

Vestfoldvinter på sitt beste.



4/88



Utstillingsvinduet i Telesenteret

Holmestrand

vi satser på kvalitet
Tønsberg
Teleområde
Tele
og vi er til å stole på

TØNSBERG TELEOMRÅDE
17 OKT 1996

Redaksjonskomite:
Tor Andreassen redaktør
Inger Joh. Romsdal sekretær
Anne Lise Dahlen
Ingrid Paulsen
Gunnar Solberg

Opplag: 750 eksemplarer
Sats: PF og Tor

INNHOLD:

s. 1 Leder
s. 2 Telesjefens spalte
s. 5 Havna møte
s. 6 PP
s. 9 Lokalt KILS kurs
s. 10 1988 i JD
s. 13 Teleprintens nellik
s. 14 Åpent brev til Teleprinten
s. 16 Julens glade budskap
s. 18 Avskjedslag ved personalgruppen
s. 20 TBD
s. 24 20. treffen
s. 25 LGT
s. 26 Er du en hakkekylling
s. 29 Bort med troll
s. 30 Helse-vern
s. 34 Drømmetur til Kiel
s. 39 Pensjonisttreff i Sandefjord
s. 40 Julemøte i Pensjonistforeningen

LEDER

En leder bør vel inneholde framtidsvyer, tanker om kommende år for avisa, bedriften og de ansatte og en selv.
For egen del er saken grei. Jeg har tenkt å la denne avis bli den siste med meg som redaktør. Inger Johanne (Sag) og jeg startet for 15 år siden med noe vi kalte for "Navnløsa" som senere ble Teleprinten og nå får det være nok. Vi trekker oss begge to fra redaksjons-komiteen og takker for oss. Jeg har ikke tenkt å svikte helt.
Å nei, jeg regner med at skrivekløen melder seg etter en vakker vinter - eller sommerdag på fjorden hvor det er så god tid til å tenke, meditere over livet, og alle spørsmål og problemer som svirrer rundt en.
Nå blir det å være pensjonist på heltid med en masse gjøremål og hyggelige reiser. Begrensingen ligger i at Inger har bare 4 uker ferie. Pensjon og ferie får meg til å tenke litt på kommende tider.
Slik som det ser ut her i landet nå og mærmeste årene, blir det neppe noen øking i ferien de første årene. Blir utviklingen slik at min årsklasse er den siste som får en brukbar pensjon?
Den siste arbeidsforkortelsen på 2,5 timer pr uke tilsvarer 100 timer pr år, eller 13,3 dager som ferie eller på 40 år 2,5 års lavere pensjonsalder. Nå var det bare det at det var en hake med bestemmel-sen som altfor mange har glemt. Prosuksjonen skulle holdes og helst økes selv om arbeidstiden gikk ned. Dessverre sank produksjonen i Televerket fra 5% til 4,5% i år. Vi har en høy produktivitet i forhold til andre etater og bedrifter og forventer et overskudd på ca 1½ milliard kroner. På tross av dette blir vi pålagt å spare ca ½ milliard kroner. Alle synes de står på og jobber det de kan, men det er altså ikke nok.
Når en hører hvor dårlig det er i fylker, kommuner, stat og om alle de bedrifter som går konkurs er det et spørsmål om vi har bevilget oss goder vi ikke hadde råd til. Jeg tror 37,5 timers uken kom for tidlig og enda er det noen som roper på 6 timers dag.
Nei, nå må vi stikke fingeren i jorda å føle hvor vi er. Vi må legge et grunnlag for vårt forbruk. Vi må produsere mere og få solgt våre produkter slik at vi kan leve av det selv og sørge for at det blir litt til overs blant annet til våre pensjonister.

Triste greier, er det intet håp for framtida. Jo da, en grønn bølge er i ferd med å få innpass, det vil si andre verdier settes i fokus. Det nåværende jag på status, bil, hytte, båt, osv. kommer mere i bakgrunnen. På samme tid som det jobbes som aldri før på fødestuene slik at nye slaver strømmer til, jo det er en lysning i det fjerne.
- - - om 20 - 30 år.

Hilsen Tor



TELESJEFENS SPALTE

Landets økonomiske situasjon betyr svært meget for Televerket - vi merker det nå, og vil nok se det enda sterkere fremover.

Vi ser allerede at stagnasjonen i økonomien har begynt å få konsekvenser for Televerkets inntekter - antall tellerskritt går ned og telefonabonnement sies opp. Kan vi/vil vi ta konsekvensen av dette i form av innsparinger i produksjonsapparatet og intensivere arbeidet for å øke inntektene? Andre bedrifter må gå til innsparinger/innskrenkninger i produksjonsapparatet dersom ikke inntjeningen sikres. Vi har ingen erfaring i å møte "motbakke" på denne måten - hittil har vi vært i den situasjon at etterspørselen etter våre tjenester stadig har økt - ofte raskere enn vi har forutsatt. Er vår kultur, organisasjon og tradisjonelle handlemåte forberedt på dette, eller er organisasjonen i for stor grad innrettet på "gode dager"? Er vi i stand til å foreta raske endringer ut fra endringer i omgivelsene? Har vi i tilstrekkelig grad innstilt våre "antenner" mot de muligheter som tross alt er tilstede?

Endring i Televerket er ikke noe nytt fenomen. Forskjellen på de endringer vi har hatt tidligere og de vi er oppe i nå, er imidlertid store. Tidligere endringer var i stor grad kjent på den måte at vi selv kunne planlegge og styre endringen - eksempler her er riksautomatiseringen og digitaliseringen som fremdeles pågår. Vi må nå på en helt annen måte være strategiske i forhold til våre omgivelser.

Endringsprosessen har startet - forståelsen for at alle medarbeidere har sine kunder, er i ferd med å prege organisasjonen. De aller fleste av våre medarbeidere har et forhold til at Norge skal bli et av de fremste teleland innen 1995.

Det er en forutsetning for den ønskede endringsprosess at alle kjenner sitt ansvar, og ser sitt arbeid som et ledd i arbeidet med å nå Televerkets mål. Ut fra det som er sagt om utvikling og usikkerhet i samfunnet, må vi slå fast at forandring vil være det eneste stabile fremover. Dette vil også gjelde for Televerket. Vi må se de muligheter dette gir og utnytte dem. Den amerikanske forfatter Tom Peters har uttalt følgende: "Forvirring og usikkerhet er - og vil - fortsatt være - markedsmuligheter for de kloke".

Utnytter Televerket de mulighetene som ligger i dagens situasjon - eller er vi mer opptatt av begrensningene og det som kan oppfattes som snevre rammer? Det er ikke lett å svare på dette spørsmålet, men det er viktig å ha klart for seg:

- at hver enkelt ansatt påvirker situasjonen selv i sterk grad, og mer enn vi selv tror. Vi bør derfor i størst mulig grad gjøre Televerkets mål til våre egne

- at det er nødvendig å finne frem til forenklede arbeidsmetoder og rutiner, og siden prøve disse ut i en liten målestokk før det gjøres store endringer

- at forandringer er, og etter hvert blir mer og mer, en del av vår "hverdag".

Selv om det skjer store forandringer på mange områder, så er det hyggelig å kunne konstatere at vårt tradisjonelle årlige samrådingsmøte også i år hadde stor oppslutning og var vellykket. Det er min personlige overbevisning at en slik tilstelling, med så stor deltakelse, gjør at vi blir lettere kjent med hverandre og dette gir i sin tur bedre forståelse for hverandres arbeide, og at vi må stå sammen for å klare de store oppgaver vi er satt til å skjøtte. Alle har vi et behov for å kjenne en viss stolthet over arbeidet vi gjør. Det er viktig for vår trivsel at vi har en sikker følelse av at det arbeidet vi gjør er nyttig og meningsfylt, og at det virkelig betyr noe. Forskning har vist at et godt samarbeide innen en bedrift eller på en arbeidsplass, er den aller viktigste faktor for trivsel. Trivsel gir igjen inspirasjon til å gjøre en god jobb. Gjør vi alle en god jobb, så kommer de gode resultater som er nødvendig for å sikre våre arbeidsplasser.

På denne tiden av året ser man seg vanligvis tilbake for å vurdere det året som er i ferd med å ebbe ut. Så langt vi kan se til nå, har vi i Tønsberg teleområde grunn til å være fornøyd. I motsetning til svært mange andre teleområder har vi klart inntektsmålsettingen for 1988. Også når det gjelder drifts- og investerings-budsjettet har vi med stor innsats fra de tilsatte klart å holde oss innenfor våre gitt rammer. Det har vært et travelt år, men når resultatet til slutt blir godt, er jo det i seg selv en oppmuntring.

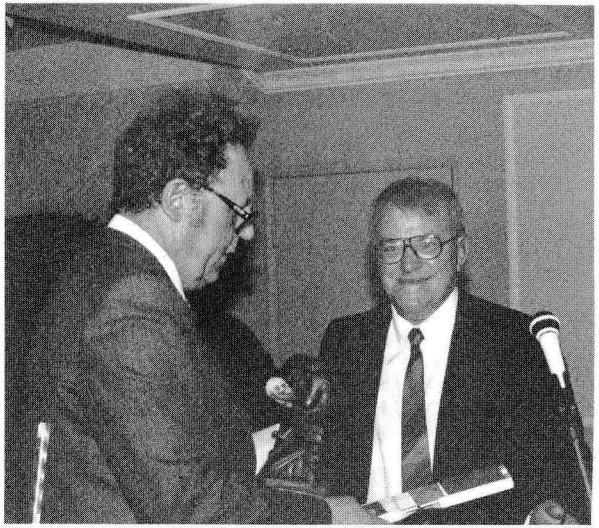
Jeg vil takke alle i Tønsberg teleområde for vel utført jobb i 1988, og at vi med fortsatt arbeidsglede kan møtes til ny innsats i 1989.

Jeg vil også takke våre pensjonister for alt det arbeide de i sin tid har utført og som i dag gir mye av grunnlaget for at vi kan oppnå så gode resultater.

Vi kan med godt mot og tilfredshet ønske hverandre en

God jul
og
et godt nytt år

Arne Markussen



Havna.

Samrådingsmøtet på Havna hotell den 11.11.88 samlet hele 257 del tagere.
Telesjefens noe dystre utalelser om Televerkets økonomiske utvik- ling, og at det måtte spares og innsatsen måtte økes la ikke noe demper på forsamlingen, da den fikk høre at Tønsberg teleområde var blandt de som greide seg best.
Det kom fram endel både ris og ros, og det ble rettet endel spørsmål til ledelsen.
Etter møtet var det hyggelig samvær hvor en del kolleger fikk utmerkelser og behørig takket for godt utført arbeide.
Det er kjempekoselig å kunne treffes under mere avslappede former. Vi lærer hverandre å kjenne på en annen måte.
God mat og og drikke, skravla gikk, noen danset og alle hadde det koselig etter de positive tilbakemeldingene en har motatt.

Larvik stod for opplegget iår.
Vell blåst.
Hilsen fra en som koset seg.

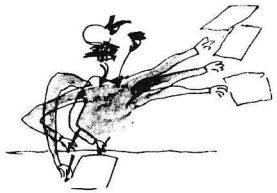


Prisvinnere.

Hva gir best fremgang:
a) ros for god innsats?
b) ris for tabber?
c) ?
d) ?



Alle mennesker støtter det de selv er med på å skape.



Jeg har hauger med jobb liggende. Du får jaggu ta din del, så får jeg heller rette opp feilene etterpå.

Dette gjør du like godt som meg, Tellefsen — det vet jeg fra før. Tar du den jobben?



MF

fikk prisen.
Else Gjørvad Esho tar imot prisen som leder av MF.

TELEOMRÅDEPRISEN 1988

I år var det andre gang teleområdeprisen ble delt ut, og det ser ut til at dette tiltaket virkelig har "slått an" - hele 12 forslag var kommet inn til juryen i år.
Teleområdeprisen ble satt igang som et tiltak i bedriftskulturåret og prisen blir gitt til person eller avdeling som har vært med på å styrke bedriftskulturen, eller som har utmerket seg ved å være en inspirasjonskilde for andre i Tønsberg teleom råde. Som sagt var det kommet inn 12 forslag til person eller avdeling som kunne være prisen verdig,og det å velge ut den eller de rette har vært en vanskelig jobb.Alle de foreslåtte burde fått teleområdeprisen. (og flere til), men prisen skal "henge høyt" og dermed være vanskelig å få.

Utvelging av årets prisvinnere er etter vurdering av innkomne skriftlige anbefalinger og etter juryens kjennskap til person/avdeling.

Teleområdeprisen ble delt ut av Marhaug på samrådings- møte på Havna hotell.
Thorleif Skau og Hans Olav Håkonsen fikk prisen for personer og MF (faktureringskontoret) fikk prisen for avdeling.
Teleprinten gratulerer!

PP

Personalgruppen er i en OU-periode. Vi har tatt for oss de arbeidsoppgavene som gruppen har og formet dette som mål. Målene er så samlet i funksjoner etter ansvarsfelt.

Hvert ansvarsfelt har en hovedansvarlig (A-ansvar) og en som har medansvar (B-ansvar) på de samme sakene . Det blir dermed en noe større grad av spesialisering som kommer til å styrke saksbehandlingen.

Personalsaker av enklere karakter er delegert til avdelingene og driftsområdene. Vi har utarbeidet et hefte "Personalkontoret delegerer". Dette gir en oversikt over de saker som er delegert og en enkel oppskrift på de forskjellige sakene. Heftet er et hjelpemiddel for de som skal ta seg av personalsakene i hver avdeling og hvert driftsområde.

I oktober/november var vi rundt i teleområdet og presenterte oss. Vi ble godt mottatt og fikk mange impulser som vi har til hensikt å følge opp.

Vi kommer til å yte konsulentvirksomhet til ledere som blir tildelt nye personaloppgaver og dessuten legge mer arbeid i våre ansvarsfelt i Personalgruppen.

Tidsfrister - en utfordring.
Mange av de saker vi behandler er belagt med tidsfrist. Når vi sender forespørsel ut til lederne, forventer vi svar innen den dato som er satt på oversendelsen. Vi kaster bort mye tid når det ikke kommer svar i tide og vi må etterlyse svar. Dette skal ikke være nødvendig.
Vi blir nøyere med overholding av tidsfrist.
Den som ikke har svart vil ikke bli hørt i den aktuelle sak.

****

BILDE Kjell-Tore er leder for Personalgruppen og har dessuten hovedansvar for konsulenttjenesten og personalplanlegging.



Konsulenttjenesten innebærer å være oppdatert i reglement, rundskriv, lover og avtaler til enhver tid.

Personalplanlegging er tatt inn i "Personalpolitiske mål og strategier 1995". Det skal utarbeides konkrete forslag til planleggingstiltak i samtlige enheter innen 1989.

På ledermøte den 22.11.88 ble policy for teleområdet lagt opp og utarbeiding av grunnmaterialet for dette arbeidet er igang.

********** BILDE Hei!!
Jeg heter Bjørg og har vært ved PP siden oktober 1986, avbrutt av 1 års opphold ved Teleskolen i Nord, Lødingen.



Etter omorganiseringen ved Personalgruppen er mine oppgaver først og fremst:

- Lønnsspørsmål
- Rekruttering
- Psykososialt arbeidsmiljø.

Ta gjerne en tur innom eller "slå på tråden" hvis det er noe du lurer på av overnevnte. Telefon er som før - lj. 113.

********** BILDE Jeg heter Grete og begynte her i PP i november 1986. Mitt arbeidsområde er personaldata (Pitel) og møtebok (Pafs).



Jeg har også med arbeidsmiljø, helse, vernetjeneste, velferd og medbestemmelse å gjøre.

Bjørg har hovedansvaret for Psykososialt arbeidsmiljø/AKAN/attføring og jeg har B-ansvar på disse arbeidsområdene.

Ring gjerne hvis det er noe dere lurer på. OBS! Jeg har fått nytt telefonnummer - lj. 116.

********** BILDE Rolf er den "ferskeste" her på PP. Han begynte etter sommerferien og har gått saksbehandlerutdanning i Grimstad siste året.



Når jeg kommer ordentlig igang skal jeg ha ansvaret for organisasjons- utvikling (OU), lederutvikling og likestilling. Dessuten skal jeg ha B-ansvar på rekruttering og personalplanlegging. Dette siste har Kjell-Tore og jeg såvidt startet opp med.

Det er nye og spennende arbeidsområder i en tid da gamle grenser er i ferd med å bli visket ut, og vi må se framover, kanskje mot en ny struktur.

Men, vi skal ikke bare drive med nytt selv om mye av det gamle er delegert ut til linjeledelsen. Vi er fortsatt et service-kontor for dere ansatte, og uansett hva problemet består i, bare ring. Et svar skal dere få. Mitt telefonnummer er forresten lj. 154. ********** BILDE Jeg heter Gerd og har ansvar for uniformer, medbestemmelse, arbeidsmiljø, vernetjeneste, velferd og personaldata (Pitel).



Jeg har vært her ved PP i ca to år nå, og trives godt. Jeg har fått større plass på kontoret men telefonnummeret er som før lj. 114.

****

BILDE Jeg heter Sølvi og begynte på PP juni -87 etter endt saksbehandler- utdanning i Grimstad.

Min hovedarbeidsoppgave er personalutvikling eller kurs og opplæring. Det går mest ut på å administrere etterutdanningskurs men også i stor grad å bevisstgjøre den enkelte leder på sitt ansvar for faglig oppdatering og utvikling av sitt personale.



Jeg er også medhjelper på arbeidsområdene "Likestilling" og "Lederutvikling" som er nye.

Det er mye å ta fatt på, og jeg håper på et fortsatt godt samarbeide med alle i teleområdet. Mitt telefonnummer er nå lj. 112.

God jul.

Syv sannheter.

Forholdet mellom mennesker ville bli adskillig bedre hvis vi alle tok tilstrekkelig hensyn til syv uomtvistelige kjensgjerninger:

1. De seks viktigste ordene: - Jeg innrømmer at jeg tok feil.
2. De fem viktigste ordene: - Du har vært fabelaktig flink.
3. De fire viktigste ordene: - Hva er din mening ?
4. De tre viktigste ordene: - Vær så snill!
5. De to viktigste ordene: - Mange takk!
6. Det vigtigste ordet: - Vi
7. Det minst viktige ordet: - Jeg



Forhandlingsmøte om samarbeide. 2 rep. fra hver gruppe skal forsvare egen gruppes standpunkter mot de 2 andre gruppene.



Utarbeides det visjoner her også?

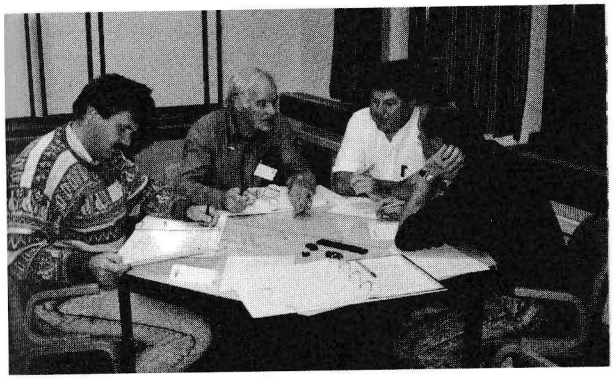
LOKALT KILS KURS

Ja, så er lederopplæringen i full gang i Tønsberg teleområde. Det 1. av totalt 3 lokale KILS kurs har hatt sin første samling i Grimstad. Kurset har totalt 4 samlinger hvor forskjellige temaer blir tatt opp. Mellom samlingene skal det en lærer omsettes i praksis. Dette er ikke alltid like lett, og derfor så mange samlinger. En kan på denne måten lære av de feil en gjør underveis og korrigere underveis. Deltakerne gikk aktivt inn for å lære, så forutsetningene skulle være de beste for at resultatet blir bra. Arne Sandervang og undertegnede ser fram til neste samling som blir i Tønsberg i uke 10/89.

Hansern.



Gruppa ser betenkt ut på hvordan dette skal gå.



Kjell Gunnar, Erling, Kjell, Tore Rino.



Arvid, Olav, Finn, Margareth, Egil, Jens, Unni



1988 I JD

AKTIVT OG PRODUKTIVT

Ja, jeg velger å sette 2 slike adjektiver på 1988 i Nord Jarlsberg driftsområde. Trafikkmaskinen har hatt høyeste prioritet. Som et resultat av det har vi fått fornøyde kunder i HOF - REVETAL OG HORTEN.

SYSTEM 12 er innført på disse stedene, og barnesykdommene på disse sentralene er nå heldigvis borte.

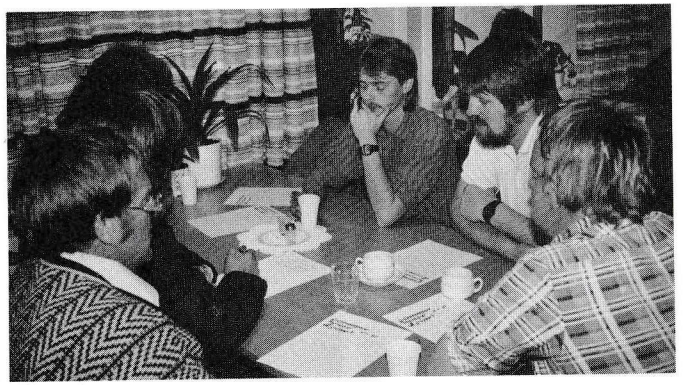
Det er gravd fiberkabel fra Holmestrand til Horten og videre til Tønsberg. Dette anlegget er allerede ferdig skjøtt og innmålt og klar for å ta i mot fjern-nettet og nær-nettet til Nord Jarlsberg og teleområdet forøvrig.

Inntektsmålene og utgifts-målene er nådd i Nord Jarlsberg i 1988. Når det gjelder servicemålene nådde vi ikke disse fullt ut.



Liv, Magni, Unni, Anne Lise, Kari, Sigrunn

TEMA.
Fornøyde kunder, ditt og mitt ansvar !!!!!!!!



Eivind, Sigurd, Bjørn, Ole, Martin



På personalsiden har vi tatt i mot 4 nye montøraspiranter som er godt i "gjenge". PLUS samtaler er kommet godt i gang, og opplæring har skjedd ved "on the job training"

kurs, og tematimer. Særlig EDB siden har vært meget aktiv opplæringsmessig sett.

Mellommenneskelige forhold har aktivt vært tatt opp i produksjonsmøter, og sosialt har vi blant annet gjennom-ført en fin båttur. Det er også i 1988 holdt pensjonist-fester både i Holmestrand og Horten. Denne delen av vår bedriftskultur ser jeg som svært positivt å få være del i

På slutten av året gjennom-førte vi i JD et stort pro-duksjonsmøte med hovedtema FORNØYDE KUNDER - DITT OG MITT ANSVAR.



Knut, Per Aage, Svein, Margareth.
Fra Langøya tur.



Asbjørg Larsen, Herdis Nilsen.

Som planleggere, montører, butikkpersonale, og ledere prøvde vi å sette oss i kundens situasjon og hvilke krav/ønsker de hadde til Televerkets personale i Nord fylket. Det ble et gap mellom nå situasjon og ønsket situasjon.

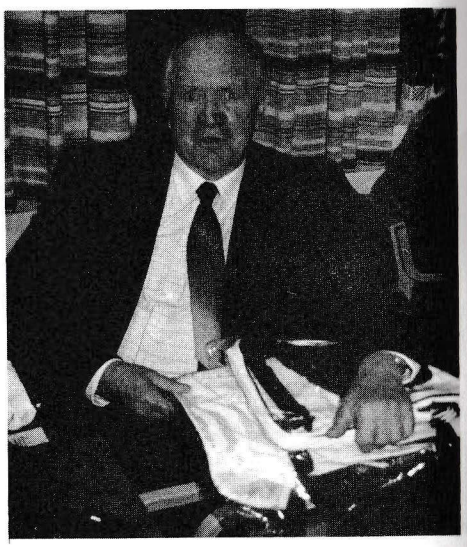
Når det gjelder 1989, skal vi i JD tette dette gapet så godt som mulig. Fornøyde kunder er vår arbeidsgiver.

1989 blir et utfordrende år med blant annet mindre økonomiske midler til disposisjon.

Når vi i fellesskap bretter opp ermene, utnytter arbeidstiden 100 %, og samarbeider godt på tvers av avdelingene så er jeg overbevist om at det skal gå bra!

Jeg takker for vel utført jobb av mine kolleger i 1988 og ønsker alle medarbeidere i Horten, Holmestrand og teleområdet forøvrig en riktig god jul og et godt nytt år.

Hilsen Hansern



Kristian Raaen



H. Nilsen og O. Østberg (94 år).

VI GRATULERER!

Det er mange kolleger som fortjener en honnør og oppmuntring for innsats utover det vanlige. Det er slike mennesker som gjør arbeidsplassen triveligere og skaper arbeidsglede og fellesskap.

En gruppe som skiller seg positivt ut er våre dataeksperter (FD). Hele gruppen har vist en imøtekommenhet og samarbeidsvilje som det står respekt av.

Som en verdig representant for gruppen har vi denne gang valgt å gi "DEN RØDE NELLIK" til

EIVIND HAVSTEIN.

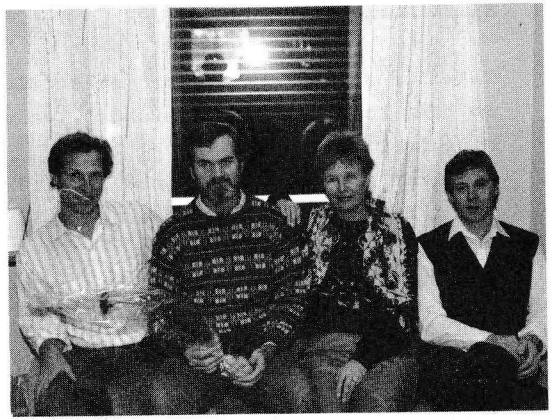
Eivind er eksperten vår på PC (personlig computer) og han har etterhvert opparbeidet seg betydelig kompetanse.

Hans lune, fine vesen og hans villighet til å "trå til" når vi har problemer er noe vi setter pris på.

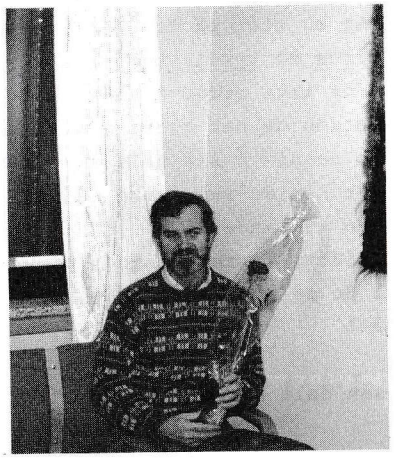
Og det gjelder ikke bare det rent datafaglige, men ved bestilling av utstyr, følge opp leveranser, pakke opp og montere. Eivind står på og tar et tak der det trengs.

Vi synes derfor at han er en fin representant og vi ønsker ham velkommen i

NELLIK-KLUBBEN.



Willy, Eivind, Tove og Thor



Vitsestafetten.

Treneren: Olsen du må lære deg å spurte litt raskere.

Olsen : Jeg spurter så fort jeg kan jeg.

Treneren: Den eneste forskjellen jeg kan se på deg når du jogger vanlig og når du "spurter" er at når du spurter så biter du tennene sammen.

Jeg utfordrer Olav Kopstad Holmestrand til neste gang.

Hilsen Jan V. Andreassen.

Åpent brev til Teleprintens julenummer

Kjære Marhaug!

Takk for samrådingsmøte med etterfølgende hyggelig samvær!
Og takk for dine "inspirerende", velvalgte ord til oss 257 fremmøtte disipler!
Jeg tror ikke at noen av oss ikke tåler å høre kritikk, og det er nok noe i det du sa, at vi kanskje

- ikke kommer fort nok igang om morgenen!
- tar litt lange spisepauser!
- tar en ekstra kaffepause om ettermiddagen!

Alle trenger vi nok denne vekker'n iblant, men Marhaug: Hvorfor akkurat på samrådingsmøte?
Vet du ikke at du har 5-600 arbeidstakere under deg som jobber og sliter og står på for Tønsberg teleområde hele året? Som trenger litt ros og inspirasjon for å yte, hvis mulig, enda mer?
Hvorfor ikke prøve å takke alle dine flinke medarbeidere for den flotte innsatsen de har gjort i året som har gått, og for godt samarbeide?
Greta nevnte i sin tale at vi er en av de beste teleområder i landet, så det kan da ikke være så ille med oss! I så måte, så stakkar's resten av landet!!
Til slutt, kjære Marhaug, prøv med litt ros også, neste år da, så skal du se at dine flinke, pliktoppfyllende medarbeidere tåler det også!!

Hilsen deltaker og medarbeider.

Nb.
Dette brev ble forevist Marhaug slik at han kunne få anledning til å svare innsenderen i dette nummer. Det ville ellers gå 3 måneder til neste utgave av Teleprinten.
Svaret på neste side. Brevskriveren ønsket å være anonym.

Red.

SVAR TIL DELTAKER OG MEDARBEIDER PÅ SAMRÅDINGSMØTE PÅ HAVNA

I dagene før samrådingsmøte var det stort mediaoppslag om oppsigelser ved TBK, DNC, Televerket og andre større bedrifter. Jeg fant det derfor naturlig å ta opp dette tema når vi hadde samrådingsmøte. Jeg minte om at vi måtte betrakte oss som å være i konkurranse og ikke var noe vernet bedrift som var upåvirket av landets økonomiske situasjon.
I denne sammenheng viste jeg til at Televerket hadde hatt en mindre øking i sine inntekter enn forutsatt i budsjettet. Jeg stilte så spørsmålet om vi var effektive nok og trakk frem de områdene som er gjengitt i innlegget. Det er tydelig at disse spørsmålene har truffet innsenderen sterkt siden han/hun reagerer på denne måten og tydeligvis har lukket ørene for resten av mitt innlegg.
Her ga jeg ros, anerkjennelse og takk til personalet for at vi, i motsetning til mange andre teleområder, hadde oppnådd et meget godt resultat. At personalsjefen Greta Tetlie gjentok denne takken i sitt innlegg var etter min mening fullt ut på sin plass.

Hånden på hjertet - mener du vi er like effektive bestandig - eller har vi et utviklingspotensiale som vi kan ta av når vi får føle konkurransen for fullt?

Fra min tid i arabisk land har jeg tatt med meg et ordspråk som muligens kan passe her

- Bare solskinn og intet regn blir ørken.

Med hilsen og ønske om aktiv lytting neste gang du er på samrådingsmøte.

Reg Marhaug

JULENS GLADE BUDSKAP.

Han kom til sitt eget, men hans egne tok ikke imot HAM, men alle dem som tok imot Ham, dem ga Han rett til å bli Guds barn.

Det er godt å komme hjem! Bli tatt imot av noen som setter pris på at du kommer. Møte noen som er glad i deg.

En ektefelle med en åpen favn, barn som vil ha klem - eller en hund som er ellevill av begeistring for at du kommer!

For en velsignelse å ha et fredelig og godt hjem. Det er en verdi som ikke kan måles med penger, men i livskvalitet og livsinnhold.

Julekvelden er hjemmets kveld. Den kvelden da familiene samles til høgtid og fellesskap. En gledens fest midt i den mørkeste årstid. Da er det spesielt godt å komme hjem...

Han kom til sitt eget, sto det i den Gamle Bok. Julen minner oss om at Jesus kom, og Han kom til sitt eget folk.

Jødene var tatt ut til Guds eiendomfolk. Intet annet folk opplevde Guds omsorg og nåde som de. Det var derfor naturlig at Jesus kom til dem.

Når Johannes skriver om dette noen år senere slår han fast: **"Han kom til sitt eget, men Hans egne tok ikke imot Ham."**

For en tragedie! Å komme hjem til en lukket dør. Hvilken følelse å ikke være velkommen hjem.

Det var ingen plass i herberge til Kongenes Konge. Herodes sto Ham etter livet så Josef og Maria måtte flykte ut av landet.

Og til tross for at Han i sitt jordeliv gikk omkring og gjorde vel, helbredet syke og spredte godhet og kjærlighet omkring seg, endte Han sitt liv på et kors!

Et folk vendte Ham ryggen. De lukket sin dør for HAM. De stengte Fredsfyrsten ute og det ble en tragedie for det jødiske folk.

Gjennom julens glade budskap kommer Han til vår dør. Skal vi åpne den for Ham? Skal Julens midtpunkt være velkommen inn i vårt liv?

Men alle dem som tok imot Ham, de gav han rett til å bli Guds barn!

For et tilbud! Bli med i Guds famile. Ha et hjem å gå til når din tid på jorden er omme. Et hjem hvor du hører til og hvor du er velkommen.

Det er vårt valg. Vi staker selv ut vår kurs. Lykkelig er den som kan stemme i med sangeren:

Jeg går til himlen,
der er mitt hjem.
Der er ei sorg eller smerte.
Der er det nye Jerusalem
og der er hele mitt hjerte.

Må du og dine oppleve en velsignet jul og gleden av å ha et godt hjem her nede og et hjem hvor du er velkommen til slutt!

Hilsen, Sg.



TAKK O HERRE.

Jeg takker deg o Herre
for hjemmet som jeg har.
For alle mine kjære
og for min mor og far.
Ha takk for barndomsminner,
det gode som jeg fikk
og selv om tiden svinner
- ha takk for det som gikk.

Jeg takker deg for livet,
for det å være til.
Vi tar det nok for givet
og ei med gledens smil.
Men det er godt å være
et menneske på jord,
å kjenne bånd så nære
med alt som om meg gror.

Men aller mest jeg takker
for hjemmet hos min Far.
Og selv om tiden lakker
så vet jeg hvor jeg drar.
Et hjem bak alle sorger
det venter meg til sist
- av nåde himmelborger
en venn av Jesus Krist.

---o---

Sg.



AVSKJEDSLAG VED PERSONALGRUPPEN

Den 9. november var vi samlet for å markere at 3 medarbeidere sa takk for seg.

Eva-Sol slutter etter 44 års tjeneste, Hanne-Britt etter 13 års tjeneste og Elna etter 6 års tjeneste i Televerket.

De har alle vært ressurspersoner innen sitt felt og vi vil savne dem alle.

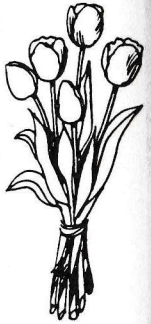
Vi ønsker Eva-Sol, Hanne-Britt og Elna alt godt i årene som kommer.



Telesjefen byr på kake.



En rekke kollegaer var samlet på messa.





TIL ELAN, ARV OG ELNA PÅ AVSKJEDSSELSKAPET I MESSA

09. NOVEMBER 1988

Melodi: Napoleon med sin hær.

1.

Nå samles - alle tropper, ja -- her skal være fest.
Vi alle vil - få takke, for denne - fine "gest".
Arv - Elan - Elna, - slutter, vi takker - og salutter,
for tiden - vi var sammen, - på messe - og kontor.

2.

Til Elan - må jeg - "SIGE", - du var så kjekk - og grei.
Fra Per - sonal - kontoret,- vi alle husker deg.
Du ordnet opp - for alle, - så ingen skulle falle,-
i regel - verket`s dype dal, det ordnet alltid - seg.

3.

Du tok en tur på by-en, da ble det gjærne -- gøy.
Du handlet - alltid noe, du - kalte, "arbeid`s tøy".
Vi måtte se - å prøve, da ble det liv og "røre".
Når Roe kom - i dø`ra, løp alle - hver sin vei.

4.

Så vil vi takke Arv, - for den "BLIDE" som hun var.
En hjelpsom - god kolle-ga, som - ting med HUMOR tar.
Du har nok litt - å ta deg til med alle dine små,
Men vi vil savne - deg, - med alt du kunne finne på.

5.

Vi har en "ind`li" takk - til, som vi vil - bringe frem.
Det er til Elna -- messe-dame, alltid bli og snill.
Hun smurte våre smør - brød, å vasket våre bord.
Vår takk til deg er in - derlig, og kjempe - kjempe stor.

6.

Nå er "DE" fri - som fug-len, - nå gjør de - hva de vil.
Å ta en tur i skogen, - å reise - av og til.
Arv vil nok også finne på, - no`lurt - sånn smått om senn
Vi håper å få se dere, - hos oss sånn av - og til.

Hilsen

OSS PÅ PP.











TBD.

BLOMSTERKVELD
for pensjonistene i
Tønsberg driftsområde;

Kåre Kristiansen ønsket en meget stor forsamling (ca 60) velkommen til pensjonist-treff på messa i Telebygget, Tønsberg. Foruten kaffe, nydelige snitter og bløtkake var det demonstrasjon av opp-setting av blomster og jule-dekorasjoner av Randi og Gunnar Haavik fra Hof gartneri. Og hvilken opplevelse å se hvordan den ene dekorasjon vakrere en den andre ble til under blomsterdekoratør Randis kyndige hånd. Far, Gunnar fortalte om blomster og materialer som brukes til dekorasjoner. Han svarte også på en rekke spørsmål fra et meget lydhørt publikum som ville få med seg mest mulig av det de så og fikk høre. Det var en fryd for øyet og se hvor enkelt og lett det hele gikk til og det nydelige resultatet som til slutt ble loddet ut blant de tilstede-værende på nummerlapper som var delt ut ved inngangen. Gunnar Haavik som har gartneri i Hof fortalte om Floragraf og blomstersjekker som nå kunne kjøpes i alle gartnerier som er tilsluttet denne kjeden.



Randi og Gunnar Haavik.



Gunnar med en juledekorasjon.
Lydhøre tilhørere beundrer oppsatsen.

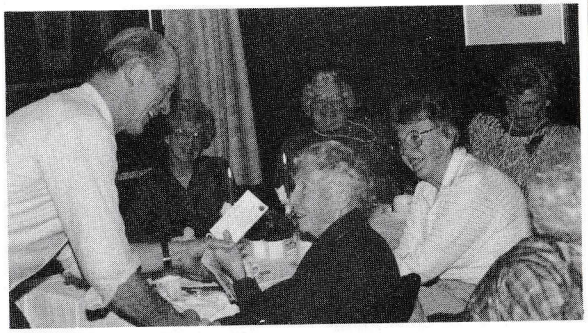


En glad vinner.



Aktiv lytting.

Her fikk en garanti for at det ble sendt fine blomster når en bestilte gjennom Flora-grafens butikker. Han delte ut flere blomstersjekker til tilhørerne.Jeg takker Randi og Gunnar for en flott demonstrasjon og for en rekke tips og tilbud som jeg skal benytte meg av.
En kveld som alle satte stor pris på og Kåre med sin stab har all ære av et flott arrangement.
Dessverre, vant jeg ingen av dekorasjonene, men en skjorte hvor det står: "Bort med troll" så nå slutter æ som redaktør.
Hilsen Tor



Othilie Arnesen får blomstersjekk.



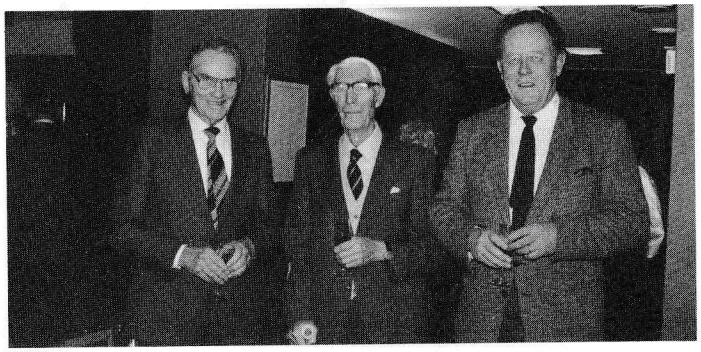
Interesserte tilhørere.



Randi.



Enda en glad vinner.



Våland, Paulsberg og Marhaug.
To forhenværende og en nuværende telesjef.



Stiansen, Wærland, Myhre og Lie.
Gode venner møtes.

Brev til Teleprinten.
Vi vil gjennem Teleprinten takke for hyggelig førjulstreff 23.nov.
Det var så flott arrangert med lekker bevertning, og dessuten fikk vi lære å lage jule dekorasjoner.
Disse fikk pensjonistene med seg som gave, og det var jo veldig populært. Vel blåst Kåre Kristiansen og hans medhjelpere. Håper vi møtes neste år!

Hilsen pensjonist
"modell 1988"

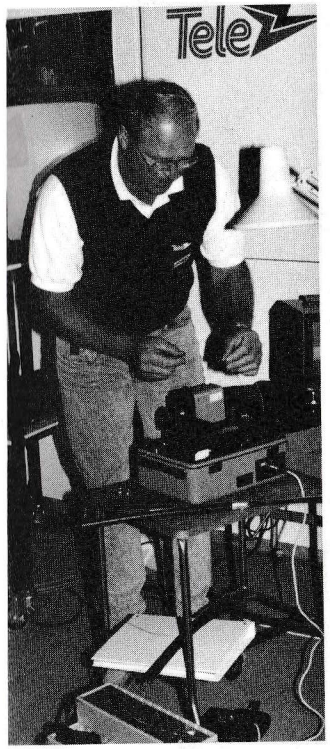
Man eldes etter som tiden går,
og minnes kanskje de unge år.
Føler en pust av fjern poesi,
fordi ungdommen ikke er helt
forbi.



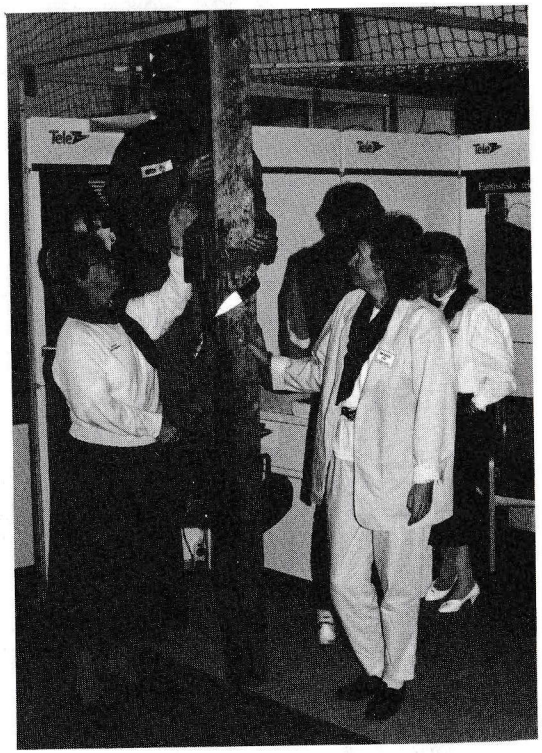
Vår nyeste pensjonist Elan vil sende kaffe.



De som stod for arrangementet slapper av ved kaffebordet.
Vell blåst !!!!!



Ole Martin Torbjørnsen ved skjøtemaskinen for fiberkabel.



Kari Berg-Olsen, Tove Opstad og Sølvi Bryn på vår stand.

MESSA "YRKER FOR FREMTIDEN"

Televerket var representert med stand på messa "Yrker for fremtiden" 13. og 14. september i Tønsberg.

Bjarte Håland var ansvarlig for utstillingen og vi som hadde vakt var Kari Berg-Olsen, Tove Opstad, Sølvi Bryn, Ole Martin Torbjørnsen og Olaf Johnsen.

Messen var beregnet på skoleelver fra 7.-8. klasse og videre oppover.

Hensikten var at bedrifter skulle presentere for ungdommen hvilken type arbeidskraft de hadde behov for, og hvilken utdannelse de må ta innen de forskjellige områdene.

Vår stand ble godt besøkt, men ettersom Tønsberg teleområde ikke har noe spesielt behov for flere ansatte, fant vi det vanskelig å oppfordre de unge til å satse på jobb i vårt teleområde. Det vi kunne gjøre var å orientere om Televerkets krav til utdanning og oppfordre dem til å søke stillinger i Televerket andre steder i landet, for eventuelt siden å komme tilbake til Tønsberg teleområde.

Sølvi Bryn.



Ebba Larsen,



Mary Nilsen



og Ella Kruge takkes for innsatsen.

20. TREFFEN

Den 20. i hver måned kl 1200 samles "gamle" riksejenter i Messa for hyggelig samvær.

Vi i administrasjonen benytter oss av dette "treffet" til å hedre de som etter hvert går av for aldersgrensen. Denne gang var det Ella Kruge, Mary Nilsen og Ebba Larsen som ble hedret for sin innsats på manuelle sentraler og videre på rikstelefonen.

Jeg takker for hyggelig samvær og ønsker dere alle en riktig god jul!

Hilsen Greta



Leder Trond Mathisen hilser pensjonistene fra STOFO.

Lgt.

NYTT FRA TJØME RADIO

Siden siste innlegg fra Tjøme radio er det ikke de store forandringer med oss her ute på Verdens Ende.
Vi har gått og ventet på hva som ville bli opplegget for kystradioene i tida framover. Det var opprinnelig meningen at kystradiotjenesten skulle behandles av Stortinget i slutten av november, men senere har Samferdselskomitèen utsatt datoen for å avgi innstilling til 8. desember for å innhente ytterligere opplysninger, så siste "byssetelegram" er at det skal opp til endelig klubbing den 13. desember. For vårt vedkommende går vedtaket i Styret for Televerket ut på at Tjøme radio skal være operativ ennå en god stund framover. Det er satt en grense på 60 000 samtaler pr. år før det blir aktuelt med fjernstyring. Tallet for 1988 blir på ca. 84 500, så det er ennå noe å gå på hvis det ikke blir bestemt nye tall.
Problemet for oss er den skjeve fordelingen av trafikken mellom sommer og vinter, så med 6-7 fast tilsatte, som også skal ha sommerferie, vil det nok bli problemer med bemanningen om sommeren da vi trenger 25 personer for å dekke vaktene. Vinteren er normalt en stille periode for oss, og det er ennå en god stund før det blir oppsving på trafikken her.
Vi sender en hilsen til medarbeidere i Tønsberg teleområde med ønske om en god jul og et godt nytt år.

Hilsen fra LGT v/BVA

ER DU EN HAKKEKYLLING



Mobbing er et problem som finnes overalt. Ikke bare unge, men også voksne mennesker blir daglig mobbet på sine arbeidsplasser. En undersøkelse om mobbing i Televerket foretatt av en gruppe ved Saksbehandlerklassen ved Teleskolen i Grimstad ifjor tyder på at så mange som hver 3dje arbeidstaker er utsatt for mobbing i en eller annen form. Det er arbeidstakere i 30-årene som er mest utsatt, og flere menn enn kvinner blir mobbet. Vidre viser undersøkelsen at både ledere og underornede er utsatt for mobbing.

Måtene det mobbes på er mange, men endel føler seg mobbet ved at de er utsatt for spydigheter. Mange føler også at de er utsatt for forskjellsbehandling, at de blir oversett, latteliggjort eller direkte frosset ut.

Hva har dette å si for vårt arbeidsmiljø?
Først og fremst mistrivsel.Dette kan igjen føre til søvnløshet, hodepine og depresjon. Resultatet blir øket sykefravær.

Hva kan vi gjøre for å motarbeide slike tendenser?
Jo, det vil hjelpe en hel del bare ved å erkjenne at problemene finns. Endel mobbing skjer kanskje ubevisst og utilsiktet, men det er vondt allikevel for den det går ut over dersom vedkommenbde føler dette som mobbing. Tenk litt på dette hver især.

Hva kan vi gjøre hvis vi føler oss mobbet, og kva kan vi som kolleger gjøre dersom noen blant oss blir mobbet?

Aud Blegen Svindlands 10 mobberegler kan være til god hjelp, og alle bør vite at de finnes. Derfor gjengir vi dem her.

10 Mobbevettregler

1. Ikke skjul at du blir mobbet. Det er ingen skam.
2. Beskriv for deg selv hva mobbingen går ut på.
3. Beskriv for deg selv hvem det er som mobber deg.
4. Finn ut hvorfor du mobbes. Er hensikten å støte deg bort fra jobben, eller er du hakkekylling for å skjule andre problemer.
5. Mobbing er et arbeidsmiljøproblem. Det er ikke du, men arbeidsgiveren som skal løse problemet.
6. Ta ikke kampen opp alene, da er du nesten sikker på å tape.
7. Ta opp mobbingen med din tillitsvalgte eller bedriftslegen.
8. Møt aldri alene med den som mobber deg.
9. Når du mobbes, spør hvilke herskerteknikker som brukes mot deg.
10. Gjør mobberen synlig. Snu skammen.

Resultatet av vår Limerick-konkuranse er som følger:

Nr. 1. Gunnar Solberg med:
Å skaffe nok damer til riksen,
da måtte man kunne den triksen,
å trylle dem frem
når man trengte dem
- eller tyve år før å ta risken.



Nr, 2. Annik Pedersen med:
På toppen satt Ape å pressa
med arbeid og slit på oss lessa
Du må da forstå -
det kan ikke gå.
vi blir jo så slitne å stressa.

Nr. 3. Thordis Ørmen med:
Man antar de fleste har merket
en møte-vekkelse i Verket-
å jobbe er tull
gir status lik null-
følg kallet, få muldvarpen kverket.

Nr. 4. Gunnar Solberg med:

En telesjef helt av de store
han ruvet adskillig ved bordet.
Han pratet om alt
og det var ei galt
- men andre kom ikke til orde.

Nr. 5. Annik Pedersen med:
En rasende mann som het Skunken
sa - jeg må ha tellfon på blunken.
"Ha, ha, den var go
sa Holtñ og lo
- du ligger jo nederst i bunken.

Premiering er foretatt og vi takker for deltagelsen.
Red. håper at det fortsatt vil være skrivekløe om likt og ulikt på Limerickens verseføtter.
De vil komme inn i Teleprinten.

Tor.

VI GRATULERER!

NY GIV MED

TELE-OG DATAFORBUNDET

AVD.TØNSBERG

MEDLEMMER - KOLLEGAER I TØNSBERG TELEOMRÅDE

Som vanlig har vi fått en side i Teleprinten til disposisjon, og denne gangen har vi mye vi skulle sagt men plassen begrenser oss.

Som du ser av logoen, så heter NTTF og DNTO nå Tele-og Dataforbundet. I hele høst har vi jobbet med vedtekter, handlingsprogram og forsikringer for det nye forbundet vårt, og de siste ukene før landsmøtet var spesielt hektisk.

Konstituerende landsmøte i Tele-og Dataforbundet ble avholdt i Trondheim i tiden 18-20 november 1988, og forbundet konstituerer seg formelt fra 1. januar 1989.

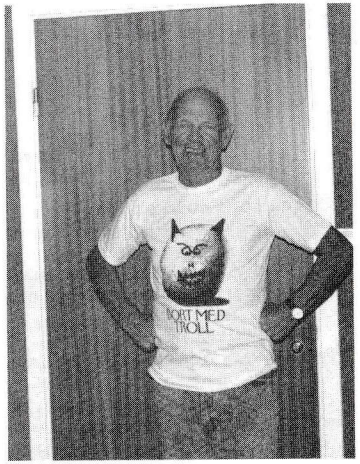
I Tønsberg avholder vi årsmøtene den 14. januar på Park Hotel i Sandefjord. Dette blir merkedag for oss alle, og vi håper at flest mulig av medlemmene har anledning til å være tilstede på årsmøtene, og på den festmiddagen vi har planer om etterpå.

Arbeidet med de respektive avdelingers årsberetninger er startet opp og vil bli sendt samtlige medlemmer før jul.
I tillegg vil vi lage en egen beretning fra interimsstyret NTTF/DNTO, hvor også innkallingen til konstituerende årsmøte i Tele- og Dataforbundet avdeling Tønsberg vil foreligge.
I denne beretningen vil også praktiske opplysninger vedrørende festen vi har tenkt å holde.
Så smør dere med tålmodighet, det kommer, det kommer.

Vi vil benytte anledningen til å takke dere for ett godt og innsatsfylt arbeidsår, og ønsker dere alle en god og fredfylt jule- og nyttårshelg.

Hilsen
TROND OG ELLEN

"BORT MED TROLL"



God dag i stua er den faste hilsen jeg har benyttet til mine betraktninger om likt og ulikt i denne avisa. Denne gangen har det blitt "Bort med troll". Hvorfor? Jo, jeg var på et møte i pensjonistforeningen hvor det ble loddet ut en masse blomsterdekorasjoner og til slutt en del pakker fra ledelsen ved Tønsberg teleområde. Jeg vant naturligvis ikke noen blomster, men en av pakkene fra ledelsen, en T-skjorte hvor det sto "Bort med troll".
Hvordan jeg skal oppfatte dette. Jeg tar det som et lykketreff. Jeg har allerede bestemt meg for å slutte som redaktør for Teleprinten. Vemodig, ja vel, nesten trist på en måte, for dette har vært mitt talerør i 15 år her i Tønsberg teleområde. Jeg som trodde at jeg var så - - - osv. osv. Så får du ved et lotteri beskjed , kort og brutalt, "Bort med Troll". Etter at den første lammende følelsen har lagt seg begynner en å tenke litt klarere. Er det slik med oss, vi ser ikke selv hvordan vi er eller hvordan vi virker på våre omgivelser, medarbeidere og andre avdelinger. En tror selv at alt er så såre bra og om det er problemer med noen i avdelingen eller i mot andre avdelinger - er det sikkert de andre som er så håpløse (TROLL). Jeg tror det er en følelse som bare blir verre etter som årene går. Til slutt tror en at en er u-unnværlig og det hele vil gå i stå når en slutter (en håper det i hvert fall). Så rusler det videre alt sammen like bra og kanskje litt bedre enn før.
Jeg tror det sitter endel troll rundt på en rekke steder i vårt teleområde som burde om ikke slutte, så burde de vurdere sin egen situasjon og arbeidsstil og måte.
Husk det finnes en masse ulike typer troll som, mobbetroll, for sent troll, sure miner troll osv. osv, se trollplakaten, du finner sikkert noe som passer for deg. Gjør noe med det idag!
Dermed takker et smilende, skrøne, prate, fleipe, ikke alvorlig, for mye skrivende, krangle, egen og sta, osv - troll - for seg.

Hilsen Tor

HELSE-VERN.



Helsekontroller.

Vi får til stadighet spørsmål om helsekontroller.hyppighet,alder og nytte.Helsekontrollene deles govt i to grupper.

1.Periodiske.
Dette er generelle helseundersøkelser som omfatter blodprøver etter alder og
risiko,lege/sykepleierundersøkelse,blodtrykk,hørselsprøve, evt.EKG og tonometri.Undersøkelsene og oppfølging blir vurdert ut fra alder,sykdomshistorie,yrkeshistorie og familierisiko. Dette er den individuelle kontakten og utbyttet av helsekontrollen og samtalen for både arbeidstaker og undersøker.I tillegg vil vi gjerne ha informasjon og kunnskap om hvordan enkeltindividet fungerer i gruppesammenheng.I stedet for å bruke alder som innkallingsgrunnlag,har vi derfor de siste to årene innkalt avdelingsvis/kontorvis.Vi får da oversikt over bedriftskultur,ledelsesmåter,generell trivsel,utviklings-og opplæringsmuligheter,kommunikasjon i linjen osv.
Siden det er ca.1800 arbeidstakere som skal vurderes på denne måten,vil hver avd./kontor bli innkalt hvert 3 år.
I tillegg er flere arbeidstakere til oppfølging av forskjellige helsemessige problemer i løpet av denne perioden.Vi er rausere med ekstratimer og konsultasjoner til arbeidstakere over 50 år. Konsultasjonene blir ellers mye brukt til AKAN-arbeid,attføring og omplassering,psykiatri,yrkessykdom og yrkesskader.

2.Selektive helsekontroller.

Arbeidstakere som utsettes for spesielle belastninger.stoffer, gasser,støy osv.innkalles til regelmessig oppfølging hver 6.til 12 mnd.Dette gjelder hyppigst de som arbeider regelmessig med løsemidler,bly,asbest o.l,men også avd.med mye sykefravær og belastningslidelser.

Konsultasjoner.

Vi har ikke kapasitet til å være primærlegetjeneste for alle ansatte.Det vi stort sett sier nei til,er
forkjølelses/influensaproblemer.Resepter utskrevet primært av annen lege enn bedriftslegen,skal helst skrives ut av den behandlende lege for
å sikre oppfølging og effekt av medisinene.
Sykemeldinger skrives vanligvis ikke ved telefonhenvendelse.Time er nødvendig.Det er svært streng trygdepraksis på tilbakedatering av sykemeldinger.Vanligvis kan sykemeldingen ikke tilbakedateres mer enn 3 dager.



KOLESTEROL

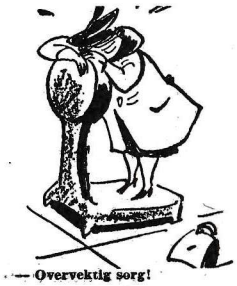
Innledning

I 1953 hadde Norge den laveste hjerte-kardødeligheten i Europa. 15 år senere var vi blant de nasjoner i Europa som hadde den høyeste hjerte-kardødelighet. Det er flere forklaringer på denne utviklingen. Noe skyldes registreringsendringer, men den vesentligste delen må tilskrives endringer i levevanene. I løpet av få år endret kolesterolnivået seg fra å være lavt og gunstig til å bli blant de høyeste i verden,og hjerte-kardødeligheten økte tilsvarende.

Når en befolkningsgruppe reduserer blodkolesterolet,synker hyppigheten av hjerte-karsykdom. Flere undersøkelser har vist dette,blant annet Oslo-undersøkelsen. Kolesterolnivået bør reduseres både i befolkningen som helhet og hos individer med høy risiko.

ANDRE RISIKOFAKTORER

- Arv. Opphopning av koronar hjertesykdom hos foreldre og søsken før 55 års alder.
- Kjønn.
- Røyking.
- Hypertensjon (høyt blodtrykk)
- Diabetes mellitus (sukkersyke)
- Overvekt.


— Overvektig sorg!

DEFINISJON AV FOR HØYT KOLESTEROL

Svært høyt	> 8	mmol/l
Høyt	7-8	mmol/l
Litt høyt	6-7	mmol/l
Bra	5-6	mmol/l
Ideelt	< 5	mmol/l

"Grensene" er her basert på totalkolesterol og er ikke korrigert for alder og kjønn.Intensiteten i behandlingen må derfor vurderes individuelt ut fra familiær disposisjon (arv),alder,kjønn og andre risikofaktorer.

KOSTRÅD:

1.Drikk helst skummet melk.
2.Spis mer grovt brød (tykke skiver) og grove kornprodukter.
3.Bruk myk plantemargarin (f.eks.soyamargarin) og matolje i stedet for meierismør og hard margarin.
4.Bruk minst mulig margarin og annet fett både på brødet og i matlaging.
5.Spis magre ostetyper og magrere kjøttvarer.

6.Spis mer fisk både til middag og som pålegg.
7.Spis mer poteter,grønnsaker og frukt.
8.Spis ikke mer enn to egg pr.uke.
9.Bruk minst mulig majonessalater,dessertoster og fete sauser.
10.Spis minst mulig iskrem,sjokolade,wienerbrød og fete kaker.
11.Drikk mindre kokekaffe.

DIABETES MELLITUS (SUKKERSYKE)

Aldersdiabetes blir nå sett mye mer alvorlig på,enn det gjorde for noen år siden. Det deles ikke inn i ungdomssukkersyke eller alderssukkersyke lenger,men i diabetes 1 og 2.
Diabetes 1 må vanligvis behandlinges med insulinsprøyter.
Diabetes 2 behandles med kost/mosjon,hvis dette ikke når fram,må man i enkelte tilfeller behandles med tabletter.
For å forebygge diabetes 2 screenes det på blodsukker fra 40-års alderen.Kostveiledning og mosjon kan forebygges fra å utvikle diabetes 2.Ikke fastende blodsukker over 7,blir kontrollert ved fastende prøver.

Med hilsen
Bedriftshelsetjenesten

PERSONALIA

Vi ønsker velkommen!

Mari Johannessen, tvik LDM fra 18.07.88
Øivind Larsen, al TH " 01.12.88

Sluttet i Televerket:

Thelma Agersborg, mtle MS " 31.08.88
Målfrid Flaatten, tle LDM " 01.08.88
Stine Elisabeth Sjuve, mtle TAD 01.09.88



Ny pensjonist:

Willy Gustav K. Gustavsen, rflm, LGT fra 29.08.88

Teleinform Video

Fra og med høsten 1987 har Teleinform Video, Televerkets sentrale informasjonstjeneste, utgitt følgende videokassetter:

1. Telerapport nr. 4/87
2. Askøy-samlingane. Sept. 87
3. Telerapport nr. 5/87
4. Norske utstillere på Telecom i Geneve. Okt. 87
5. Feilmeldingen - hva nå? Nov. 87
6. Telerapport 6/87
7. Lynraskt samspill - Samtale mellom Kjell Holler og ishockeyspiller Geir Hoff. Des. 87
8. Pressekonferanse - Kjell Hollers innlegg. Des. 87

9. Brann i kabel. Jan. 88
10. Telerapport 1/88
11. Fjernundervisning i Nord-Norge. Mars 88
12. Telerapport 2/88
13. Al-Tel, Televerkets alarmtjeneste. Mai 88
14. Satellittbilen. Aug. 88
15. Telerapport 3/88

Hvis det er noen som har interesse for en eller flere av disse videoene, er det bare å henvende seg til Øystein Fuskeland (02)487469 eller Eva Nordvik (02)488005.



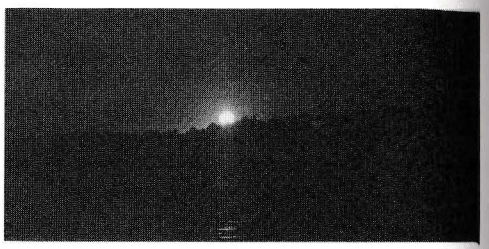
Gerd, Solveig, Ebba, og Gjertrud



Ebba og Inger Johanne



Astrid, Odd, Edith og Rut



DRØMMETUR TIL KIEL

Pensjonist-turen til Kiel i oktober ble rene drømmeturen med et fantastisk vær og en solnedgang som bare en romantisk pensjonist vet å sette pris på.

Prinsesse Ragnhild var båten denne gangen, for vi trives bedre og synes denne er koseligere enn den store nye fergen. 28 var med på ferden og humøret var på topp helt fra vi møttes på toget til Oslo. Gruppen samles alltid på et sted i den store salongen og her går praten og dansen lett og lystig. Denne turen var det en sangerinne fra Belgia som bl.a sang en rekke norske sanger, som Ola var fra Sandefjord og Nidelven, osv. Andre kvelden ble alle fra Televerkets reisegruppe innvitert til koldtbord på båtens regning. Vi ble plassert samlet i Kielerstube som restauranten heter og her ble bordets gleder virkelig satt pris på. Tor spiste røkt ål (trodde han) som bare det, men fikk senere vite at det var hai (pigghå) Godt var det i alle fall. Koldtbordet ombord i slike båter er verdt et besøk. Vi takker Jahre Line.



Alfhild og Mary



Belgisk sangerinne underholder.

SLIK JEG SER DET .....

SESAM-ORD MOT KJERRINGKLAGER:
"ANDRE HAR DE SAMME PLAGER"
FELLES SKJEBNE - FELLES TRØST
VIPS - SÅ ER PROBLEMET LØST

****

VED KONSULT HOS HODER KLOKE
LØSES RASKT DEN STØRSTE FLOKE
MED FORBISNAKK - MALURTDOSE
SYT OG MAS BLIR DIAGNOSE



Alfhild og Sigrid koser seg

Besøket i land og handlingen gikk greit og alle fikk med det de hadde tenkt og vel så det.

Ingen ble tatt i tollen og flere sukket lettet da vi var plassert på Vestfoldbanen. Cina hadde glemt passet , men heldigvis ble hun ikke nektet å komme hjem.

En takk til reiseleder Astrid Fagernes som hadde det hele under kontroll.

Tor



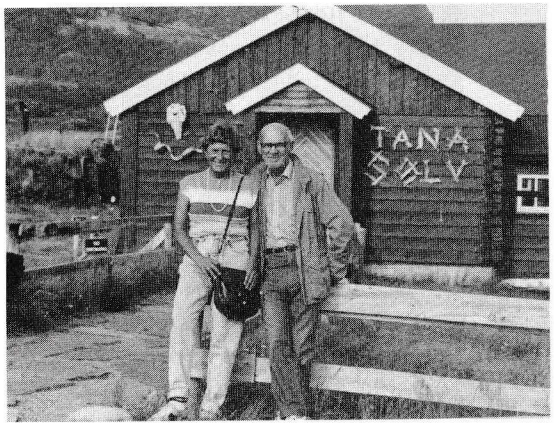
****

SLIK KURERES KJERRING-NYKKER
MEN NÅR EGEN SKO DEN TRYKKER
PIPA FÅR EN ANNEN "SMELL"
NÆRMEST ER ENHVER SEG SELV

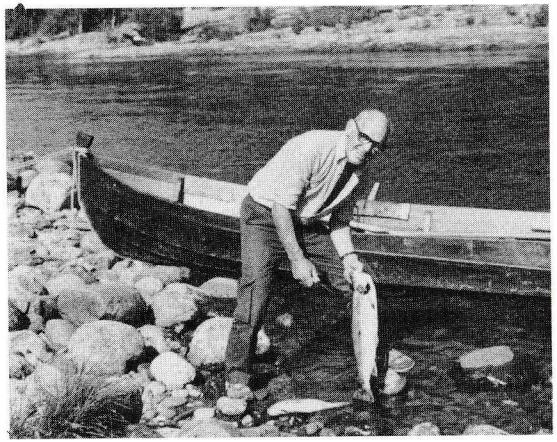
EN HYPOKONDER



Full fart opp Alta-elva med bror Åge som fører.



En tur innom Tana Sølv.



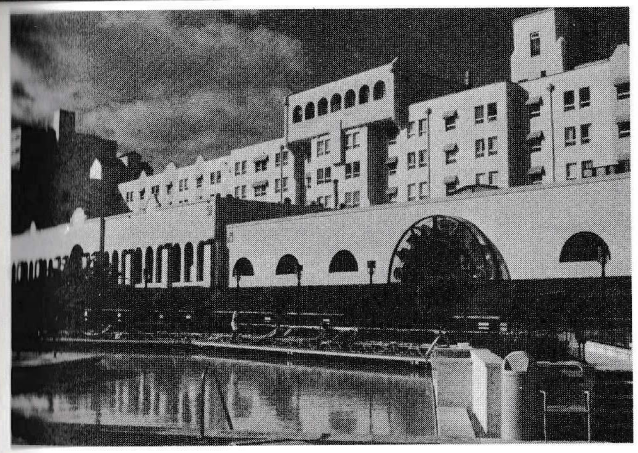
Smålaksen renses.

FERIER

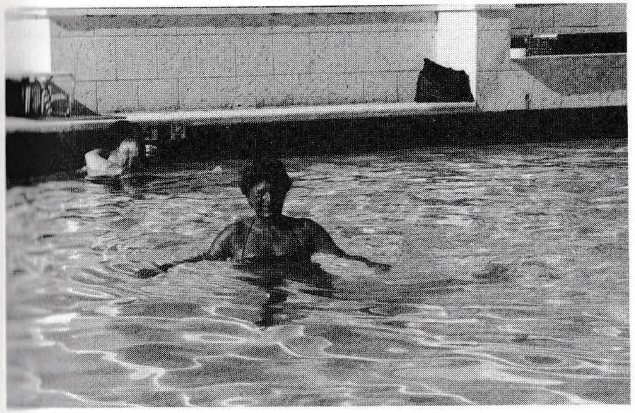
En pensjonist' største problem er at han ikke har verken frilørdager eller ferier, det går i et kjør hele tiden. Men jeg tok meg fri til en tur til Alta i sommer og nå i høst ble det Florida med besøk i Disney-world. Alta - Florida, jo så ulikt og stor kontrast, fjell, elv og midnattsol - mot flatland med skyskrapere, strand med sol og varmt badevann.

Vi hadde 14 dager med varme og strålende sol oppe i Alta. Plukket multebær på vidda, badet i Alta-elva i 15 grader og fisket laks. (5 smålaks) 14 døgn med sol natt og dag, kan man mere ønske seg. Den store drømmen med tømmen spent til bristepunktet i strømmen, hvor en sølvblank torpedo skyter fart opp gjennom strømhvirvlene. Jo, pulsen øker og når du endelig har fisken på land, går du med demostrativt rolige skritt til treet hvor du setter fra deg stangen og slenger deg ned i gresset med en kopp kaffe med noko oppi. Her må en skjule hvor det sitrer i kroppen av spenningen, stemningen ved elva og kampen med den sølv-blanke laksen. Livet er bare herlig.

På senhøsten i november ble det Floridatur. Du flyr i 10 timer i et behagelig temperert fly og går direkte inn i en aerkondisjonert hall for til slutt å gå ut til bussen som skal bringe deg videre til hotellet. Heten slår formelig i mot deg med det samme du kommer ut. 32 grader i lufta. Jo, her er det sommertemperatur, nå midt på vinteren. Det er blomster over alt, høstblomster som går rett over til vårfloraen som blir plantet ut i disse dager. Badevannet i havet er 26 og i svømmebassenget 28 grader. I tillegg hadde vi et boblebad hvor det var 40 grader varmt. Her er det bare å velge. Jeg tok runden med bølgene ved stranda og så bassenget med boblebad til slutt. Her fikk en myket opp stive muskler og nakke. Vi fikk bedre tid til å nyte solen og badelivet denne gangen og vi hadde flere turer, Disney-world, Norges paviljong på Epcot-senteret og Seakvarium med flere. Et kjempestort loppemarked som dekket et areal på 3-4 fotballbaner. Her var det alt fra synåler til biler, både gammelt og nytt. Mest nytt. 3 stk stenvasket Olabukser for 35 dollar, ca. 240 kr, eller ca. 80,- kr pr stk. for å nevne noe. Alt var billig så vi måtte bare handle.



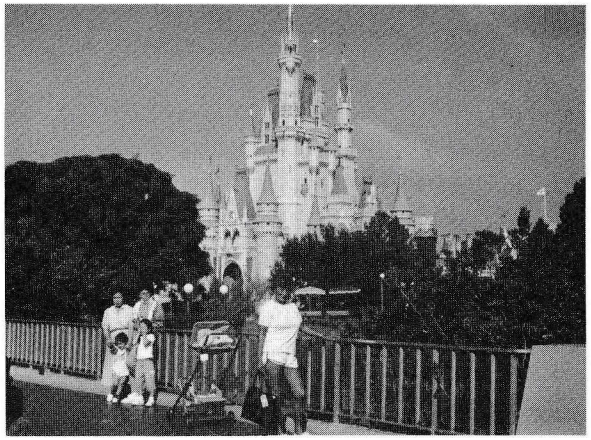
Hollywood Beach hotell med bassenget.

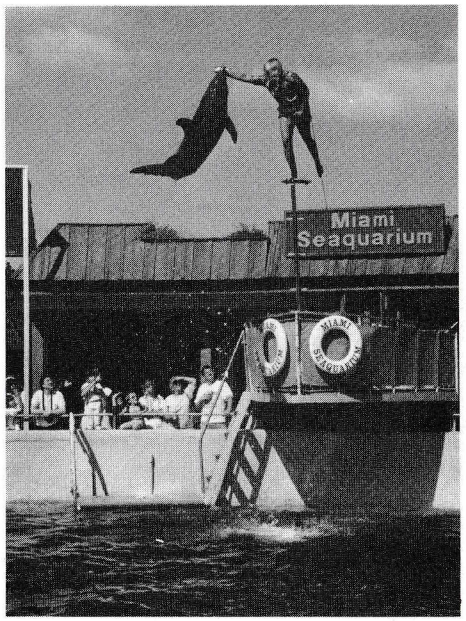


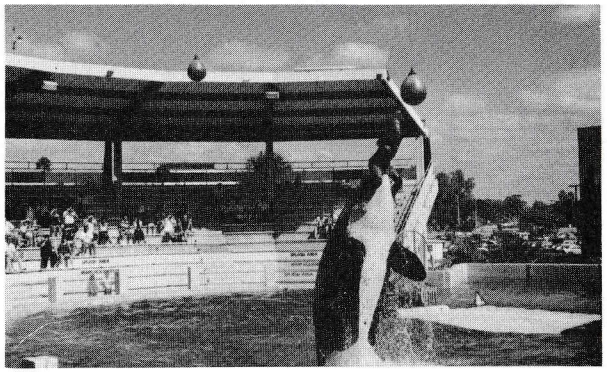
Inger i 28 graders vann.



Fra Epcot-senteret



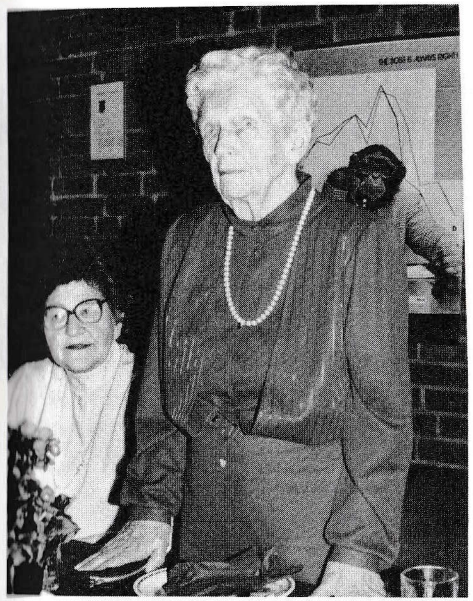




Disney-world med Mickey Mouse bursdagsselskap og opptog, alt er bare et eventyr som må oppleves. Undervannsbåten Nautilus tur til den forsvunne Atlantis var bare enestående i farver og prakt. Norges paviljong med koldtbord på Akershus restaurant var et av de mest populære stedene og her måtte vi bestille bord på forhånd. Koldtbordet var topp norsk kvalitet og med dessert, kaffe og vin ble det 31 dollar for to personer, ca 220 kroner.
Sea-akvarium i Miami med Flipper med venner som spratt 5-6 meter opp i luften og nappet fisk fra dressøren, de danset og gjorde volter. Spekkhoggeren (Whale-killer) på 22 tonn løftet dressøren 6-8 meter opp i lufta og her ble det utført en rekke kunster. Det var det bare å gi seg over og knipse mest mulig bilder. Slaraffenliv på alle måter med billige matopplevelser, både bading og sol nok, hva mer kan du ønske deg.
Skulle jeg komme i den situasjon at jeg må velge mellom Alta i godt sommervær med godt fiske og Florida, ville det bli vanskelig å velge. -- Alta ? Jeg kom enkelt fra dette med å velge begge deler - håper det kan bli slik for fremtiden også .
GOD JUL!
Hilsen Tor



En lydhør forsamling hører på orienteringen om gamle Sandefjord.



Signe Nossum (94 år) demonstrerer at hukommelsen er i orden ved å deklamere "Kjerringa mot strømmen".

PENSJONISTTREFF I SANDEFJORD

Tirsdag 29. november ble det årlige pensjonisttreffet arrangert. 18 pensjonister og 11 av oss som nå er i arbeid hadde satt hverandre stevne.

Vilhelm Møller fra Historielaget fortalte og viste lysbilder fra gamle Sandefjord. Signe Nossum (94 år) deklamerte også i år - denne gang var det "Kjerringa mot strømmen" som ble flott fremført.

Ellers var det utlodning, taler og servering, og innimellom alt dette gikk praten livlig. I det hele tatt et hyggelig samvær med positive og fornøyde pensjonister.

Takk for en hyggelig kveld, og takk til arrangementskomiteén! Jeg gleder meg alt til neste års møte.

Hilsen Greta



Et utsnitt av forsamlingen som viser at praten går livlig.



Kristian, Ebba, Hildur og Paulsberg lar maten smake.



Astrid og medhjelpere som sto for servering og oppvask.

JULEMØTE.

Teleområdets pensjonistforening arrangerte sitt tradisjonelle julemøte med julemat på messa. Det var 70 stykker på møtet, og vi ble underhodt med sang, vitser og musikk av to herrer fra Kreditkassen. Når en i tillegg til deilig mat og drikke har en fin gjeng mennesker som ønsker å glede andre, og ikke minst lar seg glede må det hele bli vellykket. Pensjonistforeningen ønsker alle en god jul og et godt nytt år. Velkommen til nye møter i det nye året.

Tor.



mens andre enda venter på å slippe til i matfatet.





Alle lar ribba og surkål m.m. smake.

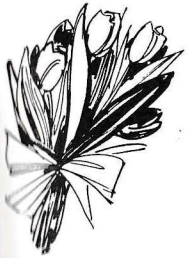




mens Borghild hever glasset og ønsker alle en god jul.



God Jul.







Redaktøren slutter.

En epoke er i ferd med å gå over i historien: Toor vil i og med dette nummer av Teleprinten slutte som redaktør. Er nå dette virkelig ditt fulle alvor, spør Teleprintens utsendte medarbeider?

Ja, nå er det virkelig min hensikt å slutte. Alt må jo ha en ende som du vet. Jeg var jo sterkt med å starte Teleprinten i 1973. Det første nummer fikk forøvrig betegnelsen NAVNLØSA og i dette første nummer ble det utlyst en navnekonkurranse. Arne Lied vant navnekonkurransen, og siden har bladet hatt navnet Teleprinten. Arne Lied fikk som vinner en fottur til Horten. Som redaktør av Teleprinten har jeg også alltid siden vært generøs når det gjelder premiering.

Som redaktør av Teleprinten er det tydelig at du ikke har latt deg prege av det offisielle norske gravalvoret.

Nei, jeg har heldigvis hatt evnen til å se først og fremst de lyse sider i enhver situasjon, og godt humør er jeg født med. Det påstås at jeg i motsetning til de fleste andre lo da jeg ble født.

Det er beundringsverdig at tiltross for tider med lange ventelister, dårlig fremkommelighet, publikumsklager, klager fra de ansatte osv. så har du klart å holde en munter, men likevel ansvarsbevisst tone i dine mange innlegg. Har dette vært vanskelig?

Teleprinten har i alle år vært som et kjært barn for meg, og alt arbeidet har jeg utført på min fritid. Det er min overbevisning at en god historie eller en munter replikk ofte kan være som en vitaminsprøyte i en arbeidsdag som kan være alvorlig nok.

Hvor mange Teleprinter har du stått fadder til?

Jeg føler i grunnen ikke at jeg har stått fadder, jeg har vært med i den smertefulle fødselsprosessen mellom 50 og 60 ganger, og har i disse årene skrevet mere enn 200 innlegg.

Hvorfor vil du nå slutte i redaktørjobben i Teleprinten som du selv sier har vært som et kjælebarn for deg?

Jeg har nå vært pensjonist i halvannet år, og som de fleste pensjonister er min dag fullt besatt. Dessuten føler jeg at jeg stadig kommer lengre bort fra den daglige virksomheten i teleområdet. Det er vel også på tide å slippe til nye og yngre krefter. Men at det blir vemodig å slutte kan jeg ikke nekte for. Jeg håper imidlertid at den nye redaktøren vil ta i mot innlegg fra meg når skrivekløen tar meg.

Har du fått noe inntrykk av at det er behov for Teleprinten i Tønsberg teleområde?

Ja, det er mitt bestemte inntrykk at Teleprinten dekker et stort behov, og at den virkelig blir lest og kommentert. Nå er jeg imidlertid stygt redd for at dette intervjuet skal få en vending som gir det inntrykk at Teleprinten er et enmannsverk fra min side, men det er det så langt fra. Min kone (Sag) har vært med helt fra begynnelsen og har lagt ned et kjempearbeid bak kulissene. Hun vil også slutte nå sammen med meg, og hun fortjener virkelig ros og ære for sin store innsats. Også andre redaksjonsmedlemmer har vært aktive og har vært med å prege bladet.

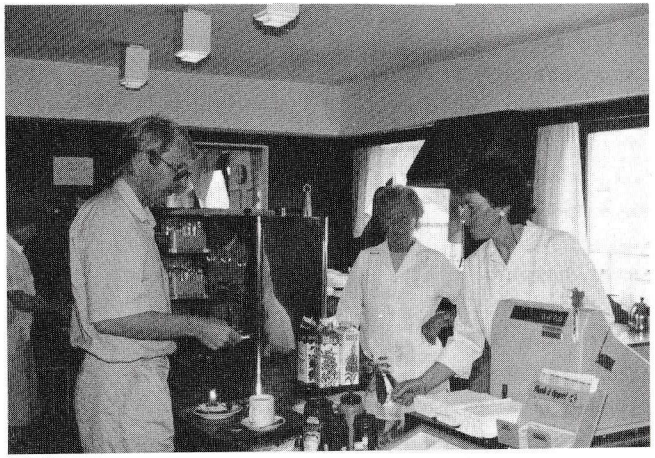
Har du noen ønsker for fremtiden når det gjelder Teleprinten?

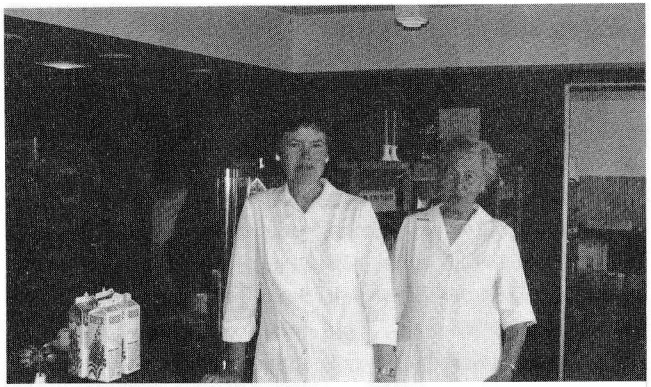
Jeg ønsker at den fortsatt må komme ut og at teleområdet måtte få råd til å trykke i alle fall noen av bildene i farver. Ellers må jeg få takke for meg og si at det har vært en travel, men givende tid som jeg absolutt ikke ville ha vært foruten. Jeg vil ønske den nye redaktøren lykke til. Det er en morsom jobb du går til.

TØNSBERG TELEOMRÅDE MÅ BARE ÆRBØDIGST TAKKE TOOR OG SAG FOR INITIATIVET MED Å STARTE TELEPRINTEN, OG FOR Å HA FØRT DEN FREM I ALLE FALL TIL KONFIRMASJONSALDEREN. ELLER FOR Å UTTRYKKE SEG SOM TOOR MULIGENS VILLE HA SAGT DET: "DENNE JOBBEN SKAL DERE SANNELIG IKKE HA GJORT FOR INGENTING, DEN SKAL DERE HA TAKK FOR."

PS. Når dette skrives er det ennå ikke ansatt noen ny redaktør.

Repfla



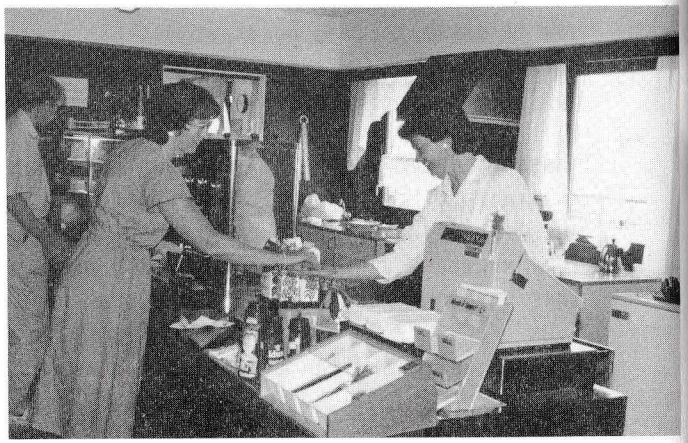


Messebetjeningen.

Alltid villig til innsats for felles beste kan en trykt si om vår messebetjening.
Skal det være pensjonistmøte, 50-årslag, avskjed eller lign. er de alltid villig til hjelpe med snitter, kaffe, servering etc. Vi som til daglig vandrer på messa setter stor pris den gode maten og den fine måten vi blir behandlet på.
Takk for innsats, smil og hyggelig fin servis.
Mange hilsener.

Hildegunn Bergh og Elna Stevenson,
Elna har sluttet og en er tatt inn. Vi ønsker Audhild Flatland velkommen til messa.





SFD.

Telesenteret Sandefjord

2. desember er det 5 år siden det første telesenteret i Tønsberg teleområde ble åpnet.
Det ble en stor dag og resultatet etter mange sene nattetimers arbeide var fantastisk bra.
Beliggenheten er den beste en kan ønske seg, lokalene førsteklasses og en betjening som gir den beste service.

5 år er lang tid, men du verden så fort det har gått.

Undertegnede ble ansatt som leder av telesenteret Sandefjord 1/5-85. Det er en utfordrende jobb som hele tiden endrer seg. Utviklingen går med raske skritt. Fra å selge litt for Televerket har vi nå 5 forskjellige kommitenter vi selger for. Det er mange forskjellige produkter du skal kunne demonstrere, eks. telefax, teledata, trådløse telefoner, telefonsvarere med alle muligheter etc.

På abonnemntsiden skjer det minst like mye - telsis, mercur, numsys etc. Rutinene endres stadig og når vi til våren får hele "byen" på 1240, blir det mye mer å gjøre med koblinger, avlesninger, stegninger/åpninger, ekstra tjenester etc.

Heretter blir det også å satse mye på å selge tjenester, kanskje til og med oppsøkende virksomhet.

Vi prøver å gjennomføre en viss form for rotasjon slik at de fleste kan jobbe både på kontor og i butikken.
Den jobben spenner over mange felt og jeg vil gjerne få si at vi har noen flinke jenter. Alle står på, og arbeidet blir alltid gjort med glede.

Vi skal markere 5-årsjubileet med litt ekstra tilbud - kaffe og julekaker til våre abonnenter.

God jul til samtlige.

Rest Sandefjord

Takk.

Inger Johanne og jeg takker for oss,
for mas og slit, men også framfor alt
mange hyggelige stunder med samling
av stoff og skriving av denne for
oss så kjært et barn. Nå er barnet
konfirmert og vi tror det vil
leve videre til hygge og glede for
personalet i Tønsberg teleområde.
Lykke til "Teleprinten".

Hilsen Inger Johanne og Tor

God Jul.