivsel og samhold styrkes gjennom tidligere kollegers medlemskap.

I skrivende stund har 41 personer meldt seg inn etter at vervekampanjen startet 15. september. 21 av disse er registrert med navnet på den som har vervet dem.

Det er kun de ververne som registreres i StyreWeb som kvalifiserer til vervepremie. Det er derfor viktig at alle ververne registreres.

I forrige nummer av Telepensjonisten kan du lese om kampanjen og hvordan du registrerer nye medlemmer for å delta i konkurransen. Styret i din lokalforening hjelper deg gjerne med å fylle ut skjemaet dersom du har problemer.



## Lederkonferanse 2024

Forberedelse til neste års lederkonferanse har startet. Den skal holdes 23. – 24. april. Konferansen skal etter planen finne sted på Quality Airport Hotel Gardermoen. Vi har brukt hotellet ved flere samlinger, og er godt fornøyd med det totale tilbudet de gir oss. Agenda og tema for konferansen er foreløpig åpent.



# Pensjonistforbundets helsekonferanse

Som et ledd i det formaliserte samarbeidet Telepensjonistene har med Pensjonistforbundet (SAKO-samarbeidet) blir vi invitert til en del arrangementer i regi av PF. Et av disse er den årlige helsekonferansen, som først og fremst er ment som en anledning for de fylkesvise helseutvalgene i Pensjonistforbundet (PF) til å møtes, men som gjerne inneholder en dag der det gis informasjon, som også vi får del i.

Finn-Egil Elster, forbundskasserer

Årets tema var «Bo trygt hjemme», med utgangspunkt i stortingsmeldingen som ble lagt fram i juni (Meld. St. 24 (2022-23) Felleskap og meistring – Bu trygt heime-reformen), og som i skrivende stund behandles i Stortinget etter en forholdsvis lang høringsrunde, som også har omfattet dialogmøter. Dette kalles en reform, som skal avløse den forrige regjeringens program for «Leve hele livet», og som skal sammenfatte tiltak på en lang rekke områder:

- Kompetente og myndiggjorte medarbeidere
- Levende lokalsamfunn
- Boligtilpasning og planlegging
- Trygghet for tjenester og støtte til pårørende

Inntrykket som sitter igjen etter å ha hørt på de som har satt seg inn i dokumentasjonen, er at det er gode beskrivelser av situasjonen og utfordringene, mange gode intensjoner, og lite konkrete tiltak og lite om ressursene som skal til.

PF er blant de mange som har gitt konkrete innspill til meldingen, og oppsummeringen finnes på pensjonistforbundet.no, søk på *bo trygt hjemme*.

**En statssekretær fra Helse- og omsorgsdepartementet** var først ut til å fortelle om reformen. Kanskje fordi han måtte steppe inn på kort varsel, og kanskje fordi han kom fra Helsedepartementet, valgte han å snakke mest om andre innspill/reformer i eldrepolitikken og lite om «Bo trygt hjemme». Han brukte akkurat så lang tid at det ikke var tid til noen spørsmål etterpå.

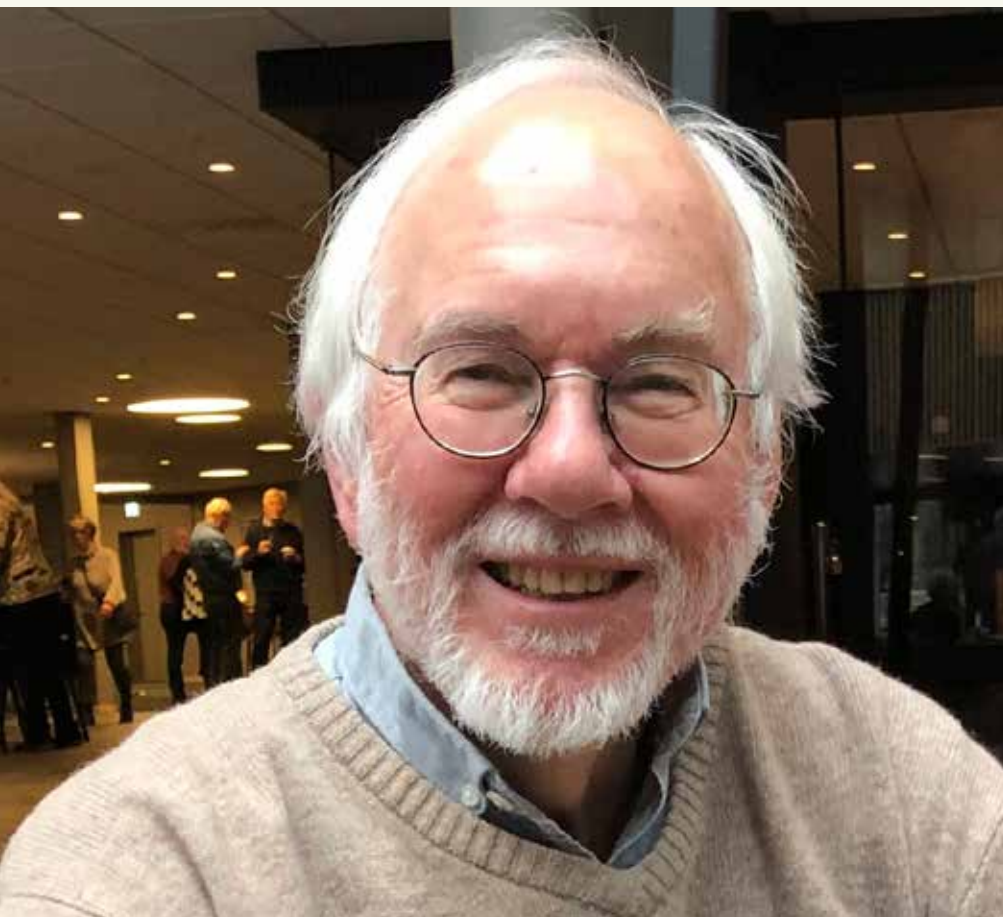
**Et av de mer opplysende punktene** på programmet var en «cafédialog» mellom PFs leder Jan Davidsen og nestlederne i hhv LO og Sykepleierforbundet med utgangspunkt i punktet om *kompetente og myndiggjorte medarbeidere*.

En viktig problemstilling her er Helsepersonellkomisjonens synspunkter på at vi ikke kan regne med at det kan bli mange flere ansatte i helsesektoren, selv om antallet eldre øker betraktelig. PF bestrider dette synspunktet, og en del av diskusjonen gikk på hvordan vi kan få inn igjen i sektoren mange av de med utdanning som har sluttet. Jan Davidsen pekte på at det også er 200.000 arbeidsledige, og 58.000 som kan få heltidsstillinger.

Silje Naustvik fra Sykepleierforbundet mente det var begrenset hvor stor reserven av sykepleiere er, fordi arbeidsbelastningen er så stor at en del ikke klarer heltid, og en del må gi seg tidligere enn pensjonsalder. Organisering, ledelse,

Finn-Egil Elster.

Foto Gunhild Granum Skoglund



arbeidstid og turnus er en del av det det må gjøres noe med, både for å rekruttere bedre og å holde på ansatte. Frivilligheten må være en del av løsningen, men med faglig ledelse og konsentrert om omsorg, ikke pleie.

Det ble også pekt på at situasjonen ikke blir lettere ved at de som får komme på sykehjem er så syke at det blir korte opphold med mye palliativ behandling. Og også det at vi er på vei til å få et todelt helsevesen, når 700.000 nå har privat helseforsikring, og private sykehus som taper ressurser fra det offentlige.

**Det som nok gjorde mest inntrykk** på tilhørerne var de personlige erfaringene som ble delt av en som hadde hatt omsorg for demenssykemann i 13 år – under punktet *trygghet for tjenester og støtte til pårørende*.

Det var en gradvis utvikling fra en ny hverdag til at omsorgsoppgavene ble for store og sykehjem ble løsningen. Det var en opplevelse av at en måtte ha helsefaglig kompetanse for å finne fram i systemet og få den hjelpen som var nødvendig til enhver tid. Hjelpen må skreddersys for den enkelte, og hjelpepersonell må vite hva som finnes av tilbud og må se også de pårørende. Tilbudene må også være mer basert på aktivitet. Avlastning må komme tidlig.

Det som var stor hjelp i dette tilfellet var at ektemannen som hadde vært fysisk aktiv, fikk en pensjonert politimann som støttekontakt, som bl.a kunne være med på tur. Men når mannen så kom på sykehjem, måtte de selv betale for å kunne fortsette å ha denne støttekontakten.

**To fra helseutvalget i Møre og Romsdal** orienterte så om sitt arbeid for at kommunene skal gi bedre støtte til pårørende og gi trygghet for at brukerne får de tjenestene de trenger. De har jobbet mye med å skaffe konkret oversikt over forholdene i hver enkelt kommune – befolkningsutviklingen, behovene og tilbudene. Målet er å få laget lokale handlingsplaner i samarbeid med lokallag og elderråd, der det også legges vekt på forbyggende arbeid.

**Wenche Halsen leder Senter for et aldersvennlig Norge**, som ble opprettet så sent som i 2021. Hun presenterte senteret og dets arbeid med utgangspunkt i temaet «et levende lokalmiljø». De skal være et kompetansesenter og gjennomføre programmet for et aldersvennlig Norge.

Et sentralt punkt er å mobilisere eldre både i arbeidslivet og frivilligheten. Noen av innsatsområdene ellers er universell utforming, møteplasser, bolig, transport, samfunnsdeltakelse og medvirkning. De har også fått ansvaret for elderrådsopplæringen som skal gjennomføres i 2024.

Sentret har sine egne nettsider (aldersvennlig.no) med mer om organiseringen og arbeidet de gjør. Det er bl.a etablert et nettverk for aldersvennlige lokalsamfunn med 214 kommuner, og en partnerskapsordning for organisasjoner, virksomheter og institusjoner.

Melhus kommune fikk i 2022 «Leve hele livet-prisen», og vi fikk en presentasjon av arbeidet kommunen hadde gjort for å finne løsninger med og for innbyggerne i alle livsfaser – ledetråden var «100 år i eget hjem – hjelp når og der du trenger – for alle».

De hadde konstatert at det var mye som ikke fungerte godt nok og så behov for mye sterkere involvering der innbyggerne er en ressurs, bl.a gjennom frivillig innsats. De har etablert treningsgrupper, laget et hukommelsesteam, tilbyr avlastning og satser på velferdsteknologi. Forebyggende hjemmebesøk er erstattet av informasjonsmøter.

**Til temaet bolig og tilgjengelighet** fikk vi se en filmsnutt fra et boligfelt nær Førde, som en illustrasjon av et kjerneproblem når det snakkes om at eldre må planlegge egen alderdom.

Dette var et område der det ikke er noen tilbud, og der det ikke finnes offentlig transport. Boligene er i utgangspunktet ikke tilpasset eldre, men de er «umulige» å få solgt til en pris som gjør det mulig å kjøpe noe som er bedre egnet. Dette ble etterfulgt av en presentasjon av en boligundersøkelse som PF har gjort i samarbeid med Huseierne. Se faktaboks om rapporten.

**Velferdsteknologi** var også et tema. Det er det skrevet mye om tidligere også. Men det er kanskje viktig å få med seg at begrepet spenner vidt, fra høreapparater og briller, via digital oppfølging og konsultasjoner, til robotstøvsugere og helseapper.

Bevisst satsing på velferdsteknologi går knapt ti år tilbake i tid, det har skjedd mye, men utviklingen har likevel kommet kort, med unntak for bruk av trygghetsalarmer. 90 kommuner er fortsatt uten annet tilbud innenfor velferdsteknologi. Det er hindre i kompetansen hos ledere

og ansatte, i lover og regler. Det trengs finansiering og det trengs organisatoriske endringer.

PF har kurset 300 teknologiambassadører, men det er en utfordring å få med flerkulturelle. De kan lettere nå en gruppe med dårligere helse og lavere forbruk av tjenester. Et tiltak som nettopp er gjennomført er et seminar på Islamic Cultural center. For alle gjelder det å vurdere behov og mestringsevne først, og så se på løsninger.

Dette er noen enkeltpunkter i en flom av informasjon plukket opp og fordøyd av artikkelforfatteren. De som er interessert i mer utfyllende informasjon om enkelte av sakene som var oppe, finner videoopptak av hver av presentasjonene via pensjonistforbundets nettsider.

## ELDRES BOLIGBEHOV 2023

Rapporten er basert på en spørreundersøkelse blant Huseiernes og Pensjonistforbundets medlemmer. Den viser at mye må gjøres for å innfri regjeringens mål om at flere skal bo trygt lenger i eget hjem.

Nesten en av fire eldre tror ikke de vil ha råd til å kjøpe boligen de ønsker seg med tanke på beliggenhet, størrelse og bokvalitet. 4 av 10 eldre mener deres nåværende bolig ikke er tilpasset svekket funksjonsnivå og bevegelighet. Og 6 av 10 eldre svarer at det ikke vil være mulig å tilpasse nåværende bolig slik at alt blir tilgjengelig på ett plan.

Regjeringens Bo trygt hjemmereform forutsetter at eldre tar ansvar for egen alderdom ved å tilpasse egen bolig eller flytte til en egnet bolig. Begge deler er utfordrende. Dels er det ikke praktisk mulig å tilpasse alle boliger, og dels har eldre ulike økonomiske forutsetninger for å tilpasse egen bolig eller flytte.

Både Huseierne og Pensjonistforbundet etterlyser større og bedre rammer til Husbanken for at eldre skal kunne søke om lån og tilskudd for tilpasning av boligene.

Kilde: pensjonistforbundet.no  
21. juni 2023

# Statsbudsjettet 2025

Allerede før statsbudsjettet for neste år var lagt fram (26.09.), var pensjonistorganisasjonene invitert til det første møtet om 2025-budsjettet i regi av statsråden for Arbeids- og inkluderingsdepartementet (AID) – som nå ikke lenger er statsråd. Her var også telepensjonistene representert.



Finn-Egil Elster, forbundskasserer

Dette møtet er det første i en serie på fire som skal gi organisasjonene mulighet til å påvirke prosessen og samtidig vite hvilke prioriteringer regjeringen har. I dette møtet var formålet mest at regjeringen skulle fortelle om pågående arbeid, og å få en evaluering av ordningen med disse møtene.

**Statsråden startet med å understreke** at det blir stramme budsjetter i årene framover. Sikkerhet, beredskap og hjelp til Ukraina vil være første prioritet. (Dette var før Gaza ble og blir lagt i grus.) Folketrygdens utgifter øker uansett, men det kan ikke brukes mer oljepenger. Regjeringen søker likevel å forbedre pensjonistenes situasjon. Et konkret tiltak er en bevilgning på 12,6 mill til forsøk på mer heltid.

En av statssekretærene i Helse- og omsorgs departementet viste til den 10 års opptrappingsplanen for fysisk helse på 3 milliarder, som er lagt fram, og som skal gjelde alle eldre, en tilsvarende plan for investeringstilskudd til sykehjem og styrking av fastlegeordningen, mens representanten fra Kommunal- og distriktsdepartementet pekte på arbeidet med tillitsreformen, at mye har skjedd med bostøtten og strømstøtten: Husbanken har også fått økt låneramme for tiltak for økt bokvalitet, samtidig som kommunenes startlån også kan brukes til å gjøre boligen bedre egnet for eldre. Det skal lages handlingsplan for digital inkludering, med et samarbeidsforum der organisasjonene vil bli invitert.

**Jan Davidsen åpningsinnlegg** pekte på at det ikke er tegn til at den offentlige helsetjenesten bygges opp til å møte mulige konsek-

venser av klimaendringer og økt uro i verden, og at det heller ikke gjøres nok med de økte forskjellene: Matkøer er en skam.

**Hoveddelen av møtet** var en gjennomgang av pensjonistenes levekår ved en ansatt i AID. Det fører for langt å gjengi fra denne her. Vi skulle få den oversendt, og hvis den kommer, skal vi legge den ut på nettsidene. Uansett har Pensjonistforbundet laget en tilsvarende rapport, som ble overrakt statsråden på møtet. Rapporten kan du finne på pensjonistforbundet.no > søkeord *pensjonisters levekår 2023* > Rapporter og protokoller.

**Til evalueringen av møteformen** framholdt statsråden at ingen andre grupper blir hørt på denne måten. Organisasjonene var gjennomgående enige om at det var en forbedring fra tidligere med de 4 møtene, men Pensjonistforbundet pekte på at de stadig ønsket en reell pott med penger til å forhandle om. «Alle» syntes også at det var en forbedring at det ble tatt opp et konkret tema til informasjon og diskusjon på møtene, så en slapp det mer rituelle preget tidligere med at alle leste opp mer eller mindre de samme kravene. Boligpolitikk ble tatt opp som et viktig tema å ta opp på et senere møte.

**Organisasjonene fikk en ganske kort frist** (14.11) til å sende inn sine krav, og dette ga oss i TPL enda kortere tid til å legge fram noe, så vi har nøydt oss med å stille oss bak Pensjonistforbundets krav (se s.3). Det er mye som går igjen fra tidligere år, et tydelig tegn på at det er tungt å få gjennomslag – også i 2024-budsjettet.

Neste møte med departementet er tillyst 12. desember. Da vil det bli gitt en første reaksjon på kravene som er spilt inn.

## Høstens SAKO-konferanse

**Pensjonistforbundet (PF) arrangerte sin årlige SAKO-konferansen den første dagen i november. Telepensjonistene deltar i samarbeidsutvalget SAKO, og Tore Haugland, Anne Sørлие-Johansen, Finn-Egil Elster og Einar Nymoer deltok på møtet.**

Det var en lang agenda som deltakerne skulle gjennom i løpet av en dag, og tiden ble knapp. Informasjon fra forbundene som deltok samt veien videre for SAKO-samarbeidet ble derfor utsatt til et senere møte.

Temaene var Statsbudsjettet for de neste to år, pensjonistenes levekår, fripolisesaken og samordningsfella, Bu trygt heime-reforma samt eldrerådsopplæring.

Statsbudsjettet og Pensjonistenes levekår står omtalt i innlegget *Statsbudsjettet 2025*. Reformen Bu trygt heime står omtalt i innlegget *Pensjonistforbundets helsekonferanse* på side 4.

Fripoliser og samordningsfella ble grundig presentert. Samordning vil si at offentlig tjenestepensjon skal samordnes med alderspensjon fra folketrygden. Konsekvensene er blant annet at pensjonen kan bli mindre fordi man har jobbet 'for lenge'. Samordningsfella må rettes opp, og er en prioritert sak for PF. Levealdersjustering ble innført med pensjonsreformen fra 2011.



*Telepensjonist-benken, fra v.: nestleder Anne Sørлие-Johansen, styremedlem Einar Nymoer, kasserer Finn-Egil Elster og leder Tore Haugland.*

Samordning skal løftes inn i Stortingets behandling av evalueringen av pensjonsreformen innen utgangen av 2023.

Senteret for et aldersvennlig Norge får 5,2 millioner kroner på statsbudsjettet i 2024. Midlene er øremerket opplæring av eldreråd. Det betyr at samtlige kommunale og fylkeskommunale råd får tilbud om gratis opplæring neste år. Alle eldreråd skal ha fått invitasjon fra senteret.

## Sterkt kvartal for Telenor

**– Tredje kvartal var et sterkt kvartal for Telenor. Vi leverte solid vekst i Norden og fikk bekreftet lovende synergiutsikter i Asia, sier Sigve Brekke, konsernsjef i Telenor.**

Tjenesteinntektene var 15,8 milliarder kroner, som er en økning på 0,5 milli-

arder kroner eller fire prosent sammenliknet med samme periode i fjor. EBITDA justert for de positive engangseffektene i Pakistan i 2022, økte med syv prosent sammenliknet med samme kvartal i fjor. Organisk EBITDA økte med én prosent.

– Vår suksess avhenger av vår evne til å skape verdi for kundene våre, og det

er vår viktigste drivkraft. Vi fortsetter å få gode tilbakemeldinger fra kundene våre. Nylig ble vi rangert i topp på kundetilfredshet av mobilkundene våre i Danmark, Finland og Sverige, sier Sigve Brekke, konsernsjef i Telenor.

*Telenor oktober 2023*

## Telenor Group selger Telenor Satellite

**Telenor har inngått avtale med Space Norway om salg av datterselskapet Telenor Satellite. Space Norway er en ledende aktør i norsk romindustri.**

Salgsprisen er 2,36 milliarder kroner, fritt for gjeld og kontantbeholdning. Siden Space Norway er heleid av den norske stat, er transaksjonen betinget av godkjenning av Stortinget. Gjennomføring av transaksjonen forventes i januar 2024.

- I over 20 år har vi betjent våre kunder med høykvalitets kringkasting- og datatjenester via satellitt. Nå har tiden kommet for en ny æra for Telenor Satellite. Med Space Norway får Telenor Satellite en industriell eier som har spisskompetanse innen satellittbransjen og som vil prioritere de nødvendige økonomiske ressursene for å realisere selskapets potensial. Vi er stolte av det vi har oppnådd sammen og ser frem til å følge selskapets fremtidige utvikling, sier Dan Ouchterlony, EVP og leder av Telenor Amp.

Dag H. Stølan, administrerende direktør i Space Norway, tilføyer:

- Satellittbaserte tjenester er viktigere enn noensinne. Kombinasjonen av Space Norways kunder fra offentlig sektor og Telenor Satellites kommersielle kundebase vil gi det nye selskapet en solid plattform for å utvikle virksomheten i begge sektorer. Vi er svært fornøyde med denne avtalen og ser frem til å bidra til den langsiktige utviklingen av Telenor Satellite.

*Telenor pressemelding, 16.11.23*

## Johanne Marie rundet sine 100 år

Johanne Marie Soknes fylte 100 år 28. november. Hun har en lang yrkeskarriere bak seg i ulike stillinger i Telegrafstyret og Teledirektoratet. Hun begynte som rikstelefonreserve i Trøndelag distrikt i 1942, og avsluttet som kontorsjef i Teledirektoratet 1. juli 1990.

Tidligere kolleger har beskrevet henne som ei grepa, rett fram og omgjengelig dame som ordnet opp og var godt likt.

Johanne Marie har i mange år vært medlem i Telepensjonistenes Landsforbund, hvor hun fortsatt er medlem i Fornebu lokalforening.

Hun har påtatt seg verv både lokalt og sentralt, blant annet som representant til landsstyret fra 1993 til 1999. Med litt hjelp klarte hun seg hjemme helt til hun kom på Sagehjemmet høsten 2021, hvor også 100 årsdagen ble feiret sammen med familien.

På bildet sitter hun sammen med sin grandniese Emilie.

Vi ønsker lykke til med jubileet og håper hun får mange gode dager videre.



Lisa Rustadbakken og Kjell Aspebakken  
trives med felles treningsturer.



# Elsykkel er langt fra latskap

- Kjell spurte om jeg ville ha bobil eller elsykkel i syttiårs-gave, sier Lisa.  
- Hun valgte bobil! Kjell ser smilende på kjæresten og forteller at de to har hatt mange fine turer med bobilen. To sykler bak på bilen hører alltid med.

Gunhild Granum Skoglund

Lisa Rustadbakken i Hamar lokalforening er glad i å sykle på turer og liker å holde seg i form. Kjell Aspebakken, medlem både i Hamar og Lillehammer/Gjøvik, er også glad i å sykle og holde formen vedlike.

Men så hadde det seg slik, at Kjell, som ligger i hardtrening, måtte stoppe og vente på Lisa. Å sykle hver for seg var ikke noe alternativ.

## Elsykkel

- Jeg ble lungeoperert i 2019 og har dermed redusert lungekapasitet, så jeg ble stadig hengende etter Kjell, og det var ikke noe moro for noen av oss, forteller Lisa.

- Etter tre år med bobil ble det elsykkel i bursdagsgave, sier hun fornøyd.

- Hva betyr elsykkelen for deg?

- Jeg kan sykle uten å bli så sliten. Sykkelen går jo ikke av seg sjøl, jeg må trække på og får dermed god trening. Og jeg holder følge med Kjell.

- Hun sykler forbi meg i motbakker, skyter Kjell inn.

Etter at Lisa fikk elsykkel har de funnet en treningsmåte som passer begge.

- Jeg sykler på alt jeg orker på flate strekninger for å få forsprang før en motbakke, og litt oppi bakken kommer Lisa durende forbi meg, humrer Kjell og bekrefter at nå sykler de sammen på ordentlig.

Lisa er hjertens enig: - Nå sykler vi sammen uten at Kjell må vente på meg.

Den første lange turen, etter at elsykkelen kom i hus, gikk tur/retur til hytta. Det er 37 kilometer en vei. Motbakkene er mange og lange, høydeforskjellen er om lag 660 meter.

- Det gikk veldig fint, og da vi kom fram var vi like slitne begge to, ler de. - Det var en god følelse!

## Årets birkebeiner

Den iherdige dama satte seg et hårete mål om at hun i sitt femtiende år skulle fullføre Birkebeinertrippelen.

Trippelen består av tre grener: skirenn, løping og sykling. Alle tre må fullføres for å få den gjeve tittelen.

Hun har all mulig grunn til å være stolt av seg sjøl.

- Jeg klarte det, og ble Årets Birkebeiner! Å røre på kroppen, å gjøre en egen innsats i stedet for å sette seg ned, er uhyre viktig, poengterer hun.

## Birkebeinersyklisten

Kjell er svært godt fornøyd med at kjæresten har «fått opp farten» og blitt en god treningspartner. Han må nemlig holde seg i toppform, Birkebeinertrippet er målet hvert år.

- Hvor mange ganger har du syklet over fjellet?

Statistikken har han i hodet, nesten ...

Svaret kommer uten betenkningstid: - 28 ganger.

- Og hvor mange ganger har du vunnet?

Litt betenkningstid nå: - Jeg lurer på om jeg har ti klasse-seiere og like mange andre og tredjeplasser. Det var etter at jeg ble 'gammel' at jeg ble god nok til å vinne klassa mi, humrer han fornøyd.

For de uinnvidde er sykkelrittet på 84 km og går fra Rena over fjellet til Lillehammer. I år gikk det for 30. gang. Kjell vant sin klasse 75 – 79 år i årets ritt.

## Type sykkel

Å sykle gir god trening både for balanse, styrke og kondisjon. Rådet til de som vurderer å skaffe seg elsykkel er å tenke nøye gjennom hva sykkelen skal brukes til og hvor det skal sykles. Tenk type dekk, bruk og effekt i forhold til om turen går på asfalt til butikken eller om den skal brukes på fjell- og skogsveier.

Et fullt oppladet batteri på Lisa sin sykkel har oppgitt rekkevidde på 14 mil, og de har kjørt ni-mils tur med mye bakker uten at batteriet ble «flatt».

Sykler med effekt tilpasset den enkelte er fornuftig for de som vil holde følge med hverandre på turen.

- De som ikke vil plage seg sjøl har en bedre opplevelse av turen med en elsykkel, sier Kjell.

Lisa er enig: - Før var motbakkene slit-somme. Nå mestrer vi bakkene sammen, og det er moro!



# Elsykkel – et nyttekjøretøy



**Vi koste oss og pratet om mangt og mye i hotellets bar på en medlemstur, da redaktøren av herværende blad fikk et godt tips: - Jeg synes du bør skrive noe om bruk av elsykkel i Telepensjonisten.**

Øivind Moe i Lillehammer og Gjøvik lokalforening hadde nemlig kjøpt seg et vidunder av en sykkel med batteri og var såre fornøyd.

- Jeg var egentlig motstander av å bruke elsykkel, men ble overbevist av kamerater og et godt tilbud, forteller han.

Vi lar oss raskt overbevise om både nytte og helsegevinst etter hvert som Øivind kommer med gode argumenter og egen erfaring. Spesielt for oss som har kommet et godt stykke opp i åra, er det en fordel å bruke en slik kjøredøning.

- Du kommer deg ut og trener balanse og kondis. Du kan sykle lange turer uten å bli sliten, og i motbakker er det lett å kjøre forbi vanlige syklist. Den var for eksempel ypperlig til stolpejakt i sommer, og skal du på bytur er den lett å parkere, forklarer Øivind. - Og blir sykkelen tom for strøm, så kan du fortsatt sykle, det blir bare litt tyngre, legger han til.

En sykkel med god kvalitet ligger gjerne på 30 til 40.000 kroner. Øivind mener det absolutt er verdt investeringen. Fordelene er som nevnt mange. Ved et universitet i Basel i Sveits har de forsket på brukere av elsykler, og resultatet viser blant annet at sykling kan redusere høyt blodtrykk, høyne fettforbrenning, øke kondisjonsnivået og gi bedre mental helse.

# Fyller dagene med ord

**Kjell Erling Bardal i Helgeland lokalforening har skrivekløe. Såpass klør han, at det har blitt tre bøker. Og antakelig en god del andre skrivelier vi ikke kjenner til. Han kan med rette kalle seg forfatter, han er nemlig blant de få i en stor søkermasse som får støtte fra Forfatterforbundet. Vi ba Kjell Erling fortelle litt om seg selv og sin nyeste bok.**

Overgangen fra arbeidstaker til telepensjonist var stor. Livet ble noe helt annet. Plutselig var arbeidsdager et avsluttet

kapittel og dagene (og årene) lå ledige og blanke foran meg.

Hva var nå alternativene? Mulighetene er heldigvis mange.

Vi finner vel alle noe å fylle dem med. Det være seg barn og barnebarn, hobbyer, reiser og turliv.

Jeg valgte å fylle dagene med ord. For å skrive har alltid ligget mitt hjerte nær, og nå ble tanke til handling. Derfor er i disse tider min tredje roman, "Cafe Tivoli", på vei ut i markedet.

Handlingen er lagt til Helgeland, men mine karakterer ferdes både i Trøndelag, Oslo og Spania. I boka treffer du blant annet en prostituert kvinnelig fiolinist, en tidligere frelsesarmesoldat som kjører motorsykkel i en tønne og ikke minst, en hund som spiller piano.

Det hele skjer på Cafe Tivoli, der vi også møter noe så sjeldent som en sympatisk drapsmann og hans kjæreste, Bonnie,



Foto: Inge Ove Tysnes



som skriver dikt.

Blir jeg rik av å skrive disse bøkene? Svaret er nei! Det er fortsatt pensjonen som betaler husleie og dagligvarer. Men dersom du oppsøker din næreste bokhandel og etterspør boka, blir både jeg og bokhandelen glad. Har de den ikke, så bestiller de den gjerne. En fargerik julegave til noen som liker krim! Den kan også bestilles direkte fra meg på e-post [kjee.01@online.no](mailto:kjee.01@online.no)

Og det blir nok en fjerde bok også.

Forfatterforbundet må se en mening i det jeg gjør. For de har innvilget meg et arbeidsstipend for å la karakterene mine leve videre i mitt eget fantasiunivers!

# Viktig å sikre seg mot datavirus



**Telepensionisten kontaktet Norsk senter for informasjonssikring (NorSIS) og sikkerhetseksperter i Telenor Norge for å få gode råd i forbindelse med sikkerhet på nett. Ingen hadde anledning til å gi oss et innlegg i bladet. Det er en jungel av artikler med advarsler, råd og veiledninger hos begge parter, ta gjerne en kikk for mer utfyllende informasjon. Vi prøver oss på noen klipp fra nettsidene som kan være til nytte for de fleste av oss.**

Mange opplever å bli offer for skadelig programvare (skadevare) i form av virus, ormer eller trojanske hester. Svindlerne prøver seg overalt, på e-post, mobiltelefon og nett.

## NorSIS gir råd for å redusere sannsynligheten for å få virus

- Å ha anti-virusprogramvare er et viktig tiltak for å ikke bli infisert. Alle brukere av Windows 8 og Windows 10 har Windows Defender innebygd. Har du imidlertid en eldre datamaskin med Windows 7, kan du laste ned Microsoft Security Essentials, men vi anbefaler at du oppgraderer til en nyere versjon av Windows.
- Om du fremdeles bruker Windows Vista eller Windows XP, burde du snarest oppgradere til en nyere Windows-versjon. Windows 7, Vista og XP får ikke lenger oppdateringer, og kjente sårbarheter blir derfor ikke rettet. Å bruke disse operativsystemene innebærer derfor stor risiko.
- Du kan også få anti-virus fra tredjepartsleverandører. I de fleste tilfellene får man tilstrekkelig beskyttelse med gratisversjonene.
- Har du Mac og ikke Windows er det ingen anti-virusprogram innebygd, da er du nødt til å skaffe et fra en tredjepartsleverandører. Selv om det er mindre vanlig finnes det også skadelig programvare som retter seg spesifikt mot Mac, så også Mac har behov for anti-virus.
- Sikkerhetskopier filene dine jevnlig. Som en forholdsregel bør du alltid ha sikkerhetskopi av filer du ikke vil miste, for eksempel på minnepinne, ekstern harddisk eller sky-tjenester. Da slipper

du å miste viktige data dersom du skulle være uheldig å bli infisert.

## Vær ekstra oppmerksom på ti svindeltrender i vinter

På [online.no](http://online.no) gir sikkerhetseksperter Thorbjørn Busch i Telenor Norge en oversikt over hva du bør være obs på – og hva du kan gjøre for å unngå å bli lurt.

### • Mer svindel – uansett hvor du snur deg

De kriminelle er som regel ute etter personlig informasjon, som kontoinformasjon, BankID-koder eller annet. Om noen kontakter deg uventet og ber om slikt – enten det er via telefon, SMS, e-post eller annet – må du ikke gi dem dette!

### • Mer automatiske svindelforsøk

– Ofte er slike automatiserte angrep lite personlige, ettersom de er ment å gå ute til mange mennesker samtidig. La deg uansett ikke stresse av henvendelser som kommer ut av det blå, selv om de i første omgang kan virke skremmende.

### • Svindelforsøk tilpasset norske forhold

– Det er ikke lenger slik at du kan gjenomskue svindel på utenlandske numre eller dårlig norsk. En svindelmail kan se helt ekte ut – men likevel være falsk. Også her er det viktig å huske på at de kriminelle er avhengige av at du oppgir privat informasjon, så hold igjen om det spørres om dette.

### • De kriminelle legger mer press på deg

– Uansett hvor alvorlig en henvendelse måtte være, har du tid til å puste ut. Er du da i tvil om at dette er ekte, kan du for eksempel be om å ringe opp igjen på et offisielt nummer. Skulle det være noe sannhet i en slik henvendelse, kan du være sikker på at du blir kontaktet igjen via offisielle kanaler.

### • Anrop kan målrettes mot deg

– Selvfølgelig kan du fortsatt dele av livets mange opp- og nedturen på sosiale medier. Men kanskje kan det være greit å tenke seg om en ekstra gang om hva du faktisk deler – og

hvem som kan se det? Det kan for eksempel være smart å bestemme at det bare er venner som får se oppdateringene dine.

### • Kontokapring brer om seg

– Her er det bare ett tips som virkelig gjelder: Beskytt kontoene dine på nett med totrinnsverifisering! Med dette aktivert blir det mye vanskeligere for fremmede å komme seg inn på kontoene dine, selv om de har fått tak i passordet ditt.

### • Stadig nye digitale tjenester gir svindlerne større spillerom

– Ikke legg inn personlig informasjon og betalingsinformasjon ukritisk om du ikke kjenner til netttaktøren fra før. Og om noen kontakter deg utenom tjenesten og ber deg betale på andre måter enn det tjenesten legger opp til – bør varselslampene blinke.

### • QR-koder blir mer brukt til svindel

– Ikke skann QR-koder ukritisk – spesielt ikke de du måtte finne rundt omkring på lyktestolper og lignende. Det er naturlig å være nysgjerrig på hva som skjuler seg bak en QR-kode, men det er også greit å vite hvem som har laget den – og hvorfor.



### • Flere «syntetiske identiteter» og bruk av deepfakes

– Det er dessverre mye sannhet i det at du aldri kan stole 100 % på noen, og spesielt ikke på internett. Her gjelder det generelle rådet om å være litt påpasselig, og tenke deg om to ganger og dobbeltsjekk før du for eksempel overfører store pengesummer – selv om det tilsynelatende er noen du kjenner eller tror du kan stole på.

### • Smartere hjem gir flere angrepsflater

– Ta deg litt ekstra tid til å sette opp dingsene med et unikt passord – ikke bruk standardpassordet som gjerne er satt ut av boksen. Husk også å oppdatere enhetene dine med jevne mellomrom, ettersom nettkriminelle lett kan utnytte svakheter i både fastvare og software.



# Liten forening i godt driv

**Namsos lokalforening er en av de minste foreningene i forbundet. Men de 33 medlemmene trives så godt sammen at de holder det gående, og i høst feiret de seg sjøl. Sekretær Bente Edwardsdal har sendt en liten beskrivelse av hvordan det er å drive en liten forening.**

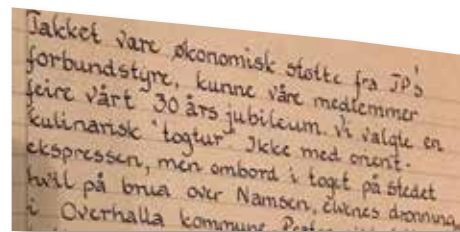
Takket være økonomisk støtte fra TP's forbundsstyre, kunne våre medlemmer feire vårt 30 års jubileum. Vi valgte en kulinarisk «togtur». Ikke med ekspressen, men ombord i toget på stedet hvil på brua over Namsen, elvenes dronning i Overhalla kommune. Praten gikk lett, latteren satt løst mens vi mesket oss med bordets mange gleder av kortreist mat.

Når den økonomiske situasjonen blir dårligere, sier det seg selv at å drive et lite lokallag ikke er enkelt.

For oss er det først og fremst eier av telegbygget, Ola Larsen, som gjør det mulig. Han lar oss benytte møterom, kantine og kjøkken gratis. Deretter er det personavhengig. Vi i styret har tatt gjenvallg år etter år, gamle kolleger som jobber godt sammen.

Til hvert møte handler vi inn så billig som mulig. Vi dekker og pynter bord, smør snitter og koker kaffe. Ofte tar vi med pålegg og tilbehør hjemmefra og baker kake, som er et kjærkomment bidrag. Selvsagt forlater vi stedet som vi fant det.

Styremøtene holder vi hjemme hos hverandre uten kostnad for foreninga.



Wenche Fahsings referat fra jubileet.  
Pen håndskrift er alltid godt å se.



# The Plus

**Glåmdal lokalforening er glad i turer. Og en må ikke nødvendigvis reise langt for å oppleve store ting. Noen kjenner kanskje igjen området fra fjorårets sesong av Forræderen på TV 2.**

Aina Holen, leder i foreningen, forteller om besøket på verdens mest miljøvennlige møbelfabrikk.

23. oktober kjørte vi til Magnor hvor vi fikk omvisning hos Vestre møbelfabrikk, The Plus. De produserer utemøbler til bruk i bymiljøer.

Fabrikken er bygget i skogen mellom Magnor sentrum og RV2, ikke langt til skogen. Helt konkret er det kun fem meter til de nærmeste trærne, et krav fra eier da fabrikken ble bygget, til stor frustrasjon for entreprenørene som hadde liten plass «å boltre seg på».

Hele området utvendig er tilgjengelig for besøkende året rundt. I tillegg kan man gå opp på taket, og ned i ariet hvor et lønnetre er plassert og viser de fire årstidene. Fra taket kan en også skli ned til skogen på utsiden, det ble fortalt at

den eldste som hadde sklidd ned var ei dame på 85!

Bygget har både sol- og bergvarme i tillegg til vanlig strøm. Lyset reguleres ved at kunstig og naturlig lys fra vinduer balanseres gjennom dagen. Mesteparten av infrastrukturen og mange maskiner er bygget inn i vegger og gulv for å gjøre arbeidsflatene så stille og behagelige som mulig, men noe støy er det jo selvfølgelig!

Det var et imponerende bygg både ut- og innvendig. Og to flinke omvisere fortalte villig om både byggeprosess og produksjon. Som besøkende utvendig kan du overvære store deler av produksjonen. Det er

et åpent arbeidsmiljø.

Mens to grupper på a ca 10 personer ble vist rundt inne – var de resterende 20 på tur rundt i skogen utenfor. Her er det stier, verdensportalen, benker og dikt av Hans Børli.

Besøk på The Plus kan absolutt kombineres med både Magnor Glassverk og en Harrytur over grensen!

Om du vil vite mer om The Plus – gå inn på theplus.no



# Aasmund Olavsson Vinje og Eidsbugarden

**Telepensjonistene Lillehammer og Gjøvik var på tur til Valdres i september. I Vang kørde vi inn til Eidsbugarden. Då var vi inne i Jotunheimen med 2000-meter toppar på alle kantar. Her ligg Eidsbu, Aasmund Olavsson Vinje si vesle hytte frå 1868.**

Ola Heensåsen, Lillehammer og Gjøvik lokalforening

Hytta blir i dag kalla Vinjebua eller Vinjestøga. Dette var det fyrste huset på staden som fekk namnet Eidsbugarden.

Vinje var så glad i denne staden i vestenden av Bygdin, og han hadde vore her fleire sumrar på 1860-talet. Han sette namn på fleire av fjelltoppane her inne i tillegg til namnet på heile området, Jotunheimen. Det var berre stein- og torvhytter å ta inn i her, tilhaldsstad for dei som jakta rein i fjellet.

Vinje og tre av fjellvenene hans ynskte å bygge seg ei lita bu, men Vinje hadde ikkje nok pengar til å betala sin del. Men då ein ven med midlar lånte han dalarane, vart han likevel deleigar i Eidsbugarden sin. Vinje skreiv eit pantebrev, og det var sjølvstekt på rim. Der heiter det mellom anna:

*Eg er, som vel du veit, ein fjellets mann,  
og difor dreg til fjells so tidt eg kan ...*

*Eg plassen valde etter syn paa mange,  
ved Bygdins vestre ende paa ein tange ...*

*Fem dalar hadd' eg; so var pungen tom,  
og fem og tjuge er den heile sum.  
Men dette vanta tjug til samskotslag,  
det fekk av konsul Heftye eg i dag ...*

*Og so han hev for Gud og retten sin  
den fyrste pant i Eidsbud-garden min ...*

Solbjørg Kvålshaugen er vertinne på DNT-hytta Fondsbu på Eidsbugarden, og det har ho vore i meir enn tjue år. Ho har ei eiga evne til å skapa hygge for gjestene sine, mellom anna opnar ho kvar middag på Fondsbu med eit dikt, eit stev eller ein sang.

Solbjørg tok oss med bort i Vinjebua, og der ga ho oss ei oppleving vi seint vil gløyme. Ho fortalde heile livssoga til Aasmund Olavsson Vinje, og det med slik innleving at det greip oss alle. Vinje fekk berre to sumrar i bua si. Han vart alvorleg kreftsjuk og døydde på Gran på Hadeland sumaren 1870. Då var han på tur opp til Eidsbugarden sin.

Vi fekk ei magisk stund i Vinjebua. Etterpå gjekk vi ned til brygga der det står ei byste av Vinje. Den er hoggen ut av ei granittblokk og vart avduka i 1968, ved hundreårsjubileet for Eidsbugarden. Det er eit veldig fint arbeid utført av Ståle Kyllingstad.

Telepensjonistane hadde ein hausttur i fin Valdresnatur. Når vi i tillegg fekk slike stunder som på Eidsbugarden, vart turen slik ei reise skal vera, ei oppleving for både kropp og sinn.



Bilde øverst: Erik Smidesang beundret bysten.  
Bilde under: Solbjørg Kvålshaugen (til venstre)  
bergtok telepensjonistene. Foto: Ola Heensåsen

Vinjes vesle hytte.  
Foto: Gunhild G. Skoglund

## Fornebuforeningen til sjøs

Godt ut i september gikk 20 personer fra Fornebu lokalforening ombord i Helena. Kathrine Svendsberget skriver at det var spådd både regn og vind, så det var med litt blandede følelser folket møtte opp på Rådhuskaia. Turen ble likevel svært vellykket. Helena gikk til Snarøya og cruiset deretter mellom småøyene i Oslofjorden. Reker, loff og majones, med godt drikke til, smakte fortreffelig. Det ble også sightseeing «by night» fra sjøen da vi kom innover igjen.

Anne K. Ziegler (til v.) sammen med en gjest koser seg til tross for grått vær.



Torgny Trondrud koser seg med reker.



Kjell Oddvar Bendiksen og Inger Lund

## Felles mimring er artig

Harstad og Omegn lokalforening hadde «mimre»-treff den nest siste tirsdagen i oktober. Janne Bergland i foreningen skriver at 27 medlemmer fikk se digitaliserte bilder på stor-skjerm. Det ble mye moro med bilder av de yngre utgavene av de som var på møtet. Og det var fint å se bilder av tidligere kollegaer som ikke er sammen med oss mer.

Televerket i Harstad hadde ei aktiv kulturgruppe på 90-tallet, og det ble mimret fra denne tiden både med sang og latter.

En komité hadde samlet bilder og artige historier. Mye latter, mat og drikke gjorde denne kvelden til et vellykket høst-treff. Tilbakemeldingene fra de som deltok var: Dette må gjentas!



Roar Haugen, Elsa Karlsen og Marit Vold.



Harriet Karlsen og Jan-Roger Henriksen



## Hva brukes snorene til?

Da Bjørg Overland i Trondheim lokalforening leste om Lillestrømforeningens besøk på Telemuseet i forrige nummer av Telepensjonisten, fikk hun lyst til å fortelle om et besøk av sine to barnebarn. Det hører med til historien at dette skjedde for flere år siden, de er begge voksne nå.

Vi bestemte oss for å besøke Sverresborg museum i Trondheim. Her var det mye å se fra riktig gamle dager, og vi kom etter hvert over en stand med ting fra gamle Televerket. Som tidligere rikstelefondame ville jeg vise mine små gjester hvordan telefonen virket i gamle dager. Da vi kom til et gammelt snorbord, hvor det var

anledning til å demonstrere hvordan det virket, satte jeg meg ned for å prøve. Jeg prøvde, så kort som mulig, å vise hvordan våre kunder den gang kunne kontakte oss for å få snakke med oss og be om kontakt med andre.

En klaff på veggen falt ned. Jeg trakk opp en snor fra snorbordet og satte den inn i et hull ved siden av klaffen. På tastaturet på bordet tastet jeg inn telefonnummeret til den personen kunden ønsket å snakke med, og så fikk de kontakt med hverandre og kunne snakke sammen.

De to jentene var helt stille lenge, og lurte nok fremdeles på hva som skjedde deretter. Da kom det som fikk meg til

å forstå at jeg tilhørte en rar gammel verden: Men farmor, hva brukte dere alle snorene til da?

Foto: Wikipedia



### Telepensjonistenes Landskonferanse

Telepensjonistene i Norge trenger å komme sammen for å konferere om de interesseområder som omfatter deres økonomiske og sosiale rettigheter. Når det gjelder konferansen som skal avholdes i høst, er det flere saker som bør drøftes inngående, for eksempel samordningen mellom statspensjon og alderstrygd, representasjon i komiteen for de bevilgninger som blir

gitt gjennom velferdskontoret, samarbeid mellom de forskjellige statsinstitusjoner som har pensjonistforeninger, samt en hel rekke andre saker som kan ha betydning både lokalt og på landsbasis. Vi regner med at to dager skulle strekke til i en slik konferanse.

*Utdrag fra Temo, Telepensjonisten nr. 3/75*

### De gamles 10 bud

1. Du skal elske Stortinget som bestemmer over deg.
2. Du skal være takknemlig for hver krone du får.
3. Du skal ikke protestere over forhøyelser i husleien.
4. Du skal ikke protestere over prisstigning på matvarer.
5. Du skal ikke protestere over prisstigning på medisiner.
6. Du skal ikke protestere over at du ikke får hjemmehjelp.
7. Du skal være takknemlig for at du får lov til å flette peddik.
8. Du skal ikke protestere mot innleggelse på pleiehjem.
9. Du skal være takknemlig for dine lommepenger 379,-)
10. Du skal overhode ikke protestere.

*Telepensjonisten nr. 3/84*

### 5-sifrede telefonnummer

vil bli innført i vårt område til våren. Av hensyn til trykking av forretningspapirer m.v. bekjentgjør vi herved de nye nummer-serier.

Alle abonnenter tilknyttet hovedsentralen, d.v.s. alle som har nummer mellom 1000 og 5999 eller mellom 9000 og 999, vil få et 2-tall foran det nummer de har i dag. Eksempelvis vil 1479 blir til 2 14 79.

Abonnenter tilknyttet distriktsentralene vil

få nummer slik: (vist i tabell, gjengis ikke her).

Abonnenter i Finnsland kan få sine nye nummer oppgitt ved henvendelse til opplysningen, telefon nummer 1234.

#### CHRISTIANSSAND OG OMEGNS TELEFON-AKTIESELSKAB

*100-års jubileumshäfte*

*Et sekel med telefonen i Kristiansand/1983*

### Vær økonomisk

TeleSpar har pr. 10. august i år foretatt en landsomfattende renteundersøkelse hvor i alt 12 banker inngår. Vi har forespurt om gjeldende sparevilkår.

Bankene er valgt for å gi undersøkelsen god spredning, både størrelsesmessig og geografisk. Med i undersøkelsen er blant annet en sparebank i Øst-Finnmark, Fokus

Bank og Røros Sparebank i Midt-Norge, Stavanger Bank i vest og Kragerø Sparebank i syd, samt de største Oslo-bankene.

TeleSpar er nå best med 11% rente fra første krone og med ubegrenset uttak.

*Telepensjonisten nr. 3/90*

### Lykke til!

Når telepensjonistene nå skal gi ut sin egen publikasjon, er jeg glad for at jeg får sende en hilsen til hver enkelt av dere, som hver på den plass hun eller han har hatt, har vært med på å bygge Televerket opp til den etat det er i dag.

Jeg ønsker lykke til med «Telepensjonisten» og håper bladet vil bli til nytte og glede for pensjonistene – og også være med på å formidle kontakten mellom pensjonister og yrkesaktive i Televerket.

Samtidig ønsker jeg en gledelig jul og et godt nytt år!

Vennlig hilsen  
Per Øvregard

*Telepensjonisten nr. 1/74*

### 02-42 56 36

Oslo-foreningen vil minne om Kontakt-telefonen og ber de som ønsker kontakt melde fra, samtidig som vi minner om at de som har sagt seg villig til å være kontakter må føre seg inn i «Kontaktboka» som ligger i Bestorpstua.

*Telepensjonisten nr. 3/88*

### Matmor på luse-lønn

*Aftenposten 4/9-90*

Hun steker de nydeligste vafler, trekker kaffe, rydder, smiler og ordner i departementale kantine i Møllergt. 43. timelønn kr 48,55 – ca 30 kr under hennes yngre kolleger. Asta Larsen er pensjonist.

*Telepensjonisten nr. 3/90*

### Øreringing

Hu Gunda var hos dokter'n for plager i øra.

- Ja, det ringe slik i øra på meg. Verst var det lenge i det venstre, men nå har venstre b'ynt å ringe tel det høyre, og så dyre som dessa tellerskritt er blitt før klokka fem! sa hu Gunda.

*Telepensjonisten nr. 3/90*



### Til orientering:

## Fellesoppføring av to personer (Hans og Grete-oppføring) i Telefonkatalogen. (Instruks vii 2107).

Det skal nå bli mulig for inntil to personer å stå gratisoppført i samme oppføring. Personene kan ha like eller ulike etternavn (familienavn). Ekstraoppføring på siste navnet i oppføringen bør anbefales. En eventuell ekstraoppføring avgiftsbelegges som før.

Denne typen oppføringer kan tas med i Telefonkatalogen f.o.m. del 1AB – 1991.

### Eksempler:

#### Like etternavn:

*Hans Olsen og Grete Olsen*

*Gratisoppføring:*

*Olsen Hans og Grete*

#### Ulike etternavn:

*Hans Olsen og Grete Dahl*

*Gratisoppføring:*

*Olsen Hans og Dahl Grete*

#### Like etternavn, ulike mellomnavn:

*Arne Bang Hansen og Grete Dahl Hansen*

*Gratisoppføring:*

*Hansen Arne Bang og Grete Dahl*

#### Ulike etternavn, ulike mellomnavn:

*Arne Bang Hansen og S Horn Larsen*

*Gratisoppføring:*

*Hansen Arne Bang og Larsen S Horn*

Eksempelene over er veiledende – ikke absolute regler.

*Telepensionisten nr. 3/90*

## Smeden

Til hvert færende lag hørte det med en smed. Hans primærøppgave var å kvesse bor. Det var brede anslagsbor, og lengre bor med smalere egg. For øvrig reparerte han verktøy og var vel som en altnuligmann å regne.

På travle dager for borelagene fikk sannelig smeden svette i sitt skinn. Venting på nykveste bor måtte ikke forekomme. Dessuten måtte kvaliteten være på topp.

Blåsebelgen til essen måtte trakteres med beina, og de dyktige smedene

kunne bokstavelig talt ha mange jern i ilden samtidig. Det freste i essen ettersom luften ble pumpet inn i blåsebelgen, samtidig som hammeren gjorde jobben på steet. Slik sett var det smeden som holdt laget i effektiv virksomhet. Sviktet smeden, gikk arbeidet på anlegget raskt i stå.

Vær hilset du svarte smed som nå bare er historie.

*Kåre Aarvik/Telerallerne (1993)*



## En fornærmet telefondame

**Det er viktig å vokte sine ord. Det er denne lille historien fra Harald Jarl Runde i Sogn og Fjordane lokalforening et bevis på.**

Telefondamerne i Berlin er ikke til at spøge med, hvad efterfølgende lille historie viser.

En rittmester ringede for nogle dage siden på Centralen og bad om at få tale med en mand. Det varede imidlertid efter rittmesterens opfatning noget længe, inden han fik den ønskede forbindelse. Han ringede igjen og sagde nogle slemme ord til telefonfrøkenen – . Det påstod hun i ethvert tilfælde, og hun stævnedes rittmesteren for injurier.

Parterne møttes forleden for retten. Rittmesteren gjorde gjældende, at de

påklagede skjældsord havde han brugt mod sin hund, der stod og bjæffede, da han ringede med telefonklokken. Det var dyret der havde irriteret ham med sin gjøen, påstod han.

Den fornærmede telefonfrøken holdt imidlertid lige så kraftig på, at rittmesteren havde været uartig mod hende. Hun fremførte, at udtrykket «Hold kjæft!» havde vært dirigert til hende.

Resultatet af sagen blev, at Retten dømte i telefondamens favør. Hendes sagfører havde forlangt 150 mark som et passende plaster for den tort, der var tilført hende. Men dommeren kjendt for ret, at den ugalante rittmester havde at bøde det dobbelte, 300 mrk, for sine skjældsord – de han stadig påstod var rettet mod hunden.

*Morgenbladet 8/12-1896*

## KONTAKT OSS

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

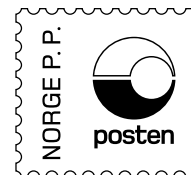
FORBUNDSLEDER	Tore Haugland	Bønnesskogen 169	5154 Bønes	900 22 328	t-haugl@online.no
NESTLEDER	Anne Sørli-Johansen	Slalåmveien 16	0380 Oslo	901 94 231	asoe3@online.no
SEKRETÆR	Harriet Karlsen	Hamneset 200	9404 Harstad	905 43 510	har-okar@online.no
KASSERER	Finn-Egil Elster	Hauketotoppen 18	1266 Oslo	913 21 672	Finn-Egil.Elster@telepensionistene.no
STYREMEDLEM	Einar Nymo	Bertrand Narvesens vei 2B	0661 Oslo	916 17 467	nymeinar@gmail.com
1. VARA	Mai Britt Thune	Grønnåsen 46	8073 Bodø	900 15 644	mai.thune22@gmail.com
2. VARA	Aina Holen	Eldemsgate 8	2212 Kongsvinger	905 44 578	ainahol@online.no
REDAKTØR	Gunhild Granum	Ekreberget 9	2390 Moelv	901 30 153	gunhi-s@online.no
TELEPENSIONISTEN	Skoglund				
TEKNISK ANSVARLIG for telepensionistene.no	Einar Nymo	Bertrand Narvesens vei 2B	0661 Oslo	916 17 467	nymeinar@gmail.com

### Telepensionistenes Landsforbund

Postadresse: Postboks 800, 1331 Fornebu

Besøksadresse: Snarøyveien 30, sone D2b, 1360 Fornebu

E-post: [landsstyret@telepensionistene.no](mailto:landsstyret@telepensionistene.no) • [www.telepensionistene.no](http://www.telepensionistene.no)



Avsender:  
Telepensjonistenes Landsforbund  
Postboks 800  
1331 Fornebu

# SMÅSTOFF



Svennemarket trykksak fra BK Trykhpapirer AS



Lisensnr. 241 823

## Flatbrødbakst før jul

I gamle dager var det brød, flatbrød, lefse og kaker som ble bakt til jul. Flatbrødet skulle være ferdig stablet på stabburet tidlig på høsten, og bakingen startet derfor først. Brød, lefse og kaker måtte være ferskest mulig og ble bakt nærmere jul. Ofte gikk det såkalte bakstekjerringer fra gård til gård og bakte.

Harriet Karlsen, i Harstad lokalforening og sekretær i landsstyret, er selv «bakstekjerring», og sammen med sin bror holder de tradisjonen i hevd. Hvert år, når høstens grøde er i hus, baker de flatbrød sammen.

Harriet deler gjerne oppskriften.

### Flatbrød med potet

1,5 kg kokte poteter  
ca. 350 g siktet rug  
ca. 350 g sammalt hvete, grov  
ca. 200 g byggmel  
1 ts salt  
+ byggmel til utbaking

Poteter, nykokte og varme (viktig), males to ganger på kjøttkvern og blandes/knas med ferdig blandet mel og salt til en fast deig. La deigen hvile ca. ½ time. Kna inn mer melblanding om nødvendig.

Lag emner som først kjevles til tallerkenstørrelse. La dem hvile før de kjevles tynne. Stekes på takke (ikke for varm), og tørkes i stekeovn på ca. 100 grader m/døren til stekeovnen litt åpen.



Her er deres fristende og flotte flatbrødstabel etter årets bakst.

## Den egentlige oppfinneren av telefonen

Per Aage Sørevik i Oslo lokalforening er en observant leser av Telepensjonisten.

I en e-post skriver han følgende: «Jeg ønsker bare å gjøre oppmerksom på en faktafeil i blad nr. 3/23. Der skrives det på side 15 i artikkelen «Den fyrste telefonulykka?» at skotsk-amerikaneren Alexander Graham Bell var oppfinneren av telefonen, men den som var først ute var italieneren Alberto Meucci i 1849, og den amerikanske kongressen fratok Bell æren og ga den rettmessig til Meucci den 25.09.2002.»

*Mer om saken på Wikipedia.*



## Dovrebanen Otta-Dombås 110 år



Fredag 5. desember 1913 var det offisiell åpning av strekningen Otta - Dombås på Dovrebanen. Lørdag 6. desember 1913 kom den ordinære togtrafikken i gang.

Dovrebanen frem til Otta åpnet i 1896 – og det skulle gå 17 år før de siste 45 kilometerne til Dombås var ferdige. Jernbanens betydning i Gudbrandsdalen har vært stor. Fra midten av 1800-tallet og fram til 1890-tallet var dalføret preget av stor nedgang i befolkningstallet. Årsaken var utflytting – både til Amerika, men også til byene i Norge. Men så kom jernbanen på slutten av 1800-tallet, og dette åpnet for nye arbeidsplasser som i byggingen og driften av jernbanen, for nye næringer som turisme, og nye byggeskikker og impulser.

*Kilde: jernbanemuseet.no*

## Frimerker



Ifølge Wikipedia ble Norges første frimerke utgitt den 1. januar 1855. Samtidig ble det innført 4 skillings enhetsporto innenfor Norges grenser. Motivet var Norges riksvåpen uten landets navn og uten tagger langs kantene. Det var tegnet av Nils Andreas Harbou Zarbell.

## «Jul i Skomakergata»

ble sendt på NRK første gang i 1979, og den er utvilsomt en av NRKs mest populære julekalendere gjennom tidene. Henki Kolstads fantastiske framstilling av Jens Petrus Andersen, med god hjelp av den snakkende tøffelen Tøfflus, gir oss fortsatt den trygge og varme førjulsstemningen. Skomakeren ble så populær at han etter 40 år havnet på et frimerke.

I år kan vi glede oss til et gjensyn med Skomakergata på kino, hvor Kåre Conradi ganske sikkert fyller rollen som den koselige skomakeren på en mesterlig måte.



**Telepensjonisten ønsker alle lesere en god og fredfull juletid!**