

# STOKKE ROTARY

President: Anders Kristian Kjær



April 2010

## Møte 06.04.10 – Nytt fra mitt yrke – Gro Bjørnstad

President Anders Kristian Kjær ønsket gjest Sverre Anthonisen og medlemmer velkommen. Etter kveldens sitat, markerte presidenten at Olav Aas fyller 67 år i dag og at Ole Sverre Lund fyller 59 år 8/4.

Bjørn Erik Eriksen orienterte om planene for vår utvekslingsstudent Boaz som skal bo hos Egil Rønning fra 1/7-31/8 og hos Tian Kjær fra 1/9 og resten av sitt opphold. Det er behov for innsats fra de øvrige medlemmene for avlastning, særlig i helgene. Bjørn Erik oppfordret alle til å melde seg for innsats og sendte rundt en liste hvor man kunne skrive opp tid og forslag til aktivitet for Boaz.

Bjørn Erik orienterte også om den forestående dugnad på Sundåsen.

Terje Olav Austerheim orienterte om aktivitetsplanen for GSE-teamet. Thomas Revetal har tatt på seg vertskapsrollen for 3 av deltakerne og 2 skal bo hos Otto Møller. De fikk vel fortjent applaus for sin positive innstilling.

3 minutt var ved Arild Abrahamsen og hans tema var og fryse. Han har alltid interessert seg for polarfarere, og særlig for Øyvind Astrup som bl.a. gikk sammen med Peary over Grønland. Ved å fortelle om polarfarere og deres liv hadde han fått sin lærling interessert i dette, og mindre fokus på hvor kaldt det har vært å jobbe ut i årets kalde vinter. En artig vinkling.

Dagens hovedprogram var ved Gro Bjørnstad som fortalte interessant fra sitt yrke og fra sin arbeidsplass som er finanskonsernet Nordea.

Gro har hele 41 år bak seg som fysioterapeut, og fokuserer primært på forebyggende arbeid. Hun er sterkt involvert ved nyetablering/ombygging av lokaler og arbeider for å finne de beste løsningene for ansatte, for å forhindre sykemeldinger og sykefravær. Hennes oppgaver er mangfoldige, så som arbeidsmiljøkartlegging, ergonomisk rådgivning, gruppetrening og instruksjon på trim, oppfølging av medarbeidertilfredshetsundersøkelser. Nordea i sitt konsept valgt åpne kontorløsninger som har en del utfordringer, men som med god planlegging gir mange fordeler.

Gro poengtert at variasjon i arbeidsmetodikk er viktig for å unngå belastningsskader og sykefravær. Det er viktig å tenke alternative jobbmetoder, og ha fokus på årsak og sett i gang tiltak dersom det forekommer belastningsskader.

Ansatte i finansnæringen sitter mye, og det ble lagt til rette for arbeidsplasser hvor man kan variere mellom og stå og sitte. Gro fokuserte også på at trim er viktig, og det ansatt ble bl.a. minnet om trimprogram via sin PC. Nordea har et lavt sykefravær som er lavere enn gjennomsnittet for finansnæringen.

Et meget interessant foredrag om hvordan man kan redusere sykefraværet med å være tidlige ute med forebyggende arbeid.

### **Møte 15.04.2010 – Konsert på Bakkenteigen med Marinemusikken og Tine Thing Helseth**

Møte denne kvelden var lagt til Bakkenteigen med konsert med Marinemusikken og trompetisten Tine Thing Helseth. Det var en veldig fin konsert og trass i sin unge alder (22 år), er Tine Thing Helseth men eget dyktig trompetist. Hun og Marinemusikken høstet velfortjent applaus etter et variert program.

### **Møte 22.04.2010 – Dugnad Sundåsen**

Det var tid for en vårdugnad på Sundåsen. Det var et bra fremmøte med Bjørn Erik som dugnadssjef.

Det gjort en god innsats gjennom flere år, og det var stort sett nå bare behov for å holde det ved like, og det ble som det ble god tid til en kafferast og litt prat.

Området tar seg meget godt ut for alle besøkende i sommer.

### **Møte 29.04.2010 – Reisebrev fra Kina og Tibet – Kåre Larsen**

President Anders Kristian Kjær ønsket velkommen til dagens møte som var veldig godt besøkt.

Terje Olav Austerheim gikk gjennom programmet for GSM-teamet. Det ser ut til å bli et fint program for et spennende besøk.

Det var ingen treminutt, og dagens hovedprogram var Kåres reisebrev fra Kina som hadde overskriften: 50 år i verden – 14 dager i Kina.

Kåre og hans kone reiste sammen med en venn som også var 50 år, og hans kone, og besøket startet i Beijing som er en by med over 14 millioner mennesker. Selv om det fortsatt er mange som sykler i Beijing, er biltrafikken i en rivende utvikling. På grunn av økende forurensning, må bilen stå en dag i uken. Napoleon sa i sin tid at når Kina vokser, vil verden skjelve, og Kåre mente at det er kanskje det som er i ferd med å skje.

Det var veldig mange spreke pensjonister i Beijing, da pensjonsalderen er 52 år. De fantes over alt i Beijings parker, med sine treningsprogram.

Kåre og hans reisefølge var også på den Kinesiske Mur, som er jorden største byggverk. Det ble påbegynt ca. 200 år før Kristus. Den er ca. 8000 km lang, og ble laget for å hindre plyndringer fra rytterfolket.

De besøkte også en "liten" by som har 2 mill. innbyggere, og fløy deretter til Tibet som ble annektert av kineserne i 1950. Tibet er i ferd med å bli "kinesifisert", da 50% av innbyggerne i Tibet nå er kinesiske. Tibetanerne er buddhister og tror på gjenfødelse. De fleste er vegetarianere og gjør alt for å få det bedre i neste liv.

Hovedstaden Lahsa ligger meget høyt og gjennomsnittshøyde i Tibet ligger på ca. 5000 meter over havet, og Kåre ble veldig uvel av høyden. Landskapet er goldt, men det blir sådd hvete i ca. 3600 meters høyde.

Det ble også tid til en tur til en av Tibets hellige sjøer som ligger på 4300 meters høyde. På veien stoppet de bl.a. et privathus, hvor familien bodde i 2. etasje og husdyrene i 1. Penger har liten betydning, det var andre ting som tibetanerne verdsetter mer.

Reisen gikk videre med en halvannen dags togreise til Xian for å se den berømte terrakottahæren, som består av 7000 soldater. Det tok 700.000 mann 38 år å lage denne hæren, og da den var ferdig, tok keiseren livet av de fleste gjenværende arbeiderne slik at hæren skulle forbli en hemmelighet.

Det ble også tid til besøk i den forbudte by. Keiserne i Kina strebet etter det evige liv, og Kåre avsluttet sin meget interessante reisebrev, illustrert med bilder, med å vise det kinesiske tegnet for "Evig liv".

Kåre Bjelland, referent

