



# Antgarde

-Aktiv livsstil i rusfritt miljø

God høst!

103. årgang nr. 2 - 2009

Begivenhetsrik sommer med NJA!

## Innhold

Side	3	Nytt fra Actis
	4	Landsmøte i Skien
	5	Putti Plutti Pott
	9	Flytoget
	10	Fisketur i vest
	13	Vinterkurs på Bardøla
	16	Telemarkskanalen
	18	Rafting i Otta
	20	Lordemarsjen
	25	Juniorposten
	27	Skinnelangs

## Velkommen igjen

**Ove Carstensen**  
Forbundsleder

**Hei igjen alle Avantgardister, NJA er i vinden. Vi runder snart 600 medlemmer!**

**Siden** sist har vi gjennomført en meget begivenhetsrik sommersesong. Vi har vært på fisketur til Skogseidvannet, Aktivitetsnemnda har gjennomført sine tre sommerturer, vi har syklet i Drammensområdet og kvinnene har arrangert sitt årlige høsttreff, denne gang i Askim.

**NJA** runder som sagt 600 medlemmer i disse dager, det sikrer driften på en helt annen måte enn før. Nå ser vi oppover til neste «trinn på stigen» som er 700. Kommer vi over det nivået, forlater vi de små organisasjonene og blander oss med de mellomstore på rusfeltet og mottar overføringer deretter.

**Østlandsfenomen?** NJA har hittil i år fått omlag 110 nye medlemmer, og så godt som alle er fra det sentrale Østlandsområdet. Vi står i fare for å miste fotfestet i øvrige deler av landet. Det ønsker vi ikke og håper det finnes mennesker også i andre landsdeler som kan tenke seg å være med i vår flotte organisasjon.

**Størst.** Jeg har før skrevet om knivingen mellom Drammen og Oslo om å være vår største avdeling. Denne har nå tilspisset seg ytterligere og Oslo med sine 162 medlemmer ligger nå kun 2 – to – medlemmer over Drammen. Forholdsvis nystartede avdeling Vestfold har 34 medlemmer, og er i ferd med å ta igjen Bergen med 46 i «kampen» om å være tredje største avdeling. Vestfold har over ti medlemmer som fortsatt teller med i avd. Drammen, når disse blir ført over er det «dødt løp» mellom Bergen og Vestfold. Øvrig avd: Kr.Sand 36, Stavanger 35, Trondheim 29, Hamar 23, Skien 22 og Narvik 11. NJA Junior har hatt en flott start og teller nå 34 barn. Gjennomsnittsalderen i forbundet har i år falt fra 67 til 57 år. Snittalder på nyinnmeldte medlemmer er bare 32 år! Vi har i alt 16 NJA`ere som har vervet nye medlemmer – tusen takk for innsatsen! Vi håper på enda flere ververe innen utgangen av året.

**Trygg reise.** Årets bidrag fra Helsedirektoratet til vår kampanje mot togfyll er kr 350.000,- dette fører totalbidraget fra Statens side godt over 1 million kroner!

**Teaterturer.** Se også våre flotte førjulsturer med spennende barneforestillinger for hele familien i Drammen og Skien. Vi gleder oss allerede – Lykke til!

En stor takk til bidragsytere til dette spenstige nummeret av Avantgarde! **God sensommer, god verving og god lesing!**

## Et organ for NJA

Norske Jernbaners Avantgard (NJA) er grunnlagt i 1893 og dermed den eldste fritidsorganisasjonen innen jernbanen i Norge.

**NJA** er i dag en aktiv livstilsorganisasjon med fokus ikke bare på rus- og tobakkskader, men også livstilssykdommer som hjerte og kar, diabetes, ekstrem fedme og spilleavhengighet. Vi holder kurs, aktiviteter og samlinger i rusfrie omgivelser.

- Som NJA`er får du tilgang til rimelig hytteleie på fjellet; Øynaden på Ustaoset og nær kysten, Høl ved Vegårshei.

Så bli med på våre aktiviteter! Innmeldingsskjema finner du på side 14. I velkomstgave får du da vår flotte piquet skjorte, pins og kulepenn med NJA logo.

Forbundet har flere konto, her er noen av de mest brukte:

- Hovedkonto: 1440.11.77915
- Kvinnenemnda: 1440.17.07590
- Akt.nemnda: 1440.12.02529
- Høl Vokterbolig: 1440.12.03398
- Avd. Bergen: 1440.20.36185
- Avd. Drammen: 1440.11.76943
- Avd. Oslo: 1440.11.75637
- Avd. Vestfold: 1440.18.20907

Kontoene kan brukes til innbet. av medlemskont, gaver m.m.

NJA`s Org.nr. 983219187

Førstesiden: Telemarkskanalen

**Offisielt medlemstall pr  
10. sept. 2009: 594**

- En økning på 59 siden 14/4-09

## Adresser i Forbundet:

### Forbundsleder

Ove Carstensen  
Tunvollveien 1  
3057 Solbergelva  
Tlf. 32 23 05 60 / 977 63 998  
e-post: [ove-cars@online.no](mailto:ove-cars@online.no)

### Nestleder

Karin Joh. Rysst  
Åsgårdstrandveien 434  
3155 Åsgårdstrand  
Tlf. 33 33 13 00 / 932 55 759  
e-post: [karin.rysst@gmail.com](mailto:karin.rysst@gmail.com)

### Forbundssekretær

Magnar Wøllo  
Grefsenv. 47 C  
0485 OSLO  
Tlf. 22 22 54 22 / 906 52 340  
e-post: [magnarw@start.no](mailto:magnarw@start.no)

### Forbundskasserer

Morten Bjørge  
Skinstrytesvingen 5  
2209 KONGSVINGER  
Tlf. 62 81 72 26 / 482 27 800  
e-post: [mortebjster@gmail.com](mailto:mortebjster@gmail.com)

### Leder Kvinnenemnda

Minda Gommerud  
Sandskroken 15  
3055 KROKSTADELVA  
Tlf. 32 87 84 89 / 900 33 519  
[mindagommerud@hotmail.com](mailto:mindagommerud@hotmail.com)

### Opplysnings-og studienemnda

Per Gommerud  
Sandskroken 15  
3055 KROKSTADELVA  
Tlf. 32 87 84 89 / 416 84 075  
e-post: [per.gommerud@tele2.no](mailto:per.gommerud@tele2.no)

### Aktivitetsnemnda

Jorunn H. Hansen  
Bruløkk 6  
3024 DRAMMEN  
Tlf 32 82 70 15 / 922 59 952  
[jorunnshansen@hotmail.com](mailto:jorunnshansen@hotmail.com)

### NJA's feriehjem, Vegårshei

Ivar Hellenes  
Kastetskogen 7  
3236 SANDEFJORD  
Tlf. 33 45 03 55 / 994 90819,  
e-post: [ivar.hellenes@sfb.net](mailto:ivar.hellenes@sfb.net)

### Redaktør Avantgarde

Bente Moen  
Tunvollveien 1  
3057 SOLBERGELVA  
Tlf. 32 23 05 60 / 934 27 877  
e-post: [etneb\\_m@hotmail.com](mailto:etneb_m@hotmail.com)

## Italia går nye veier for å stoppe barnefyll



For å møte en radikalt endret drikkekultur har Milanos bystyre vedtatt å bøtelegge foreldre til barna som drikker eller har alkohol tilgjengelig på offentlige steder. I følge myndighetene har hele 34% av 11-åringene et problemfylt forhold til alkohol, melder Times online. Boten, opp til 900 euro er et strakstiltak mot et økende problem. Det siste tiåret har mange puber åpnet i Italia, dette har endret alkoholforbruket fra å være hovedsakelig vin ved middagsbordet – til flat-

fyll. I en undersøkelse nylig svarte 6 av 10 ungdommer at formålet med kvelden var å drikke seg stup fulle.

Minstealderen i Italia for kjøp av alkohol er 16 år. Helsemyndighetene sier at debutalderen er 12 år, noe som er 2 – 3 år under gjennomsnittet for de europeiske landene. Hver 6. sykehusinnleggelse på grunn av alkoholforgiftning er barn under 14 år.

## Økende promille på sjøen

Selv om folk flest har godt vett når de er på sjøen, viser en ny undersøkelse at over 100 000 drikker alkohol når de fører båt.

Det økende antall berusede førere utgjør, sammen med store båter, høy fart og manglende erfaring en betydelig risiko for alle som ferdes på sjøen, skriver AV-OG-TIL i en pressemelding. De siste ti årene har 368 personer mistet livet i ulykker med fritidsbåter. 340 var menn, halvparten av disse igjen er mellom 40 og 60 år, og det er grunn til å tro at en stor del av disse var alkoholpåvirket.



## - Betsson driver skittent spill

Betsson går nå ut og markedsfører et eget oddsspill på når det norske tippemonopolet vil falle. - Betsson driver et kynisk og skittent spill skriver Anne Karin Kolstad, Generalsekretær i Actis.

Svenske Betsson, der statens pensjonsfond er en av de største eierne, mener at det er reelle muligheter for at det norske spillemonopolet vil falle allerede i kommende stortingsperiode.

- Betsson burde ut av listen staten investerer oljepengene våre i. Slike utspill viser at de kun er ute etter å bryte ned dagens reguleringer av spillemarkedet, og det bør få følger sier Kolstad.

Monopolordningen står sterkt. - det er naivt å tro at en modell med lisensordning som foreslått i Danmark, vil bidra til å sikre idrettsanlegg kultur og aktiviteter for folket på samme nivå som Norsk tipping i dag gjør. De internasjonale tippeselskapene har neppe noen intensjoner om å gi fra seg tilsvarende andel av overskuddet til disse formålene, sier Anne Karin. - Fjernes Norsk Tippings monopol, vil man måtte åpne opp for at alle som ønsker å etablere seg med spillleselskap i Norge kan få gjøre dette. Det finnes ikke noen grunn til å tro at et samlet Storting ønsker dette, avslutter Kolstad. Mer på: [www.actis.no](http://www.actis.no)



## Velkommen til det 117. ordinære Landsmøte !

I samarbeide med Avdeling Skien som fyller 100 år i 2010, inviterer Forbundsstyret til det 117. ordinære Landsmøtet på Skien Sportell - familievennlig beliggende midt i Skien Fritidspark!



Norske Jerbaners Avangard avholder sitt 117. ordinære landsmøte 28. - 30. mai 2010

Dagsorden i henhold til vedtekter og forretningsorden.

Forslag som ønskes behandlet på landsmøtet må være Forbundsstyret ved Forbundsleder i hende innen 1. mars 2010.

Møtetidspunkt 28.mai.kl. 18.00 - 19.30, 29/5 kl.09.00 – 12.00 og 30/5. kl. 09.00 - 11.00

Påmelding til Landsmøtet må skje senest 15. april 2010 til Forbundssekretær Magnar Wøllo på tlf. 22 22 54 22, mob: 906 52 340 eller e-post: [magnarw@start.no](mailto:magnarw@start.no)

Pris kr 750,- per pers, enk. romstill. Kr 250,- NJA Junior kr. 250,-



Med aktivitetsmuligheter som svømmebasseng, klatrepark, frisbeegolf, turløyper og varierte ballspill, håper vi å se flere barnefamilier på Landsmøtet!



Vi inviterer samtidig til det aller første medlemsmøte i NJA Junior. Alle Juniormedlemmer er velkommen. Påmelding til Magnar Wøllo. Foreløpig tidspunkt for medlemsmøtet i NJA Junior er lørdag 29. mai kl. 14.00 – 15.00



## DET ER IKKE LOV Å DRIKKE ALKOHOL PÅ LOKALTOG

NSB er å anse som offentlig plass og må følge norsk lov.  
Det skal være trygt for alle å reise med NSB Lokaltog.

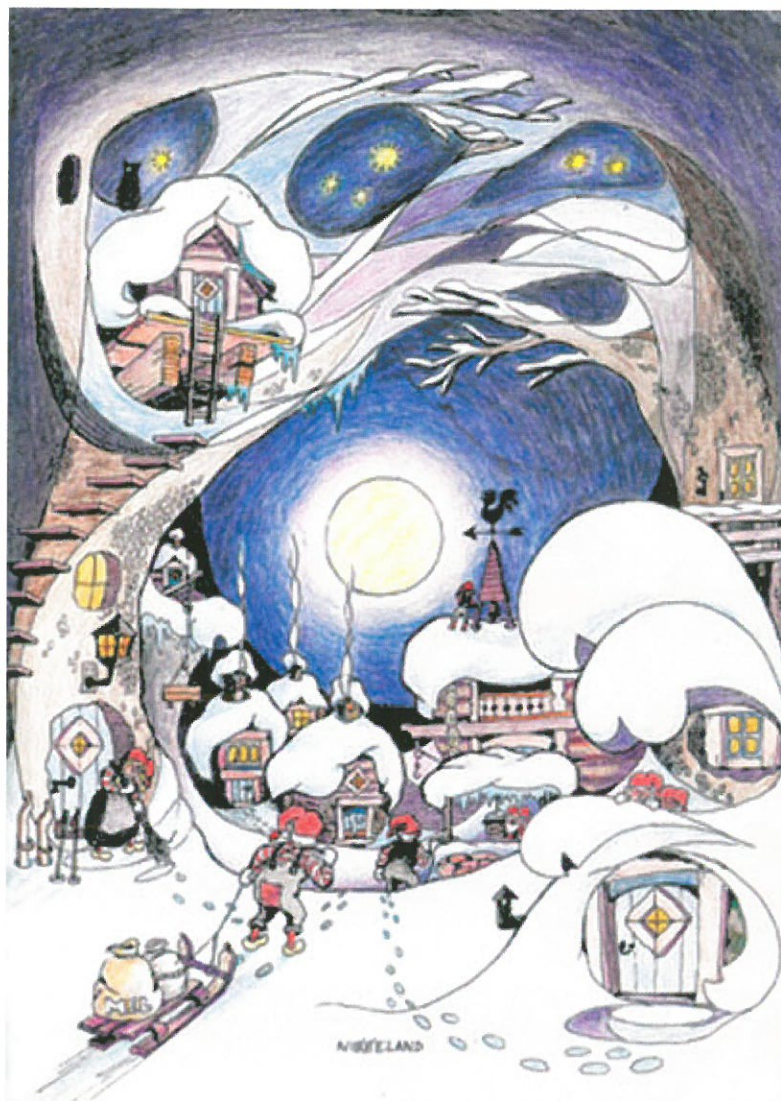
Vi ønsker deg en behagelig og sikker tur, uansett  
hvor du skal.

Aktivitetsnemnda og avd. Skien ønsker velkommen til:

# Putti Plutti Pott

OG JULENISSENS SKJEGG

- En eventyrmusikal for hele familien av PER ASPLIN
- Tid: Lørdag 5. desember kl. 13.00
- Sted: Ibsenhuset i Skien



For 39 år siden diktet og komponerte Per Asplin - eventyret om den lille nissegutten Putti Plutti Pott og hans reise til Onkel Per, Petter og Caroline med Julenissens trylleskjegg. Eventyret kom først som bok, deretter som LP-plate og kassett med Per og hans fire barn. Året etter kom TV-programmet med Per og barna, Kari Diesen som nissemor, Harald Heide Steen jr. og Jon Skolmen som Kalle og Palle, og det gikk i reprise hver jul i mange år.

På utallige oppfordringer laget Per Asplin deretter den musikkdramatiske versjonen, med mange festlige, nye sanger og dansenummere, og en utvidet «spennende» handling. Sceneversjonen har siden 1987 vært spilt hvert år på stadig flere steder over hele Norge, og er for lengst blitt en juleklassiker - til glede for nye generasjoner barn - i alle aldre. Per Asplin valgte selv før sin død Knut Morten Damm som sin etterfølger som Onkel Per. Flere har gitt liv til en varm og festlig nissemor - herunder hans datter Caroline, Nora Brockstedt, Siw Anita Andersen, Veslemøy Solberg, Elisabeth Lindland og Heidi Halvorsen. Glupe Gløgg - Nisselands hemmelige sikkerhetspoliti, agent nr. 00Nix - er egentlig en rolle skrevet for Leif Juster, og har vært spilt av hele Olsenbanden - Carsten Byhring, Arve Opsahl og Sverre

Holm - i tillegg til Sverre Hansen, Dag Vågsås, Ivar Medaas, Øyvind Angeltveit, Eyolf Soot Kløvig og Audun Meling. Dag Vågsås, Karl Sundby og Per Asplins barnebarn Kasper Formo Asplin har gjort nissen Jokkum Jokkumsen Jokkum, som lider av grøtomani, til noe helt spesielt. To av våre ypperste hallingdansere - Martin Myhr og Jon Ellingsen - spiller den spretne ekspedisjons-sjefen Hannibal, mens Julenissen selvsagt hvert år spilles av selveste Julenissen.

Avdeling Skien er 100 år i 2010 - og feirer inngangen til jubileumsåret med å ønske deg velkommen til denne vakre juleforestillingen.

Vi har kun få billetter og selger de ut til våre NJA-medlemmer for kun kr 100,- pr stk  
Billettene bestiller du av Linda på tlf: 474 44 101, eller Gry på tlf: 932 64 086

NB: Pengene må vi ha på forhånd til vår konto: 1440.12.02529

## Jul i Skomakergata

### Førjulstur med NJA i Drammens ærverdige teater !

Vår alles kjære skomaker vender tilbake til Drammen etter fjorårets suksessforestillinger. Vi møter alle de kjente og kjære karakterer og hører sangene fra den folkekjære serien. I rollene finner vi dyktige skuespillere fra Oslo barneteater.

Oppmøte på Drammen stasjon lør 19. des kl. 14.30 til et lite medlemsmøte. Vi får nytt fra NJA. Jorunn har lovet servering av pølser, ekte julebakster samt drikke. Forestillingen i teateret starter kl 16.00



Våre teaterturer i fjor høst var meget populære, derfor «klinker» vi til igjen! Pris for NJA-medlemmer er kr 75,-. Påmelding Jorunn, tlf: 922 59 952. Forhåndsbetaling til vår konto i JBF: 1440.12.02529 – NB: Begrenset antall billetter. Velkommen i teateret!

### Bli Aktivitetsleder i NJA!

**NJA vedtok på landsmøtet å gå inn for et opplegg med Aktivitetsledere i NJA.** Som Aktivitetsledere binder du deg til å arrangere en lokal aktivitet i året. Det kan være alt fra gåturer, via sykling, svømming, joggeturer – ja, kort sagt alt som har med enkle lokale aktiviteter å gjøre. Aktivitetene skal være gratis å delta på. Du finner en passende aktivitet i god tid, ca 6 måneder før gjennomføringen, og sender det til vår aktivitetskoordinator i Forbundsstyret: Karin Rysst, som samler alle lokale aktiviteter i en «Aktivitetskalender» og sender den til bladet for trykking. En Aktivitetsleder i hver avdeling tar plass i avdelingsstyret og koordinerer derfra den lokale aktiviteten.

Som Aktivitetsleder får du egen «Aktivitetslederjakke» og ved gjennomført aktivitet og et enkelt lite referat til bladet, kan du velge gratis valgfri «hovedaktivitet» i NJA-regi kommende år!

**Kan dette være noe for deg? Ta kontakt med vår Aktivitetskontakt i Forbundet:**

**Jostein Sæves på [j.saeves@bbpost.no](mailto:j.saeves@bbpost.no) tlf: 984 02 823.**

**Velkommen som Aktivitetsleder i NJA!**

### Tillitsvalgt i NJA?

**Vi trenger stadig vekk flere tillitsvalgte både på avdelingssnivå. Har du lyst til å ta i et tak, hører vi gjerne fra deg. Se adresser nedenunder og på side 3.**

#### Kontaktpersoner i Avdelingene:

Oslo:	Rolf Andreassen	Gaupefaret 1	1671 KRÅKERØY	Tlf. 69340039 / 916 55 175
Drammen:	Per Gommerud	Sandskroken 15	3055 KROKSTADELVA	Tlf. 32878489 / 416 84 075
Bergen	Asbjørn Solberg	Mjeldeheimskleiva 46	5261 INDRE ARNA	Tlf. 55240615 / 918 05 421
Hamar	Gunnar Vestby	Moskusveien 2	2046 ELVERUM	Tlf. 62413703 / 913 08 088
Kr. Sand	Kjell Johansen	Postboks 237	3791 KRAGERØ	Tlf. 414 49 056
Skien	Sigmund Nilsen	Fredrik Rodes vei 12	3715 SKIEN	Tlf. 35520874
Stavanger	Per Østerbø	Årrestad	4390 HELLELAND	Tlf. 51497151 / 99532095
Trondheim	Arnfinn Langørgen	Hoeggveien 28	7036 TRONDHEIM	Tlf. 73968326
Vestfold	Jostein Sæves	Zakarines v. 10	3123 TØNSBERG	Tlf. 33311511 / 984 02 823
Narvik				Se Forbundsstyret.

## Din helse

### NJA med lag i skrittkonkurranse

NSB var med i vårens internettbaserte aktivitets konkurranse, «dytt.no». Forbundsleder dro i gang et eget NJA-lag, og vi var ikke snauere enn at vi like godt kom i mål helt i tet.

**Økt mosjon.** Konkurransen var lagt opp slik at hver enkelt selv kunne legge inn sin daglige aktivitet på nettstedet [www.dytt.no](http://www.dytt.no). All aktivitet ble der regnet om til skritt. Formålet med denne litt uhøytidelige konkurransen var selvfølgelig å øke den enkelte medarbeiders mosjonsbevissthet. Spennende var det også fordi du hele tiden kunne følge såvel din egen som lagets fremgang målt mot de andre.

**Bergensbanen.** Løypa man skulle gå i løpet av et visst antall dager fulgte naturlig nok i jubileumsåret Bergensbanen fra Bergen til Hønefoss, via Roa til Oslo S. Strekningen på rundt 50 mil gikk for de raskeste unna på litt over 20 døgn. NJA Laget kom i mål litt etter den suverene tetduoen «Skien kond» og Team Hamar 1.

**Malmø.** De lagene og enkeltepersonene som var tidlig i Oslo, fikk et nytt mål og gå etter – Malmø. Ned gjennom Østfoldbanen via Gøteborg til syd-Sverige. Nå har vi drøyt doblet de 50 første milene fra Bergen til Oslo og NJA laget kom som et av under ti lag i mål innen fristen på 77 dager.

**Totalvinner.** Vår egen forbundsleder var



ubeskjeden nok til å gå bort og vinne den individuelle delen av skrittkonkurransen, mens kond skien, med en lokfører, Bernhard Eskilt på laget, ble suverene vinnere til Malmø. Gjengen fra Hamar falt helt i sammen og nådde ikke fram til Malmø i løpet av skrittperioden.

**Treningsjakke.** Alle lag som kom til Oslo innen fristen fikk i tillegg til bedre kondisjon, en fin treningsjakke av NSB som belønning. - Takk til NSB for et fint og sosialt tiltak på arbeidsplassen, eksempel til etterfølgelse. Lene Rønning, Eva Werkland, Aina Buer, Kim Mickelsen og Ove Carstensen deltok på NJA laget. Vel gjennomført!

### Solarium kraftig kreftfremkallende

Dagbladet setter i en artikkel søkelys på Solariumssenger ble i 1992 satt på lista over ting som var mulig kreftfremkallende, men oppgraderes nå til å være bevist kreftfremkallende.

- Bruk av solarium er kreftfremkallende. Det forårsaker hudkreft og er skadelig, sier Vincent Cogliano fra The International Agency for Research on Cancer - Jeg kan ikke forstå hvorfor friske mennesker vil bruke solarium, sier han til AFP.

#### - Like farlig som røyk

Risikoen for hudkreft øker med opptil 75 prosent dersom man starter med bruk av solarium før en alder av 30, fremgår det av forskning publisert i den britiske medisinske journalen The Lancet Oncology.

- Solarium kan være farlig, og vi må forsikre oss om at de blir brukt på en trygg måte. Om det viser seg å være nødvendig, må vi se på muligheten for en lovendring som beskytter de unge, sier en talskvinne for det britiske helsedepartementet til Daily Mail.

**Nå har Verdens helseorganisasjon (WHO) plassert bruk av solseng på ei liste over kraftig kreftfremkallende produkter, på lik linje med arsenikk, tobakk og asbest.**

#### - Skremsler

Thorbjørn Frantzen er daglig leder i Norges største solstudiokjede Brun og Blid. Han omtaler det hele som skremselspropaganda.

**- Over 10 000 mennesker i Norge dør av andre kreftformer. Sol og solarium hjelper mot mange av disse kreftformene, sier Frantzen.**

Brun og Blid-sjefen hevder, i strid med IARC, at annen forskning viser at sol og solarium bidrar mer positivt enn negativt, og at antall døde av hudkreft i Norge er nedgående.

#### Fraråder bruk

Flere land har innført restriksjoner på bruk av solariumssenger, og Storbritannias helsemyndigheter vurderer nå om det kan være aktuelt med en 18-årsgrense. Her i Norge har det foreløpig ikke vært snakk om noen aldersgrense her til lands.

**De nordiske strålevern- og helsemyndigheter har imidlertid gått ut i fellesskap og frarådet bruk av solarier.**





## Flytoget har endelig ankommet Drammen

**Flytoget har ankommet til Drammen. Jernbaneverket sa ja til oppstart fra 2. sept, men antallet avganger ble noe redusert – fra 3 til 2 avganger i timen i rushtiden, mens tidlig morgen og kveldstid er det 3 avg. per time**

**Ove Carstensen**

Ovec@nsb.no

**Utfordring for JBV.** Grunnen til den reduserte frekvensen skal være at Jernbaneverket ikke får på plass de tekniske instalasjoner som må til for at Flytoget skal kunne kjøre med full kapasitet.

**Starter opp** – Vi starter opp, men fordi Jernbaneverket ikke blir ferdige må vi redusere antall avganger, sier kommersiell direktør Sverre Høven i Flytoget til Drammens Tidende. Høven forteller samtidig at det blir tre avganger i morgenrushet og på kvelden da den øvrige toggangen ikke er så tett.

**Etterlengtet.** Det er et etterlengtet tilbud Flytoget nå gir sine flyplassreisende. Mange har spurt seg hvorfor Flytoget har endestasjon i Asker, når Vestregionen rundt Drammensområdet teller hundretusenvise av mennesker som i år vil reise anslagsvis nesten 1 million ganger med fly til og fra OSL Gardermoen. Med Flytoget på plass vil også trykket lette litt for bilreisende på motorveien innover mot Asker og Oslo i morgen-og ettermiddagsrushet.

**Flytoget.** Flytoget er Norges foreløpig eneste høyhastighetstog med en toppfart på 210 km/t. Flytoget fraktet i fjor 5,6 mill passasjerer til OSL Gardermoen. Flytoget har Norges mest fornøyde kunder, og har til tross for en noe sliten infrastruktur en rekordhøy punktlighet på over 96%. Flytoget har avtale om kundeparkering ved Union Grønland og drosje med tidsgaranti.

**Åpningsdag.** Mandag 31. august satte de første flytogene ut fra Drammen stasjon, mens den offisielle åpningen fant sted kl 12 onsdag 2. september. Tilstede var ordfører i Drammen, Tore Oppdal Hansen. Samferdselsminister Liv Signe Navarsete, Elisabeth Enger fra JBV og Linda Bernander Silset, adm. dir. i Flytoget ankom Drammen stasjon på rød løper i ekstra flytog til toner fra Drammen Jerns musikkorps.

**Flytogstasjon.** Fra nyttår blir Drammen stasjon nytt startsted for flytoget, og inntil fem togsett vil overnatte og bli rengjort i Drammen slik at togene står klare til å frakte deg til flyplassen allerede fra tidlig om morgenen. Første tog fra Drammen går allerede kl 04.06, mens det siste går litt før midnatt. Første flytog fra Gardermoen går kl. 05.36 og det siste går kl. 00.56

**Reisetid.** Flytoget vil få en reisetid fra Drammen til Gardermoen på akkurat en time. Dette er vel ti minutter raskere enn NSB sitt regiontog, som har et lengre opphold i Oslo før de fortsetter mot flyplassen.

**Reisegaranti.** Flytoget dekker nye flybilletter dersom toget er over 30 min. forsinket. Visse begrensninger, se [www.flytoget.no](http://www.flytoget.no) for mer info.

**Pris.** Å reise med Flytoget er dyrere enn NSB sine tog, men de har noen smarte rabatter. En voksen betaler kr 250,- til OSL fra Drammen, men da kan du ha med deg så mange barn under 16 år du vil – så ta gjerne med deg hele fotballaget, eller skoleklassen på tur! Student, honnør og vernepliktige får 50% rabatt.

**Gratulerer!** Vi gleder oss sammen med Flytoget og kundene som nå vil få et helt annet og mye bedre tilbud fra Drammensregionen inn mot Hovedflyplassen. Lykke til! **forts.side 22**

## Fisketur i Vesterled

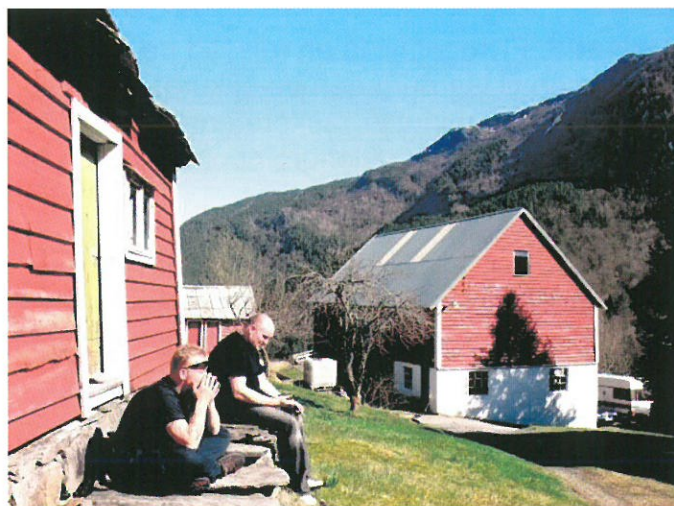
Her kan du lese om den første i rekken av forhåpentligvis mange fisketurer i NJA regi

Kåre Engebretsen er en av mange NJA'ere med en lidenskapelig fiskeinteresse. Han fikk med seg Osloavdelingen som umiddelbart "tente" på ideen og inviterte til fisketur i vesterled, med Skogseidvannet som endelig mål.



*Ingar og Lars Erik er morgentrotte kl 05.00*

Langhelgen 17. - 21 april la våre gutter i vei, ja for det var bare gutter på denne turen – jenter, fiskeing er kjønnsuavhengig - hvor var dere? Uansett etter en lang togtur og en etterfølgende drøy time på buss fra Bergen til Skogseid, var det først klart for proviantering – deretter fiske, røyfiske...



*Fint vær med Sol fra skyfri himmel. Kåre og Lars Erik nyter dagen*

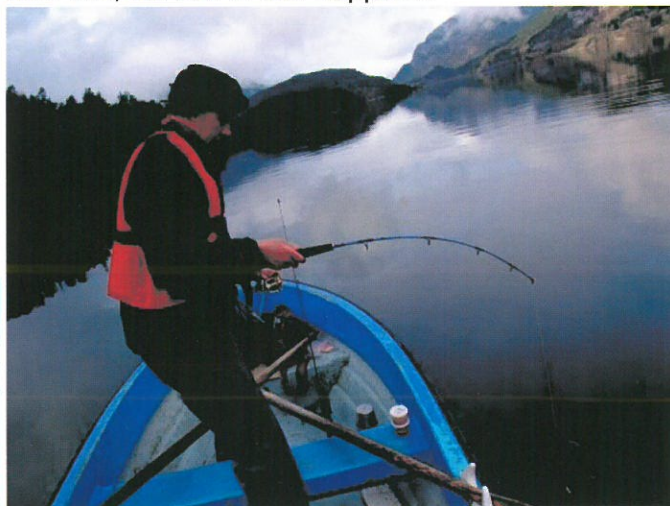
Våre fire turvenner, Lars Erik Andreassen, Bernhard Eskilt, Ingar Aas og Kåre Gunnar M. Engebretsen fikk noen herlige dager. Selv med noen nedturer, med fisk som glipper av kroken i siste sekund, ble det fisk, mye fisk - og ikke minst stor fisk. Lars Erik var vel kanskje den av karene

med minst fiske-erfaring, men jommen var det ikke akkurat han som landet en av de feteste ruggene!



*Gratulerer med fangsten Lars Erik!*

Men den aller største fisken var det Bernhard Eskilt som fikk, her ser vi den napper....



*Storrøya på hele 4,7 kg! Nye pers, grattis Bernhard!*



*Da gleder vi oss til kommende fisketurer!*



## DET ER IKKE LOV Å DRIKKE ALKOHOL PÅ LOKALTOG

NSB er å anse som offentlig plass og må følge norsk lov.  
Det skal være trygt for alle å reise med NSB Lokaltog.

Vi ønsker deg en behagelig og sikker tur, uansett  
hvor du skal.

## Sykkelsesongen 2009

### Sykkeltur til Eidsfoss

Søndag 24. mai hadde vi bestilt pent vær og hva annet enn akkurat det fikk vi? Ingen knallvarme, men akkurat passe for en lang sykkeltur utover Eikern til Eidsfoss



*Roger er snart ved målet, bare 400 meter igjen...*

Startskuddet gikk ved Nedre Eiker Kirke kl. 12.00. Kun Roger Motin og Ove Carstensen var møtt frem men det kunne ikke hindre oss i å glede oss over denne fine dagen. Fra kirken syklet vi i passende tempo over den «nye» Mjøndalsbrua og videre oppover den natruskjønne elveparken langs Drammenselva. Vi tok en kort stopp ved gamle «Steinberg hengsle» hvor vi, ved å ta en titt på de ganske nye infotavlene som var satt opp, fikk et nostalgisk tilbakeblikk på hvordan livet var for tømmerfløterne langs elva i svunne tider. Videre syklet vi langs lysløypa over en liten øy og inn til Hokksund, opp forbi Haug kirke til Vesfossen og Eiker'n. Her ble det tid til en liten stopp for å fylle vannflaskene og kjøle hodet i det kalde, klare vannet.

Vel framme i Eidsfoss var det anlagt en naturlig grillplass ned mot stranda. Der fyrte vi opp et lite bål og grilltet pølser – herlig! Maten gikk ned på høykant mens vi satt og småpratet om mangt og mye.

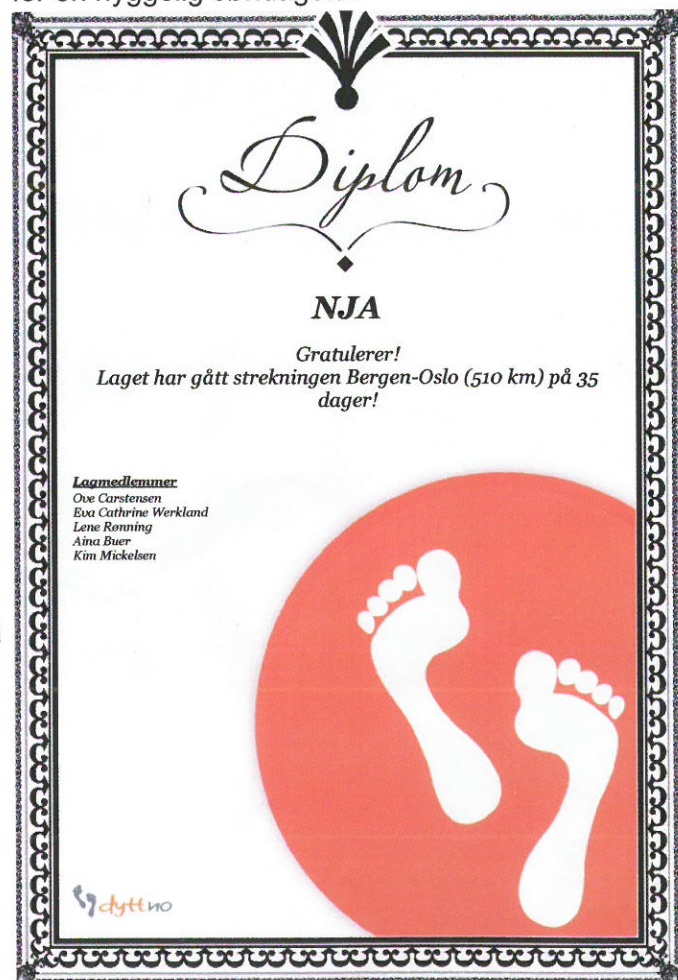
Det skal sies at Roger fikk småvondt i baken etter å ha syklet i mange timer på et lite innbydende sykkelsete uten polstring. Silikonpolstring, samt sykkelbukse kan varmt anbefales for lengre turer...

Vi lot maten synke godt ned, det ble også tid til en liten rusletur i gamle Eidsfoss idylliske sentrum, før vi satte oss på syklene igjen og returnerte mot Drammen. Det var to slitne, men godt fornøyde karer som kom hjem tidlig kveld. Jeg ble imponert over Roger som ikke hadde syklet noe særlig på flere år og allikevel tok turen på strak arm!

### «Drammenselva rundt»

14. juni trækker vi til igjen. Nå var turen kommet til Drammen for å utforske de nye sykkelstiene langs Strømsø og Bragernes rundt Drammenselva til Holmen.

Vi starter ved Elveparken på Åssiden kl. 12.00. Tre stykker var møtt fram denne gang, herr og fru Gommerud og Ove C. stilte sporty opp. Turen går østover retning Bragernes. Ved Ypsilon, den nye prisbelønnede gang- og sykkelbrua i drammen, tar vi av og fortsetter vår ferd forbi jernbanestasjonen til Holmen, som er en kunstig anlagt øy akkurat hvor elva møter fjorden i Drammen. Den medbrakte mat og drikke blir fortært mens vi soler oss i det fine sommerværet. Det var akkurat litt for sur vind til at det fristet å bade. Praten gikk om vær og vind og NJA, hvordan får vi folket opp av godstolen? Vel – vi var på sykkelen igjen og fra Holmen fortsatte vi videre rundt og forbi Bragernes strand og vestover igjen. Vi krysser Ypsilon på ny og forbi Gulskogen gård til Landfalløybrua. Her skilles våre veier. Forbundslderer må på jobb og sykler tilbake til Drammen, mens Per og Minda triller viderer retningen Sandskroken i Krokstadelva. Takk til dere for en hyggelig søndagstur.



*Diplom for deltagelse i skrittkonkurransen, dytt.no*

# VELKOMMEN TIL VINTERKURS!

Var du med på Vinterkurset i fjor? Husker du hvor vakkert og stemningsfullt det var? Nå gir vi deg anledning til å være med oss igjen! Stedet denne gang er Bardøla på Geilo 9. - 12. april 2010. Fullstendig utlysning med egenandel kommer i neste nummer av bladet. Det er begrenset plass, så merk deg dagene nå!



Bildet: Rekorddeltagelse også under skirennene på årets Vinterkurs på Storefjell



Vi takker for oppdraget på Høl, Vegårshei og ønsker jubilenten til lykke med de neste 25 årene!

## -Din Blikkenslager-



**Tlf: 907 69 345**

Ta kontakt med din lokale blikkenslager for å få hjelp med:

- Takrenner – Pipebeslag - Gradrenner.
- Ventilasjon bolig/industri.
- Omlegging av alle typer tak.
- Alle typer beslag produsert etter mål.
- Faste priser samt uforpliktende tilbud.

## Velkommen til NJA!

### Hei gode kollega!

Visste du at NJA står for Norske Jernbaners Avantgard, og er den eldste fritidsorganisasjonen innen jernbanen i Norge med ti avdelinger over hele landet? NJA er i dag en aktiv og inkluderende livsstilsorganisasjon med fokus ikke bare på et edruelig og vennskapelig jernbanemiljø, men også livstilssykdommer som diabetes, hjerte/kar, fedme og spilleavhengighet. Vi tror at aktivitet skaper helse, derfor gjennomførte vi i fjor Vinterkurs på Sanderstølen, eventyrtur til Hundefossen, familidag i Vassfaret bjørnepark, Høsttreff på Lampeland med innlagt dresintur på Numedalsbanen og omvisning på Nore kraftverk og to flotte arrangement i Drammens teater. I år har vi vært i badeland, Storefjell, rafting, Telemarkskanalen og Høsttreff i Askim. Alt til sterkt subsidierte priser for våre medlemmer. Og det kommer mye mer – blant annet flere teaterturer før jul, Vinterkurs på Bardøla og vårt familievennlige Landsmøte i Skien Aktivitetspark!

**Prosjekt «Trygg Reise»** Over tre år har vi fått hele 1 145 000,- kroner av Helsedirektoratet for å kjøre en informasjonskampanje knyttet til alkoholbruk i togene.. Årets bidrag er 350 000,-. I julebordsesongen vil vi leie infoflater på stasjoner for å spre budskapet om at toget er en offentlig arena hvor det ikke er tillatt å drikke alkohol. Vi har fått mange positive tilbakemeldinger fra konduktørene på denne kampanjen som er i samarbeid med NSB.

**NJA** runder snart 600 medlemmer. Dermed er vi over sperregrensen fra SHdir. for å motta driftsstøtte! Vi håper du vil være med oss videre.. For å kunne bli enda bedre, og arrangere enda flere og bedre aktiviteter er vårt mål og nå **1000 medlemmer innen 2018**. Medlemskontingenten til NJA er mellom 15 og 20 kr/mnd. Alle nye medlemmer vil motta vår flotte piquet-skjorte, samt pins og kulepenn med NJA-logo. NJA har to feriesteder, på Vegårshei og Ustaoset. Begge stedene har flott beliggenhet, er godt vedlikeholdt og innehar bra standard. Som NJA`er får du rabatt på leie begge steder. Våre kurs, aktiviteter og en intern vervekampanje har skaffet oss nye medlemmer, men vi har fortsatt plass til mange flere! Så hvis du bryr deg om arbeidsmiljøet, liker aktiviteter og kan reise på tur uten alkohol – håper vi du blir med oss videre. **Velkommen i NJA!**

### - Innmeldingsskjema -

Ja, jeg ønsker å melde meg inn i NJA og har gjort / vil gjøre meg kjent med forbundets vedtekter. Jeg respekterer at alle arrangement er rusfrie. Jeg vil gjøre mitt for å delta i forbundets arbeid for å fremme en - Aktiv livsstil i rusfritt miljø -

Navn: ..... Gate/vei: .....

Postnr.: ..... Poststed: .....

Tlf: ..... Mobil: ..... E-post: .....

Født: ..... Arb. Sted: .....

..... (X) Jeg ønsker at kontigenten automatisk trekkes fra min bankkonto. Frivillig avtale om kontigenttrekk vedlegges

..... (X) Kontingenten betales via årlig faktura.

Sted: ..... Dato: ..... Sign.: .....

### Avtale om frivillig kontingenttrekk

Mellom: ..... Personnr. (11 siffer): .....

Og: Norske Jernbaners Avantgard

Org. nr.: 983219187

Trekkeløpet utgjør kr ..... pr mnd.

Og settes inn på NJA`s konto nr: ..... i Jernbanens bank og forsikring.

Jeg er inneforstått med at trekkordningen er frivillig, og at denne kun kan avsluttes etter skriftlig anmodning fra laget/foreningen til Jernbanepersonalets bank og forsikring.

Sted: ..... Dato: ..... Signatur .....



Jernbanepersonalets  
bank og forsikring

## ***Jernbanefolkenes eget finanskonsern***

*Ansatte og pensjonister i NSB BA og Jernbaneverket, samt selskaper som helt eller delvis eies av disse, kan få gunstige bank- og forsikringsstilbud i sitt eget finanskonsern. Både Jernbanepersonalets Forsikring Gjensidig og Jernbanepersonalets Sparebank ble i sin tid startet av de jernbaneansatte, og har historisk sett hatt sterk forankring til organisasjonene innenfor bedriften NSB. Finanskonsernet drives uten profittmoter, og har ingen avkastning til noen eiere. Vi tilbyr alle produkter du har behov for:*

### ***Forsikring***

- Villaeier
- Villa m/utvidet forsikring
- Hjem
- Hytte/Huseier
- Reise og avbestilling
- Verdi
- Kjæledyr
- Brann
- Motorvogn/campingvogn/tilhenger
- Fritidsbåt
- Ulykke/barneforsikring
- Personforsikring

### ***Bank***

- Lønnskonto med personkort m/Visa – gebyrfri bruk i Norge
- Gebyrfri betalingsformidling/avtalegiro
- Sparekonto og barnekonto med gode betingelser
- Pensjonssparing
- BSU (boligsparing for ungdom)
- Fondsprodukter og aksjehandel med gratis VPS-konto
- Valuta
- Bolig- og forbrukslån
- Boligkreditt
- Bil lån / MC-lån
- Kontokreditt
- Kredittkort (gratis årsgebyr)
- Byggelån
- Personforsikring

*Trenger du lån for å finansiere bolig, bil, nytt innbo, vedlikehold, refinansiering m.v. – eller synes du det er viktig å få mest mulig renter for sparepengene dine? Snakk med oss først. En samtale med **Jernbanepersonalets sparebank** kan bli lønnsomt – for hele familien.*

*Selv om det kan være vanskelig å sammenligne forsikringer, og selv om vi ikke har alle rabattypene, - er vi allikevel rimeligst. Tenk totalitet, trygghet og tillit. Tenk **Jernbanepersonalets Forsikring Gjensidig**.*

Besøk våre hjemmesider på:

[www.jbf.no](http://www.jbf.no)

Felles telefonnummer for JBF:

**815 59 115**

Her kommer du fram til en kundebehandler som er ledig i din region

***Ditt naturlige valg !***

## TELEMARKSKANALEN – ET VIRKELIG SOMMEREVENTYR!

NJA gjorde det igjen – Vi inviterte hele familien til sommerfest på Telemarkskanalen. Gjennom rolige landskap og under stupbratte fjell, gjennom trange juv og over åpen sjø tok vi kanalbåten MS Victoria fra Skien til Lunde .



**Aktive og glade NJA`ere på tur med MS/Victoria på Telemarkskanalen 13. juni 2009**

30 deltakere møtte fram til kveldsbuffet etter innsjekk på Hotel Clarion Bryggeparken i Skien. Mange kom med skinnegående transport, mens noen hadde fristet skjebnen og satt seg fast i bilkø på E18. Men alle rakk kveldsbuffeten, som var et kjærkomment måltid. Etterpå gikk praten livlig utover kvelden. Flere gikk seg en tur i den svale kveldsluften, før man smått om sen krøp til køys i de komfortable sengene til det helt nye hotellet.

Tidlig morgen kl. 7, var det opp for frokost og klargjøre kropp og sinn for nye opplevelser. Stor takk til Ingrid Holst Swensen som kom til unnsetning med imigran, migrenetabletter da skribenten fikk morgenanfall. Du reddet min dag! Bare en kort spasertur fra hotellet fant vi fram til MS Victoria som lå, logisk nok, ved kanalbrygga. Båten la fra kai kl. 8.30. En vel fire og en halv times båttur langs gedigen

arkitektur og storslagen natur som viste seg for oss fra sin aller vakreste side fulgte de neste timene. Fra den første, Skien sluse, fulgte vi Telemarks vannvei nr 1 oppover til Ulefoss, Vrangfoss og Eidsfoss til Lunde. Ved Vrangfoss kunne de som hadde lyst strekke på bena og rusle ved siden av båten opp til Eidsfoss. Det var ikke langt og mange benyttet anledningen til å røre litt på seg. Underveis fikk vi også besøk av tre blide karer. De samme tre sto og tok oss i mot ved ankomst Lunde. Det viste seg nemlig at stedet var hardt angrepet av den såkalte «bieinfluensaen» en hissig og summende slektning av svineinfluensaen! Symptomer på smitte var summing og sviende stikk... Eneste botemiddelet var ekte honning fra midtre Telemark. Engstelige som de fleste var blitt, gikk vi til innkjøp av honningen, som var foruten de før nevnte legende og lindrende egenskaper, også meget god på smak!





*Bildet: Per Gommerud, Tore Johansen, Niclas Valen og Bente Moen ved Vrangfoss sluse*

Lunde var endestasjon for kanalturen vår og derfra dro vi hjem med buss til Skien, buss til Larvik, tog til Holmestrand og buss igjen, puh – til Drammen grunnet anleggsarbeide. Denne aktiviteten skaffet NJA omlag 10 nye medlemmer. På vegne av Aktivitetsnemnda takker jeg nye og «gamle» medlemmer for oppmøtet til nok en variert, spennende og innholdsrik tur i NJA regi.

Sommerlig hilsen  
Ove Carstensen



*En noe skeptisk Per G. lytter til rådene fra Tore J. - som viser effektivt? verneutstyr mot bieinfluensa...*

## Rafting i Otta!

Rafting er spennende, lærerikt og ikke minst gir det deg et fantastisk adrenalinkikk. Derfor la vi i Aktivitetsnemnda nok en gang opp til tur med rafting på programmet. Fra før har vi raftet to ganger i Jølster, Stardalselva og Jølstra. Denne gang var det lagt opp til et familiearrangement, derfor raftet vi ikke i Sjoa, men i den litt snillere Ottaelva.

Turen gikk helgen 24. - 26. juli og startet for de fleste av oss med avreise i buss fra Drammen st. med overgang til tog i Oslo. Toget med avgang kl. 18.37 ble noen minutter forsinket grunnet buss for tog på Drammenbanen. Totalt var det 9 stykker med. Undertegnede og Martin (12), Linda B. Grava, og Trond Skistad med sin datter Celine (11).



*Malin, tøff jente på tur med NJA!*

fant oss godt til rette på toget, det ble tid til avislesing, småpratning, medlemsverving - ja, konduktøren på vei oppover medlte seg like godt inn i NJA! - og kortspillet UNO.

Dermed gikk de nesten fire timene opp til Otta i en fei. På Otta st. ble vi møtt av en blid sjåfør fra Litauen. Han var altmuligmann på Gorafting, og kjørte oss opp til i Sjoa. Stedet lå flott til litt tilbaketrukket fra riksveien. Her var badminton-nett, croquet og mulighet for fotballspill. Selve bygningsmassen var en nedlagt grendeskole og både tavler, så vel som gamle verdensatlas, prydgjenstander og skolebilder var tatt vare på og hang fremdeles på veggene. Nostalgisk for oss som gikk på skolen omtrent på den tiden, og med akkurat slikt interiør...

Vel framme hilste vi på vertskapet, og ble innlosjert i et stort familierom. De fire øvrige deltagerne fra Lillehammer, Lill Mari, Bjørn Arild og barna Malin og Tale hadde ankommet i bil noen timer før oss og var allerede i seng. På rommet fikk Linda hemsen og innen vi hadde fått på sengetøyet var det midnatt og vi krøp slitne, men spente på hva morgendagen ville bringe, til sengs.

En god natts søvn i frisk fjell-luft senere våknet vi til en velduftende og velsmakende frokost bestående av nykokte egg, nystekt brød og et assortert utvalg av skinke, ost og syltetøy – en god start på en utfordrende dag!

Etter frokost var det en grundig briefing av våre raftingguider, før vi fikk utlevert vådrakter sko og hjelm. Raftingguide er et nokså internasjonalt yrke – vi hadde guider fra Zimbabwe, Danmark foruten Norge. Deretter gikk vi ombord i bussen som fraktet oss til Ottaelva, denne vakre elven som sterke krefter jobber for oppdemming av. En utbygging som vil få store konsekvenser for lokalmiljøet og livet i og ved elva. Har vi ikke snart gjort store nok inngrep i vill og vakker, uberørt natur og lagt nok norske elver i rør? Det må da finnes andre muligheter for å få nok energi i landet vårt?



*Tale med sin firbente venn*

Vel, uansett kom vi fram til utgangspunktet for familieraftingen. Etter en siste peptalk, tok vi plass i gummibåtene. Det var høy vannstand og store, duvende bølger og lette stryk fraktet oss nedover elva. Underveis fikk de som hadde lyst lov til å slippe seg ut i det iskalde vannet fra båten. Mange gjorde det – og noen angret i ettertid når de kjente hvor kaldt det var...



Forts fra forrige side

Omtrent midtveis stoppet vi, gikk i land og de som ønsket kunne hoppe ut i vannet fra klippeframspring på 3, 5 og 7 meter... 7 meter er høyt, allikevel var det flere som testet denne høyden!

Det var da Bjørn Arild, som selv er raftingguide, imponerte stort med sine akrobatiske ferdigheter – ut fra klippeframspringet i håndstående og baklengs salto ut i vannet til beundrende og velfortjent applaus!

*Celine Skistad, uredd jente på tur med NJA for første gang!*

Resten av turen gikk greit, og helt uten uhell av noe slag ankom vi snart til endestasjonen som var nede i Otta sentrum. Herfra bar vi båtene på land og ble så fraktet i buss tilbake til leiren. Etter en rask vask, skyling og tilbakelevering av utstyret – fristet en varm dusj og ikke minst badestampen! Stampen var vedfyrt og holdt en temperatur på rundt 40 grader da vi slitne og litt forfrosne sank oppi – mmmm, livet er herlig noen ganger!



*Bildet: Det var godt og varmt i badestampen!*

En innbydende grillmiddag utendørs avrundet kvelden. En stor takk til Trond Skistad som hadde komponert en prøvelse i assosiasjonsevne og norgesgeografi. Sammen med oss denne kvelden var et «alternativt utdrickingslag» fra Oslo. I stedet for å drikke seg fullest mulig og ikke huske noe fra begivenheten - valgte de å ta en rolig dag med rafting og eventyr. Det hele ble en barnevennlig og minnerik aften uten alkohol. Ta testen selv på juniorsidene et annet sted i bladet. Neste morgen var det frokost nistepakke og hjemreise på programmet. Nok en flott tur var over – takk for denne gang og på gjensyn! [ovec@nsb.no](mailto:ovec@nsb.no)



## Aktivitetsweekend på Bardøla!

Aktivitetsnemnda inviterte til Aktivitetsweekend på Geilo 7. - 9. august. 20 stykker tok i mot invitasjonen og ble med toget til Geilo og Bardøla.



Lordehytta var toppunktet for turen, bygget i 1880 av Lars Lein for Lord Garvagn, senere restarert i 1962 og 1988. Under: Bernhard Eskilt viser et levende bevis på at løvetann vokser helt opp mot 1600 m.o.h.



De fleste tok toget og ruslet den korte veien bort til Bardøla etter å ha lagt bagasjen inn i hotellets ventende minibuss. Det ga blodomløpet litt surstoff, greit etter nesten tre og en halv time i en passiv stillesitting på et overfylt tog 601. Hotellet kunne friste med svømmebasseng inne og ute, samt sauna og velværesenter – de yngre deltagerne var i vannet nesten før innsjekken var unnagjort! Etter middagen var det en kort bli kjent kveld før vi gikk til sengs. For fire av deltagerne ventet nemlig en tøff utfordring dagen derpå – **Lordemarsjen**.

### Tidlig opp.

Bussen som skulle ta oss fra Geilo til Raggsteindalen, turmarsjens utgangspunkt hadde avgang fra stasjonen allerede kl. 08.00 lørdag morgen. Derfor ringte vekkerklokka hissig allerede kl. 06.30, det ga akkurat tid for et raskt morgenstell før frokost og smøring av egen nistepakke til turen. Hotellet stilte med transport ned til stasjonen. Bussturen gikk greit og vi ankom Raggsteindalen litt over kl. 9.



*Bernhard, Ove, Ronja og Roy i Raggsteindalen*

Der var det en siste briefing før vi, Roy og Ronja Thorvaldsen, Bernhard Eskilt og undertegnede kunne legge i vei med godt mot. Det trengtes saktens for turen startet med en bratt stigning opp mot Hardangervidda. Deretter var det jevn stigning i en tøff motvind, gjennom karrig landskap med lei fremkommelighet oppover mot hytta. Den siste stigningen frem mot toppunktet var særdeles bratt og ulendt. Dette var ikke stedet å være for de med høydeskrekk, men opp skulle vi, og opp kom vi. På slaget 12 sto vi oppe ved Lordehytta, 1622 moh og beskuet den storslagne utsikten utover Hallingdalen – fantastisk! Dette øyeblikket var verdt turen alene. Vi skrev oss inn i hytteboka, fikk et par twist og satt oss i le av noen store steinblokker for å nyte våre medbrakte matpakker. Ost og skinke med ferskt brød fra Bardøla har aldri smakt bedre. En halv times tid senere ruslet vi videre mot Haugastøl. Selv om vi gikk over steinurer, bekkedar og meters-tykk snøskavler(!) var veien videre enkel sammenlignet med det vi hadde vært igjennom.

Ronja ledet an, vi gikk på med ny kraft, og selv ikke truende skyer på alle kanter kunne forhindre at vi gikk hele turen uten så mye som et regndrypp. Der vi gikk, der måtte skyene pent vike plass for sola som smilte varmt til oss!



*Fantastisk utsikt fra Lordehytta!*

**Sjarmøretappen.** Siste del av turen var rene sjarmøretappen med grei sti og slakk helling nesten hele veien ned til Haugastøl turistsenter som var turens endepunkt. Småsultne og slitne, men glade gikk vi i mål kl. 15.30. Det var enda 2,5 timer til den første returbussen til Geilo, Liv Thorvaldsen reddet dagen ved å komme oss i møte i bil, slik at vi slapp å vente flere timer på bussen – takk Liv! Ronja Thorvaldsen, bare 11 år tok den tøffe utrodringen på strak arm og gikk de rundt 22 kilometerne i delvis bratt, kupert og ulendt fjellterreng med oss tre mannfolkene, Roy Thorvaldsen, Bernhard Eskilt og undertegnede på slep. Til tross for at hun tidlig i marsjen skadet benet på en skarp stein, gikk hun ufortrødent videre! Jeg er imponert Ronja!

Mens vi gikk tur i fjellet var de som ble igjen nede i dalen heller ikke særlig inaktive. Noen var på Finse og gikk en runde rundt Bergensbanens høyestliggende stasjon, mens andre leide sykler og utforsket noen av de mange og varierte sykkel-løypene rundt Geilo.

Dagen ble avrundet med quizaften i peisestua. Her var det mye kunnskap! Totalt 6 lag med fra 2 - 4 deltagere leverte sine besvarelser med fra 19 til 26 av totalt 27 oppnåelige poeng. Seirende ut av denne uformelle konkurransen gikk Ingrid C.H. Swensen og Bente Moen. Alle fikk velfortjente premier i form av refleksbånd fra nsb – nyttig nå som høst- og vintermørket ubønnhørlig står for døren. Undertegnede var rimelig gåen etter marsjen og krøp til sengs godt før midnatt. Etter en god natts søvn og frokost var denne turen også ved veis ende. Takk for fremmøte og velkommen tilbake til fremtidige aktiviteter! *Ove Carstensen*

## Flytoget er i Drammen!



Damenes dag i Drammen, fra venstre: Linda B. Silset Adm. Dir. i Flytoget, Samferdselsminister Live Signe Navarsete og Elisabeth Enger, Direktør i Jernbaneverket ankom Drammen st. på rød løper i ekstra Flytog til spor 2 rett før den offisielle åpningen kl 12. De tre ankom i spissen for en rekke prominente personer og ble møtt med levende hornmusikk fra Drammen Jerns musikkorps, noen skuelystne og et stort pressekorps. Navarsete sto for den offisielle åpningen av Flytogets ankomst til Drammen på Strømsø torg foran noen hundretalls skuelystne, deriblant «hotellkonge» Petter Stordalen og «byoriginal» Per Syvertsen. En tydelig stolt ordfører i Drammen, Tore Opdal Hansen som ønsket Flytoget velkommen til byen med den mest dynamiske og fremtidsrettede utviklingen i Norge. Han framholdt de positive ringvirkningene dette ville få for byen og Vestregionen.



Tore O. Hansen

Vibeke, søt og blid flytogkonduktør - bildet til høyre, ønsker velkommen ombord! Avantgarde slo av en liten prat med både Vibeke og Ove Engh, leder for flytogkonduktørene. De gledet seg begge over endelig å komme til Drammen. Nå slipper de bilkjøring til Asker eller Oslo for å rekke oppmøte til førsteturene. Selvfølgelig blir det en helt annen hverdag for kundene som nå har 4-5 avganger pr time i retning OSL Gardermoen.



## Øynaden på Ustaoset!

Det er med glede vi kan ønske deg velkommen til dette flotte feriestedet vakkert beliggende på høvfjellet like vest for Ustaoset stasjon.



*El 18 og B7 vogner med Øynaden og Hallingskarvet i bakgrunnen*

Stedet leies ut til medlemspriser av avd. Bergen, ved Brynhild M. Solberg, tlf. 55 24 06 15. På Øynaden er det høysesong nærmest året rundt og du oppfordres til å være tidlig ute med å bestille plass.

**Leiepris for 2009: 1. feb. – 5. mai:** fre. - søn og man. - fre. Kr 1500,- lør. - lør. Kr 2500,- Skolevinterferie: Kr 4000,- Påskeuken Kr 6000,-  
**6.mai – 31. jan:** fre – søn og man – fre: Kr 1000,-. Ukeleie kr 1500,- Strøm: 0,75/Kwh. NJA`ere får 25% rab. ikke vinter/påskeferie/strøm

## Velkommen til Høl, Vegårshei



fem minutters gange til handicaptilrettelagt badeplass med toalett.

Vårt feriested på Sørlandet har vært igjennom store oppgraderingsarbeider de siste årene, og fremstår nå i god stand. Her kan du nyte stillheten og lade batteriene til en travel hverdag. **Velkommen!**

*Ukesleie fra fredag til søndag:*

Uke 1 – 24 og 34 – 52 Kr 1 500,-

Uke 25 – 33: « 2 000,-

*Døgngleie for hele huset fra 17.00 ank. dag, til 17.00 avr. dag: kr 250,-*

*/sommer kr 300,- NJA medlemmer får 25% rab på leie. Strøm er inkludert.*

*Weekend fra fredag til søndag:*

Uke 25 – 33: kr 600,-

Resten av året: « 500,-

Interessert? Kontakt Utleier: **Ivar Hellenes**, tlf 994 90 819 e-post:

[ivar.hellenes@sfb.net](mailto:ivar.hellenes@sfb.net). evt. gå inn i hyttekatalogen på nsb-intranett

**Besøk våre godt vedlikeholdte og vakkert beliggende feriesteder du også!**

## Extreme makeover edition Høl!

**Ove Carstensen**

[ovec@nsb.no](mailto:ovec@nsb.no)

**Høl Vokterbolig har vært i NJA`s eie i 25 år. Dette ble behørlig markert under dugnadssamlingen på stedet.**

Første uken i september sto i dugnadsåndens tegn på Høl.

Vi fikk inn profesjonell hjelp til å legge om taket, med stein og blick rundt pipe og vindskier, men resten gjorde vi selv. Det vil si at huset ble grundig vasket og skrappt utvendig før alle fire vegger fikk et helt nytt strøk maling.

Det er ingen selvfølge at folk stiller opp til dugnad i 2009, derfor vil jeg med dette rette en stor takk til Ivar Hellenes, Roger Carstensen, Siv Iren og Sandra Solli for at dere tok turen til Høl med artikkelforfatteren.

Sammen sørget vi for at huset nå står fram som et skinnende prakt eksemp lar av et feriested.

Har du ennå ikke vært på Høl, eller er det lenge siden du var der? Da bør du innvilge deg en tur på Sørlandet for å se hvor flott det har blitt på «Heia»!

Takk også til Din Blikkenslager for solid utført arbeide. De fikk både bier, fuglereir såvel som flaggermus og hanskens med.



## Unge dummere enn før? Ingen tar tak i ungdomsfylla

ovec@nsb.no

**En Britisk studie melder at dagens 14 åringer er mindre smarte enn noen gang, melder avisen Daily Mail.**

Økende tv-titting og bruk av pc-spill får noe av skylden for at intelligensnivået stagnerer, men det største problemet ligger i følge forskerne i skolen. Barna gis ikke lenger anledning til å tenke selv hevder de, og viser til den utstrakte bruken av nasjonale prøver og standardtester.

### Lærer ikke å bli selvstendige

➤ Så fort man setter opp et mål for undervisningen, vil elevene forsøke å nå dette med minst mulig innsats. Disse testene og prøvene hindrer også lærerne i å hjelpe elevene til å utvikle en selvstendig og kritisk tanke. 14 åringeres kapasitet til å tenke selvstendig ligger i dag på nivå med en 12 åringer for 20 år siden hevder professor Michael Shayer som ledet testen av 800 14-åringer. De fikk i oppgave å studere en svingende pendel, og forklare hvorfor den svingte med varierende hastighet. Resultatene ble sammenlignet med en tilsvarende studie av jevnaldrende ungdommer i 1976. Det hersket ingen tvil om at datidens unge var bedre rustet til denne type utfordringer.

### Fysisk aktivitet

Tv-titting og pc-spill er i følge professoren med på å passifisere ungdommene, samtidig som evnen til å tenke selvstendig og løse problemer blir understimulert. Han råder derfor foreldre og foresatte til å opp-muntre sine håpefulle om å gå i gang med praktiske gjøremål som modellbygging, snekring eller strikking.



Vi kan anbefale NJA sine rusfrie, varierte og lærerrike aktiviteter for dine barn

ovec@nsb.no

**VG har i en serie artikler satt fokus på hvordan den norske ungdomsfylla blir utelatt i rusomsorgen. De påpeker at mens det er fullt fokus på de tyngste, glemmes de yngste.**

Så lenge det ikke skjer noe kriminelt, kan en ungdom helle i seg så mye alkohol han orker. Det finnes intet system som fanger opp disse ungdommene. Det skjer først når det ofte er for sent, når den unge har ruset seg i mange år, sier overbetjent Geir Tveit. Han er sjef for forebyggende tjeneste på Grønland politistasjon. Flere som jobber innen norsk rusomsorg mener det er et stort hull i behandlingstilbudet, hvor unge som har problemer med sin alkoholbruk, faller utenfor. Det er ikke uvanlig at synlig berusede barn helt ned i 12 års alderen blir tatt hånd om av politiet.



Bildet: Ungdomsfylla bekymrer politiet og ansatte i helse-tjenesten. Illustrasjonsfoto: Erlend Aas, Scanpix

### Missforståelse

Geir Nerland, leder for Gatepatruljen ved Grønland politikammer mener det råder en misforståelse om at norske ungdommer ruser seg mye på narkotika.

➤ Narkotikatallene for ungdommer viser en klar og markant nedgang det siste tiåret. Hovedproblemet til norsk ungdom er alkohol, sier Nerland. Spesialsykepleier innen rus, Marthe Jørstad, som har jobbet med rusproblematikk i Oslo i en årrekke, mener det er et stort problem at rusbehandlingen ligger under spesialhelsetjenesten, og at man dermed trenger henvisning for å få hjelp.

I ett og et halvt år jobbet hun på rusinstitusjonen «Maria Ungdom» i Stockholm, der ungdom som har, eller er i ferd med å utvikle et rusproblem, kan komme å få behandling – både akutt og langtidsbehandling. Hun har engasjert seg sterkt for å få et lignende tilbud i Norge.

➤ Unge burde ha et tilbud uten terskel, hvor både den unge og foreldre/foresatte kan komme døgnet rundt, uten henvisning. Da vil man kunne få gitt rett behandling til rett tid, avslutter hun.



## Juniorposten

→ Juniorposten er siden for våre yngste medlemmer. Her tar vi i mot meninger, tegninger, bilder og andre ting fra våre juniormedlemmer.

INNI ↓		ETTER- NAVN	↓ GRAD	SUPER LEEDS FORK. →	EGEN	HUMRET	NORGES- AKTUELL SANG- DAME
ÅND, ENGELSK							
BJØRN						↑ 2 X 2 ← LIKE → ↓	
MODERNE GRIPE			TULLING		OPERA- SJON DAG SVERK FORK.		
	REIM SKLI					IKKE OPP ↓	
					UKJENT		
↑ EN IVAR SANG- GRUPPE →				RETN ↑ PEN			
SLUTT					DENGANG		

Bli med og løs kryssordet. Løsningsordet finner du i de gule feltene – det handler om å bry seg. Svaret på forrige kryssord var "Junior". Vi må ha svaret innen 1. desember, husk å legge ved navn og adresse. En heldig vinner som får CD'en High School Musical 3

## En reise i assosiasjon og Norgesgeografi

**Klarer du å finne alle stedene som skjuler seg her? Lykke til!!**

Vi skulle på Norgesferie, reisen begynte med at vi tok fly til «LET ETTER AGN» \_\_\_\_\_. Den største byen vi besøkte her var «LEVDE IKKE» \_\_\_\_\_. Så dro vi til «VERKTØYGILDE» \_\_\_\_\_ og videre til «HADDE DU VANN I SEKKEN» \_\_\_\_\_. Der traff vi en bekjent fra «KONTROLLER LENGDEN SELV» \_\_\_\_\_. Det ble litt av en opplevelse, for der traff vi kjente fra «FJÆRFREAVFALL» \_\_\_\_\_. På vei sydover var det fristende å stoppe i «BARNSLIG BENEVNELSE PÅ GOD SAUS» \_\_\_\_\_ men vi skulle rekke en kamp i «GLAD I FJELL» \_\_\_\_\_, så vi fikk ikke tid. Derfra reiste vi med fly til «BØR BIFFENE VÆRE» \_\_\_\_\_, og «REDD HAN» \_\_\_\_\_. En dag med oppholdsvær leide vi bil og dro innover til «IKKE SVAK BEKLAGELSE» \_\_\_\_\_. Videre vestover, noen dager senere kom vi fram til «HEVINGSMIDDELET» \_\_\_\_\_ og bestemte oss for å besøke «JEG ER FRISK» \_\_\_\_\_ siden vi likevel var på de kanter av landet. På ferden videre så vi «HØGDEHOPPERENS SKREKK» \_\_\_\_\_, og fant ut at vi ville

besøke «STYGG BY» \_\_\_\_\_ for å bade. Vannet var kaldt, så vi dro videre til «FROSSEN ÅTE» \_\_\_\_\_ og «BEGJÆR» \_\_\_\_\_. Videre til «GJØR TAUS TELEFON» \_\_\_\_\_ og «MORN DA RIKE» \_\_\_\_\_, for å se om en gammel tante var hjemme. På vei nordover så vi innom «TÅPELIG STED FOR KYR» \_\_\_\_\_, før vi dro til «GRÅLYSNINGEN» \_\_\_\_\_. På vei ned var vi innom «LITEN PINNE» \_\_\_\_\_ før vi overnattet i «MANNFOLK I REKKE» \_\_\_\_\_. Så tok vi toget til «BRUSPRODUSENT» \_\_\_\_\_ og «BJEFFBUKT» \_\_\_\_\_ for å ta båten til «LANDSKAPJORD» \_\_\_\_\_. Her dro vi innom «TELEFONKIOSK» \_\_\_\_\_, for et pliktbesøk hos svigers. Vi kjørte til en venninne i «FYRSTELIGE FLYREDSKAP» \_\_\_\_\_. Så var ferien slutt og vi vendte nesa hjem til «DAMP» \_\_\_\_\_. Neste år skal vi til «KJEPP LEI SEG» \_\_\_\_\_, «FARGESTAT» \_\_\_\_\_ «VESLEVERKTØY» \_\_\_\_\_ «SLØR HOLME» \_\_\_\_\_, «FISKEVIK» \_\_\_\_\_ og til slutt «ØY SOLTILBEDERSTED» \_\_\_\_\_

**Unge drikker mindre og reagerer på fyll blant vennene. En ny undersøkelse som Aftenposten presenterer 12. august viser at alkoholbruk er mindre akseptert.**

Andelen unge som har vært beruset eller hatt negative opplevelser som følge av alkoholbruk er lavere enn før. Bruken av både lovlige og ulovlige rusmidler har gått ned siden slutten av 1990-årene. Samtidig mener flere unge at vennene drikker for mye, såvel gutter som jenter. Dette går fram av en undersøkelse fra Statens institutt for rusmiddelforskning (SIRUS).

**Mindre akseptert.** 30% av unge mellom 15 og 20 år sier at nesten alle, eller nokså mange jevnaldrende drikke for mye – dette er flere enn på slutten av 90-tallet. I følge Astrid Skretting, bildet – som er forskningsleder ved SIRUS, kan dette tyde på endrede holdninger blant ungdom, der bruk av alkohol er mindre akseptert nå enn for ti år siden.



Astrid Skretting

Årsakene til holdningsendringene kan være flere, men en teori er at møte med fremmedkulturelle kan påvirke alkoholbruken til etnisk norsk ungdom. – Som i all ungdomsforskning ser vi stadig større innslag av ikke-vestlig kulturbakgrunn, hvor alkohol ofte har en helt annen status, sier Skretting. I Oslo er det et tydelig skille hvor det drikkes betydelig mindre i bydeler med en høy andel unge med muslimsk bakgrunn, enn på vestkanten.

**Opprør.** Juvente, avholdsorganisasjon for ungdom, melder at man har sett denne trenden i flere år. Det er populært å ha venner som ikke drikker, sier Adrian Farner Rogne, nyvalgt leder i Juvente. Han mener utviklingen kan tolkes som et ungdomsopprør.



– Foreldregenerasjonen og yngre voksne drikker mye mer enn de gjorde før. Jeg tror at ungdom velger å drikke mindre som en motreaksjon til voksenfylla. Det er ikke kult å gjøre det samme som foreldrene, slår han fast. Rogne mener samtidig at vi nå begynner å se effekten av et langsiktig holdningsarbeid mot alkohol.

Hanne Cecilie Widnes, generalsekretær i IOGT Norge, er enig med Juvente. Hun mener unge i dag har vokst opp med utagerende festing blant voksne, og at det kan være noe av årsaken til at de reagerer på venner som drikker mye.

– Fyll blir fremstilt som et ungdomsproblem, mens det først og fremst er et voksenproblem. Jeg tror unge blir lei fyllekulturen og at dette først og fremst er en sunn motreaksjon, sier Widnes.

Både ungdom og voksne avholdsorganisasjonen IOGT er i kontakt med, gir uttrykk for at de er lei av at man må drikke seg full i alle mulige sammenhenger. – jobbfester, andre fester, helger, høytider og ferier.

**Reaksjon.** Widnes mener alkoholbruk blant unge ofte fremstilles som en opposisjon mot de voksne, mens det i virkeligheten er ungdom som bare gjør som de voksne for å «lære å bli voksne».

– Mange har opplevd foreldrenes drikkemønster og får en reaksjon. Nå kan vi håpe på en ny generasjon som har større åpenhet. Og at ungdom nå sier dette gir håp, avslutter Hanne Cecilie Widnes.

**Vi tar pulsen på våre yngste på tur med NJA.**

1. Hva likte du ved turen til Sjoa og raftingen i Otta?
2. Var det noe du savnet?
3. Kan du tenke deg å bli med på tur med NJA igjen?

### Malin og Tale



1. Det var kjempegøy å rafte med familien og andre folk. Fin plass vi bodde på og god mat. Gøy og hoppe ut i elva og at pappa slo salto fra raften ut i elva.
2. Flere barn på rafte turen.
3. Jaaaa. Det vil vi veldig gjerne!

### Celine



1. Jeg likte best at man får nye venner og har et minne for livet.
2. Nei, ikke som jeg kommer på.
3. Ja! Det var veldig morsomt og jeg gjør det gjerne igjen.

## Skinnelangs

**Visjoner - Denne gang i skinnelangs går vi litt fram i tid. Avantgarde vil komme med et forslag til de ansvarlige i nsb om å starte opp igjen persontrafikk på Randsfjordbanen.**

### Historikk, Randsfjordbanen

**Randsfjordbanen** åpnet i 1868 og var opprinnelig 89,6 km. Banen strakk seg fra Drammen via Hokksund, Vikersund, Tyrstrand, Hønefoss, Hen og **Eggemoen** i Buskerud til Randsfjord stasjon i sørvestenden av Randsfjorden ved Jevnaker i Oppland.

Det er sidespor fra Hokksund til Kongsberg. Hovedlinjen ble åpnet 1868, sidesporet 1871. Banen var opprinnelig smalsporet, men ble utvidet til normalspor i 1909.

Over Drammen er det forbindelse til Oslo med **Drammenbanen** og Vestfoldbanen. I Hokksund er det forbindelse med Sørlandsbanen i retning Kongsberg, Kristiansand og Stavanger. I Vikersund greiner Norges lengste museumsjernbane den 22 km lange Krøderbanen av, mens på Hønefoss greiner Roa-Hønefossbanen av mot nordøst og Bergensbanen mot nordvest. Ved Hen st. greinet Sperillbanen, nedlagt 1957, av mot nord.

Bergensbanens tog kjører i dag via Drammen og ikke den kortere Roa - Hønefossbanen. Persontrafikken mellom Hønefoss og Randsfjord ble ironisk nok nedlagt til banens 100-års jubileum i 1968.

**Lokaltogene** mellom Drammen og Hønefoss ble stanset i januar 2001 grunnet NSB's mangel på lokomotivførere. Folket på Modum fikk i stedet for et godt busstilbud og lokaltogene forble dermed innstilt på denne strekningen.



Skifting med Di5 på Hen



*Visjoner; Får vi se NSB's nye lokaltog, Flirt på Randsfjordbanen?*

### Nytt liv på Randsfjordbanen!

NSB kjører i dag mange tog med dobbeltsett, dvs to fysisk adskilte togsett som kobles sammen til en enhet. Min utfordring til NSB er som følger: Mellom Hokksund og Kongsberg er det ikke behov for mer enn ett togsett. Derfor kan man kjøre ett tog fra Vikersund og ett annet fra Kongsberg omtrent samtidig. Togene kan så møtes i Hokksund, sammenkobles der og kjøre videre som en enhet. Det samme kan nokså enkelt gjøres på returen, da kjøres det dobbeltsett fra Eidsvoll via Gardermoen, Oslo og Drammen til Hokksund, hvor togsettene deles og kjører hver til sitt. Ett til Kongsberg og ett til Vikersund. Smart, kostnads-effektivt og nytenkende!

**Dette** vil føre til en mye bedre utnyttelse av materiellet, da man vil få flere reisende på togene til omtrent ingen ekstrapris.

**At** ideen er gjennomførbar er allerede vist i praksis, da det kjøres slike tog i dag på engelske jernbaneskinner mellom London Victoria og sørover forbi Gatwick flyplass, som deles og går til hver sin destinasjon.

### Tar dere sjansen NSB?

**Modum** ligger vakkert til ved Tyrifjordens sørvestre del. Bygda har spredt bebyggelse, med fire forholdsvis store stasjonssteder, Skotselv, Åmot, Geithus og Vikersund.

Jeg tror NSB vil ha mange potensielle nye togreisende å hente herfra hvis man starter opp igjen med et togtilbud til befolkningen på disse stedene. Kapasitetsproblemer eksisterer ikke på på denne delen jernbanelinjet og det er per i dag sannsynligvis omtrent like mange pendlere fra Modum som fra Kongsberg. I 2001 var det i følge statistisk sentralbyrå 19,5 % av antall sysselsatte i kommunen som pendlet inn til Modum og hele 37,2 prosent som pendlet ut av kommunen. Tilsvarende tall for Kongsberg var 24,1 og 18,5%. Folketallet i Modum er 12.500 og Kongsberg by har omlag 19.000 innbyggere.

**Så** da er oppordringen til NSB som følger: Start opp igjen med lokaltrafikk på Randsfjordbanen!  
**Tar dere utfordringen?**

[ove-cars@online.no](mailto:ove-cars@online.no)

17  
Kari Aspenes og  
Reidar Flatland  
Planteskolen 26  
3024 Drammen

# B



NORGE P.P.

Returadresse: Morten Bjørge, Skinntrytesvingen 5, 2209 Kongsvinger

## Rjukanbanen fyller 100 år!

Banen ble offisielt åpnet av Kong Haakon VII 7. august 1909. Banen er nedlagt, men har i år blitt restaurert til jubileet. Riksantikvaren melder samtidig at de to jernbaneferjene «Storegut» og «Ammonia» blir fredet.

Norsk Hydro med Sam Eyde bygget Norges første elektrifiserte normalsporede jernbane. Den var navlestrengen mellom industriedene Rjukan og Notodden og verdensmarkedet. Rjukanbanen var et helt nødvendig transportsystem, og var en viktig del av infrastrukturen som brakte gods inn til den helt unikt plasserte industribyen og produkter fra fabrikkene på Rjukan ut i verden.



"Ammonia" foto: Alexander Ytterborg

Jubileet ble feiret 8.-9. august med et formiddagstog fra Notodden til Tinnoset, der passasjerene ble ført videre over Tinnsjøen på ferja Storegut, før togturen fortatte fra Mæl til Rjukan. Fra Rjukan gikk det buss videre til Norsk Industriarbeidermuseum på Vemo. Banen består av totalt 46 km bane og 30 km ferge på Tinnsjø.

### Rjukanbanen på verdensarvlisten?

Riksantikvaren finner det sannsynlig at arven tilknyttet virksomheten i Rjukan og Notodden er av tilstrekkelig verdi til å bli nominert til Unescos verdensarvliste. Som verdensarv vil dette da omfatte anlegg for kraftproduksjon, industrianlegg, transportsystem og stedsdannelse knyttet til disse aktivitetene. Riksantikvarens anbefalinger ble oversendt Miljøverndepartementet 17. juni 2008.

### Banen settes i stand

Jernbaneverket bruker over 6 millioner kroner på å sette banen i kjørbar stand til jubileet. Strekningen ryddes for skog og fjellsider sikres mot ras. Det utføres også signaltekniske arbeider. Kontaktledningen er så skadet at jubileumskjøringen måtte gå med damp og diesel. Selve jubileet har havnet litt i skyggen av Bergensbanen, men uansett er det en verdig jubilant som fyller 100 år – **Gratulerer** med jubileet til alle venner av Rjukanbanen!

## Ellen Kristofferstuen og Sigmund Prestby

**Sigmund og Ellen er to av de flittigste deltagerne på Aktivitetsnemnda sine turer land og strand rundt.**

De to er med oss nærmest hvor vi drar. Det er ikke alltid helsa holder til å bli med på de mest krevende aktivitetene, men da finner det oppfinnsomme paret andre ting å gjøre. Som nå sist på Geilo, hvor de tok en toget til Finse og ruslet

litt rundt der oppe, mens mange av de andre deltagerne enten syklet, eller gikk turmarsj på Hardangervidda. Sigmund og Ellen er to flotte representanter for NJA. Takk for at dere er med på å gjøre turene våre til det de er: Med varierte og spennende aktiviteter for alle, hvor hovedmålet er å komme seg ut i naturen og få god mosjon samt fart på hjertepumpa.



Ellen og Sigmund på Bardøla

Frist for stoff til neste nummer av Avantgarde er 1. desember - 09