INFORMASJON FRA TELEMARK RØDE KORS

Røde Kors Telemark

NR. 1 – MARS 2012

RØDE KORSAVISA

Helt på tur

Firmaet Live Arctic satser på sunne energibarer med en humanitær profil. ***Se side 3***

Trim for eldre?

De 35 damene som ukentlig stiller opp på Gjerpen Røde Kors sin eldre-gymnastikk driver ikke med stol-trim. Her er det hardkjør fra første minutt. ***Se side 6***

En dag i Parys

Fire ungdommer fra Telemark Røde Kors sin Internasjonale Ungdoms-gruppe og fem medlemmer fra Fyresdal Røde Kors har vært i Sør Afrika. Det ble en sterk opplevelse. ***Se side 9***

Blir størst i landet

Snart står 200 frivillige fra Pors-grunn Røde Kors klare til å hjelpe lokalsamfunnet i krisesituasjoner. ***Se side 11***

ØVELSE GJØR MESTER: I vinter har hjelpekorpsere fra hele landet deltatt på vinterkurs på Rjukan. (Foto: Sven Bruun)

Høy beredskap i påsken

Du trenger ikke brekke beinet eller gå deg vill for å få hjelp av Røde Kors i påsken. I hele ferien er vi tilgjengelige både for dem som har behov for hjelp i byen og i fjellet. ***Se side 5***

Vi trenger hjelp av deg!

Det koster så lite – kun 300 kr i året.
Bli medlem og støtt Røde Kors sitt hjelpearbeid!

Send SMS medlem til 2272
eller bli medlem på www.rodekors.no/medlem

Som medlem i Røde Kors bidrar du til at våre frivillige kan fortsette å hjelpe mennesker som trenger det – også i ditt nærmiljø.

Røde Kors

"- Gutta vet ikke helt hva vi holder på med, Marit Aanda, deltaker på Gjerpen Røde Kors sin eldretrim." Se side 6

leder

Med mennesket i sentrum

Røde Kors har alltid satt mennesket i sentrum. Helt siden organisasjonens fødsel har fokuset vært på å hjelpe andre, uansett bakgrunn, religion, politisk ståsted eller nasjonalitet. I Telemark har vi i dag 17 lokale avdelinger med aktiviteter som spenner fra søk og redning til omsorgstjenester i ulike varianter. Vi er besøksvenner, flyktningeguider, nettverksbyggere, sykehusguider, vitnestøtter, visitorer i fengsel og livreddere.

Trenger noen et trøstende ord, en skulder å gråte på eller ganske enkelt noen å prate og gå tur med er vi på plass. Våre frivillige ofrer gjerne fritid for å hjelpe andre. Men egentlig tror jeg ingen Røde Korsere tenker på dette som et offer. Når man gir får man også. Å se gleden i øynene på dem som får den hjelpen de søker er verdt et hvert offer.

Den frivillige staben i Røde Kors er stor, men de fleste av oss engasjerte seg ikke i organisasjonen for å gjøre papirarbeid. Til det har vi distriktskontoret. Her møter frivillige en åpen dør, og får hjelp og støtte når vi selv har behov for noen å prate med. Hovedkontoret er også et sted der vi fanger opp nye frivillige og der mennesker som er nysgjerrige på Røde Kors sine aktiviteter eller av ulike grunner har behov for hjelp kan komme for å få informasjon, støtte og hjelp til å komme i kontakt med det frivillige apparatet.

For å nå dem som trenger oss er synlighet, nærhet og tilgjengelighet viktig. Det skal være lett å gå inn døren til Telemark Røde Kors. Det nye distriktskontoret i sentrum av Skien vil gjøre det enda enklere å holde fokus på det som er jobben vår: å sette mennesket i sentrum.

Tone Sissel Kise
Distriktsleder i Telemark Røde Kors

(Foto: Olav A. Saltbones, Røde Kors)

RØDE KORSAVISA TELEMARK

*ANSVARLIG UTGIVER: **Telemark Røde Kors**,*
Postboks 3060 Handelstortget, 3707 Skien
E-post: dk.telemark@redcross.no
BESØKSADRESSE: Kverndalgt. 7 – 3717 Skien
DISTRIKTSTYRELEDER: Tone Sissel Kise
DISTRIKTSKONTORET: Eli Ducros – daglig leder
REDAKTØR: Bjørn Runar Foss Sodeland
E-post: bjorn.sodeland@redcross.no
rodekors.no/telemark
facebook.com/telemarkrodekors
twitter.com/telemrkrodekors
TIPS OSS: 456 61 232

DISTRIBUSJON: Til alle husstander i Telemark
OPPLAG: 72.000

DESIGN, LAY-OUT OG REPRO: Thure Trykk AS, Skien.
Tlf.: 35 90 55 90 – thure-trykk.no
TRYKK: Nr1trykk, Lillestrøm – Tlf.: 63 80 50 80
ANNONSEANSVARLIG: Media Direct Norge AS
PB 2385, 3003 Drammen – Tlf.: 32 20 56 00

På plass i nye lokaler

IKKE HELT SEG SELV: Mabel og Styrk fra Herøya solgte lodd på åpningen av Telemark Røde Kors sine nye lokaler. Egentlig var de representanter fra Grenland Friteater.

Det var fullt hus da Telemark Røde Kors i vinter inviterte frivillige, tillitsvalgte og samarbeidspartnere til offisiell åpning av nye lokaler i Skien sentrum.

TOK KAKA: Til og med kakene på åpningsfesten hadde et humanitært budskap.

SVÆRT FORNØYD: Varaordfører i Skien, Geir Arild Tønnessen, gav Telemark Røde Kors og daglig leder Eli Ducros mye skryt.

SKRÅTT BLIKK: Redaktør Ove Mellingen i Telemarksavisa gav gjestene et skråblikk på Røde Kors.

Tekst: Bjørn Sodeland
Foto: Ivar Guthu

Det var nok mange som stusset litt da de på vei inn i de nye lokalene til Telemark Røde Kors i Torggata 6 i Skien ble møtt av Mabel og Styrk Bruhøl, et frivillig ektepar fra Herøya som solgte lodd til inntekt til Afrikas Horn. Hovedpremien var selvfølgelig en fruktkurv. Selv om Mabel og Styrk gjorde en kjempeinnsats og solgte lodd for over 2000 kroner, var de egentlig en del av dagens underholdning. De ivrige frivillige var nemlig representanter fra Grenland Friteater.

I tillegg til teaterinnslag, fikk gjestene et skråblikk på Røde Kors fra redaktør Ove Mellingen i Telemarksavisa. Det ble også sang fra elever ved Skien videregående skole og flere flotte taler.

Du finner oss i Torggata 6. Inngang fra Telemarksgata.

Velkommen inn!

Ikke bare bar

Firmaet Live Arctic satser på suksess med sunne energibarer, men i motsetning til de fleste er det ikke penger som driver gründer Andreas Friis.

Tekst og foto: Bjørn Sodeland

- Det som er tanken bak dette prosjektet er å drive en business, men samtidig sette fra seg egeninntjeningsmotivet. Hele overskuddet skal gå til å gavne andre, men skillet fra vanlig frivillig aktivitet er at dette skal være bærekraftig, sier Andreas Friis som vet hva hans snakker om.
Ungutten har nemlig både skrevet hovedoppgave om temaet ved NHH i Bergen og jobbet som viseadministrerende direktør i et selskap i Toronto, Canada der 50 prosent av overskuddet gikk direkte til veldedighet. Denne gangen ønsker han at Røde Kors skal være mottaker.
- Jeg har sett at dette fungerer, og ønsker nå å ta det et steg videre ved å gi bort 100 prosent av overskuddet. I tillegg vil jeg få på plass en avtale der hver solgte energibar automatisk gir en nødrasjon til et undernært barn. På den måten vil det være mulig å gi noe fra første inntjente krone, sier Friis. Hittil har han solgt rundt 1500 energibarer i forbindelse med testing av produktet, og har allerede satt av penger til 1500 måltider.

Sunnere enn ei brødskive

Ifølge Friis er produktet ikke bare godt på smak, det er også veldig sunt.
- Næringsmessig er dette veldig bra. Det gir god energi over tid, og tar du en til frokost holder du helt til lunsj. Produktet inneholder i tillegg til en rekke frø og frukt en dagsdose omega3. Det er langt sunnere enn ei brødskive, sier Friis som har jobbet seg fram til smak og sammensetning på Nofima på Ås.

SUNT OG GODT: Energibarene fra Live Arctic er sunnere enn ei brødskive, hevder gründer Andreas Friis.

JAIA PÅ NETT

Telemark Røde Kors sin samarbeidspartner Jaia Design har endelig fått seg sin egen nettbutikk. Kjøper du lue fra Jaia, støtter du samtidig Telemark Røde Kors sin syskole i Gambia. Les mer og invester i et kult hodeplagg på **www.jaiadesign.com**

PADLER FOR LIVET

Bjørn Heidenstrøm fra Herøya padler for Røde Kors sin Oppsporingstjeneste. Heidenstrøm ble kjent både nasjonalt og internasjonalt da han syklet fra Norge til Sør-Afrika, og senere Norge på langs, mens han samlet inn fotballskjorter og signaturer til kjente stjerner. Nå skal han padle stående ned Donau samtidig som han ønsker å få fokus på savnede mennesker og Oppsporingstjenesten til Røde Kors. Følg turen på **www.bjornheidenstrom.com**

KRAGERØ ENERGI AS
Tlf. 35984800 Webside: www-krageroenergi.no
DIN LOKALE LEVERANDØR AV:
Alt av installasjons-tjenester
Norges beste bredbåndstilbud
TOSHIBA VARMEPUMPER FOR BOLIGHUS med egen finansieringsordning
"Ditt behov - vår utfordring !"
SIKRINGEN

Maskinentreprenør
Ottar Ringhus AS
• Graving
• Sprenging
• Transport
• Alt i naturstein
3890 Vinje
tlf. 35 07 12 72 / 97 77 04 92

RJUKAN VVS & ELEKTRO AS
RØRLEGGER & ELEKTRIKER
Utfører elektriske installasjoner og VVS-arbeider for private, industri og institusjoner
Svaddevn. 147, 3660 Rjukan
Vakttlf: 35 08 00 80
Fax: 35 08 00 88
www.rjukan-vvs.no

Vinje kommune
Utfordrar framtida!
www.vinje.kommune.no
Tlf. 35 06 23 00

MURMESTER ESPEDALEN
MEIR ENN MUR
MUR • PUSS • FLISARBEID • PEISER • OVNER • PIPER
Åpningstider: Man – fre 0900 – 1530
Stasjonsvegen 17, Postboks 88, 3833 Bø i Telemark
Tlf: 35 06 03 30 · mob: 91 10 65 26 · Faks: 35 06 03 35 · hege@muree.no

GE GRENLAND ELEKTRO!
Setrevegen 82,
3950 Brevik
Tlf. 35 57 00 00

Høydalsmo Servicesenter AS
Høydalsmovegen 752
3891 Høydalsmo
Tlf. 35 07 62 76
Vegkro
Verdens beste bøllar
Bilvaskemaskin

raulandskisenter.no Telemark
Rauland Skisenter
830 - 1065 m.o.h.
35 06 21 50
www.raulandskisenter.no

TUDDALS TRIAGE
Arrangementet Tuddals Triage gikk i begynnelsen av mars av stabelen for andre gang. På programmet stod organisering og søk i snøskred, behandling ute og transport frem til bilveg samt ettersøkning etter savnende. I tillegg til hjelpekorpset, var representanter fra flere nødetater med på øvelsen.

REAGERTE PÅ TYVERI
Tyver brøt seg i februar inn i lokalene til Telemark Røde Kors og stjal gaver som skulle gå til vanskeligstile barn. Det fikk firmaet Resconsult i Skien til å reagere. Dagen etter bestemte de seg for å donere 10 000 kroner til Ferie for Alle. - Jeg satt og leste avisa og kjente at jeg umiddelbart ble irritert over at noen stjeler fra de som prøver å hjelpe noen som ikke har alt de trenger, sa avdelingsleder Robert Skjelbred til Telemarksavisa.

SATSER PÅ SITTEDANS
Telemark fikk helgen 9.-10. mars hele 45 nye sittedansinstruktører. Sittedans er et tilbud til mennesker som av ulike grunner har redusert bevegelighet og arrangeres fast på flere institusjoner i Telemark.

Økt fokus på kvalifikasjoner

Hjelpekorpsene i Telemark blir stadig mer profesjonelle. Nå økes fokuset på kvalifikasjoner ytterligere, og møter du våre mannskaper i påska er du garantert i trygge hender.

KLAR TALE: Deltakere på kurset får grundig informasjon før de går inn for å gjøre oppgaver i forbindelse med skredsøk.

GJORDE FUNN: Letemannskapet fant det de lette etter. En teppefylt kjeledress godt begravd i snøen.

Tekst: Bjørn Sodeland
Foto: Sven Bruun

Det siste året har antall godkjente hjelpekorpsere i Telemark økt kraftig og i dag har nærmere 400 av våre medlemmer gjennomført den såkalte Hjelpekorpsprøven, et 30-timers førstehjelpskurs som inneholder både teori og praksis. Etter gjennomført kurs får deltakerne utdelt et personlig ID-kort som er gyldig i tre år. Deretter må prøven tas på nytt.

- For oss som jobber tett med politi og andre nødetater er det viktig å være så profesjonelle som mulig, selv om vi alle er medlemmer av en frivillig organisasjon. Derfor har Distriktsrådet for Hjelpekorps i Telemark de siste årene skjerpet fokuset på kvalifikasjoner, sier Lena Skarpodde, operativ leder i Telemark Røde Kors Hjelpekorps og medlem av Nissedal Røde Kors.

Alle hjelpekorpsere som deltar i søk og redningsaksjoner og bærer uniform skal ha offisiell godkjenning med oppdatert prøve og ID-kort. I tillegg kreves det egne spesialkurs i ettersøkning sommer og vinter, samt et eget sambandskurs. Aldersgrensen for deltakelse er 18 år.

- Som hjelpekorpser kan man komme oppi en del situasjoner som kan være vanskelig å takle. Derfor er vi veldig klare på at grunnkompetansen skal være på plass før vi slipper mannskap ut i felten, sier Skarpodde.

SCOOTER: Scooterkurset er klar til avgang. Instruktør Kenneth Pettersen fra Skien Røde Kors i midten.

Full beredskap i påsken

Denne påsken står rundt 100 hjelpekorpsere i hele Telemark klare til å rykke ut for å hjelpe, enten det er snakk om et beinbrudd, noen som har gått seg vill i fjellet eller andre skader.

- For oss er det viktig å være tilstede og stille opp når folk har behov for oss, enten det er i forbindelse med fysiske skader eller andre krisesituasjoner. Der snøen er borte legger folk fortsatt ut på fotturer. Det er mange på hyttene, og når mange er samlet på ett sted kan mye skje, sier Skarpodde.

I år er mannskap fra Hjartdal, Gvarv, Nome, Seljord, Rjukan, Skien, Vinje og Haukeli, Porsgrunn, Tokke, Drangedal, Nissedal, Fyresdal og Kragerø på vakt. Se fullstendig vaktliste med kontaktdetaljer i tabellen.

PÅSKEN 2012
VAKTSTEDENE I TELEMARK

Distriktssentral Telemark Røde Kors: Porsgrunn Røde Korshytta på Haukeli. Døgnbemannet 30.3 - 4.4. Tlf mediahenvendelser: 88 00 35 90. E-post: infosentral.telemark@redcross.no

Røde Kors Hjelpekorps	Vaktsted(er)	Telefon/ samband	Tidsrom
Hjartdal	Hjartdal Røde Korshus, Tuddal	950 23 292 / 971 68 558	30.3 - 9.4.
Gvarv	Lifjell, Jønnebu	35 95 33 90	30.3 - 4.4
Nome	Lifjell, Jønnebu	35 95 33 88 / 957 58 959	5.4. - 9.4.
Seljord	Lifjell, Grimås	950 50 666	4.4 - 8.4
Rjukan	Gaustablikk, Kalhovd, Møsvatn (Gvepseborg)	970 63 701	4.4 - 9.4
Skien	Svanstul	Radio: Sikringskanal 5 906 41 642	Helgene
Vinje / Haukeli	Haukeli - Vinje, hjemmevakt	950 52 232	31.3 - 9.4
Porsgrunn	Haukeli	948 78 992	30.3 - 8.4
Tokke	Hallbjørnsekken	958 79 947	5.4 - 8.4
Drangedal	Gautefallheia	35 99 97 30 / 958 26 923	30.3 - 9.4
Nissedal	Kyrkjebygdheia	971 95 967	5.4 - 9.4
Fyresdal	Birtedalen, hjemmevakt	974 78 835	5.4 - 8.4
Bamble	Rauland	905 73 130	2.4 - 8.4
Notodden	Nordstul	913 16 944	30.3 - 9.4

BESØKSKLARE BIKKJER
Telemark Røde Kors er nå godt i gang med kursing av hele 15 nye besøkshunder. De ivrige elevene med eiere møttes første gang 16. mars, og tilbrakte hele helgen sammen. Det blir i tillegg en kurssamling helgen 1.-3. juni for de selskapssyke hundene.

JAKTER PÅ MANNFOLK
Røde Kors etterlyser mannlige blodgivere. De siste ti årene har tallet på mannlige blodgivere gått drastisk ned, og kvinner utgjør nå opptil 70 prosent av nyregistrerte blodgivere flere steder i Norge.

Foto: Olav Saltbones

KÅRET TIL ÅRETS FRIVILLIG
Johnny Olsen fra Gvarv har blitt kåret til Årets Frivillig av Norges Røde Kors. Den tidligere rusmisbrukeren er i dag leder for Nome Røde Kors omsorg, deltar aktivt som leksehjelp, og har i flere år fungert som leder på Feire for Alle.

Lover lyspunkter i ensom høytid

Påske er ferietid og nordmenn fleste vil til fjells. Men påsken kan være en ensom høytid, spesielt for den eldre del av befolkningen.

TUNG TID: Påsken kan være en ensom høytid for mange eldre (Foto: Colourbox.com)

Tekst: Bjørn Sodeland

- Når familien reiser på fjellet i påsken, blir mange eldre sittende igjen alene hjemme. Butikker og caféer stenger og det blir veldig lite å gjøre. Derfor kan påsken oppleves som lang og ensom, sier Margaret Day Johansen i Skien Røde Kors. I nesten 30 år har hun vært leder for besøkstjenesten og hver påske har hun samlet besøksvenner fra Skien-, Porsgrunn- og Gjerpen Røde Kors for å stelle i stand en stor Langfredagsfeiring.

- Vi lager mat, sørger for underholdning og har også andakt. I tillegg har vi en avtale med drosjene lokalt som tar seg av henting og bringing av deltakerne. Mange kommer igjen år etter år, sier Johansen.

Et tilsvarende opplegg har de siste 20 årene blitt arrangert i Bamble.

- I år samler vi de eldre på Servicesenteret på Herre. På menyen står lapskaus, utlodning, underholdning og kaker, forteller Else-May Bye i Bamble Røde Kors.

"Påsken kan oppleves som lang og ensom."

Tilbud til flere grupper

Det er ikke bare de eldre som får tilbud om underholdning i påsken. Bø Frivilligsentral har i år invitert til Påskedisko for psykisk utviklingshemmede. Basert på erfaringer fra tidligere arrangementer, venter daglig leder Elisabeth Haugen et solid antall besøkende.

- Vi regner med å få mellom 50 og 60 gjester, så her blir det fest, sier Haugen.

På Nome har påsken allerede blitt market med eget påskeverksted for flyktninger og asylsøkere. Et tilsvarende opplegg har også blitt holdt for flyktningeguider og koblinger i Skien.

- Vi har laget påskepynt, malt egg, spisk kaker og kost oss, forteller Samira Shaya som har stått bak begge arrangementene.

BAMBLE

Bamble Rør A/S
Vallev. 231, 3960 Stathelle
Tlf. 35 97 42 63
Fax. 35 97 44 94
Mail: post@bambleror.no
Gunnar E. Gudmundsson

BØ

Legedata SERVICEPARTNER AS
Gullbringvegen 10
3800 Bø i Telemark
Tlf. 35 06 11 50
www.ldsp.no

Midt-Telemark Regnskap AS
Bøgt. 69 3.etg, 3800 Bø i Telemark
Tlf. 35 06 00 90
Fax. 35 06 00 91
E-mail: post@mtregnskap.no
www.mtregnskap.no

BØ CAMPING AS
3800 BØ - TLF. 35 95 20 12
Åpent vinter og sommer.
Ved foten av Lifjell
- ved porten av Sommerland
Utleie av hytter, leiligheter og vognplasser
Også badebasseng

DRANGEDAL

Gautefallheia Hytteservice AS
Gautefallheia, 3750 Drangedal
Tlf. 35 99 56 40
www.gautefall-sentralen.no

KVITESEID

QUALITY RESORT
STRAAND, VRÅDAL
BY CHOICE HOTELS
3853 Vrådal
Tlf. 35 06 90 00 Fax. 35 06 90 01
www.straand.no

NOME

Nome Kommune
Ringsevja 30, 3830 Ulefoss
www.nome.kommune.no
Tlf 35 94 62 00

BØ

TBU
Tlf. 35 01 97 20
Telemark Byggutleie AS
Mob. 90 66 97 27

PORSGRUNN

B. Valle's Ventilasjonsservice
Åmotbakken 39, 3911 Porsgrunn
Tlf. 35 56 79 76
Mob. 908 62 805

Renor
HEIDELBERGCEMENT Group
Tangenv. 29, 3950 Brevik
Tlf. 35 57 36 50

NorDan

Kai O. Leinan Transport AS
Humlebakken 31,
3929 Porsgrunn
Tlf. 90 99 30 28

VVS Grenland AS
CE Berg Hanssensgt. 26,
3916 Porsgrunn
Tlf. 40 64 44 60

Bohus
4000 m² med møbler og interiør
DOWNTOWN
Kulltangv. 68, 3921 Porsgrunn
Tlf. 35 93 14 20
Faks 35 93 14 25

PORSGRUNN

Pepperl+Fuchs AS
Frednesøya 21,
3933 Porsgrunn
Tlf. 35 57 38 00
Fax. 35 57 38 49

SAUHERAD

Sauherad Kommune
3812 Akkerhaugen
Tlf. 35 95 70 00
www.sauherad.kommune.no

Telemarksavisa AS
Kjørbekk,
3702 Skien
Tlf. 35 58 55 00

SKIEN

A. AMUNDSEN EURO SKO
A. Amundsen Skotøyforretning AS
Liegt. 7, 3717 Skien
Tlf. 35 52 34 43

Bokbinderiet Johnsen AS
3735 Skien
Tlf. 35 50 41 90 Fax. 35 50 41 97
firmapost@bokbinderiet-johnsen.no

Brillehuset
Optiker MNOF Helge A Jensen
Busstorget - Skien
Tlf. 35 52 34 89
www.brillehuset-skien.no

Haugerød & Nilsen AS
Bølerv. 184, 3713 Skien
Pb. 199, 3701 Skien
Tlf. 35 50 33 50
www.haugerodnilsen.com

SKIEN

ROMNES A-S
BILDELER EN GROS
Rødmyrlia 4, 3740 Skien
Telefon 35 91 53 00
Telefax 35 59 59 73

Rjukan Sykehus takker besøkstjenesten for fint samarbeid

TINN

TINN KOMMUNE
Torget 1, 3660 Rjukan
tinn.kommune@tinn.kommune.no
Tlf. 35 08 15 00
Fax. 35 08 15 15
Støtter Røde Kors

TINN ENERGI AS
· Sterkstrøminst. · Brannalarm
· Tele og data · Innbruddsalarm
· Overvåking · Taksering
Tlf. 35 08 15 00 Fax. 35 08 16 15
Storg. 4, 3660 Rjukan
www.tinnenergi.no

nav

GAUSTABLIKK
TOPPEN I TELEMARK!
Gaustadblikk Høyfjellshotell, Apartments og Skisenter
3660 Rjukan - Tlf. 35 09 14 22
www.gaustadblikk.no

TOKKE

VTK
Vest-Telemark Kraftlag AS
Høydalsmovn. 815, 3891 Høydalsmo
Tlf. 35 07 57 00
www.vtk.no

VINJE

Statkraft
Statkraft Energi AS
3890 Vinje
Tlf. 35 07 95 00
Støtter Vinje RK

Raulandsakademiet AS
Det rimelige alternativet
Overnatting/kurs
Tlf. 35 07 32 92
www.raulandsakademiet.no

Vest-Telemark Barne og Ungdomssenter
(BUFETAT region sør)
3890 Ytre Vinje
Tlf. 35 07 11 36
Fax. 35 07 15 38

Vest-Telemark Brannvesen
3891 Høydalsmo
Tlf. 35 07 57 11
Fax. 35 06 23 01
Nødnummer for Brann **110**

Røde Kors Telemark takker annonsørene for den flotte støtten!

Ikke no' frøkengymnastikk

- En, to, tre. Kom igjen! Vi klarer en gang til. Instruksene til Inger Marie "Trimdama" Johnstad er klare og tydelige. Her skal det svettes.

HOLDT SEG PÅ MATTA: Damene på Gjerpen gynget ivrig på treningsmattene.

Tekst og foto: Bjørn Sodeland

- Dette er ikke no' frøkengymnastikk. Vi har 635 muskler i kroppen, og her har vi lagt opp til at vi får brukt så mange som mulig av dem i løpet av en time, forteller Johnstad, som ukentlig stiller som instruktør på Eldretrimmen til Gjerpen Røde Kors. Den timelang treningsøkten har til tider opp til 35 deltakere, og selv om dette er midt i vinterferien har mer enn 20 spreke damer i dag funnet veien til Furuheimen Grendehus. Dørene rennes nemlig ikke ned av mannfolk.

TUNGE LØFT: Manualer ble tatt i bruk for å styrke musklene.

RAK SOM EN PLANKE: Å stå i planke er tungt, men det stopper ikke trimdamene. De konkurrerer om hvem som kan stå lengst.

Tror det er stoltrim

- Gutta vet ikke helt hva vi holder på med. De tror det er stoltrim eller fingergymnastikk, men her trener vi skikkelig. Egentlig vil vi vel ikke ha dem her heller, sier Marit Aadna som har vært fast deltaker de siste fem åra.

Hver økt begynner med en lett oppvarming, før hardkjøret starter. Her løftes det på vekter og pinner, danses linedans og kjøres serier på 3x20 situps eller mer. Damene konkurrerer også om hvor lenge de klarer å stå i planke.

- Vi trener mye rygg og mage. Magemuskelaturen bærer 40 prosent av ryggen. Den holder oss oppe. Derfor er det viktig at både rygg og mage er sterk, sier Johnstad.

Hode og kropp i balanse

En sprek kropp sørger ifølge Trimdama også for at hodet holder seg friskt.

- Alle trenger trim, og spesielt i vår alder. Det styrker både kropp og sjel. I tillegg til styrke, fokuserer vi på balanse og koordinasjon. Balansen er det som forsvinner først når man blir eldre og trener vi koordinasjon skjerper vi samtidig hodet, sier Johnstad.

STIV SOM EN STOKK: Et kosteskaft blir lett et effektivt treningsapparat.

Bare å komme

Etter en time med hardkjør, har samtlige damer gjort seg fortjent til litt kaffekos og en liten kakebit. Karbohydrater er jo viktig etter trening. Rundt bordet skravles det om det meste og latteren sitter løst. Damene forteller ivrig om turer og julemiddager på Røde Kors huset til Gjerpen.

- Hittil har vi vært i Kongsberg, på Kvipt i Fyresdal, Koster, gamlebyen i Fredrikstad, Botanisk hage i Oslo og på museum. I Oslo tok vi også en tur ut på Aker brygge for å spise middag. Ellers koser vi oss gjerne med god ost, kaffe og kanskje et glass vin når vi er på tur, sier Berit Lauritzen fra Gjerpen Røde Kors.

Prisen per gang er 30 kroner. Da er kaffe, kake og Trimdama inkludert. Lokalene holder Gjerpen Røde Kors.

Varme tær i ti år

TO PINNER I KRYSS: Anna Berntsen overleverte 38 par sokker til Telemark Røde Kors og Ferie for Alle.

I over ti år har Anna Berntsen strikket sokker til deltakere på Ferie for Alle. Nylig var hun innom Telemark Røde Kors med hele 38 par sokker.

Tekst og foto: Bjørn Sodeland

Den strikkeglade 90-åringen har i mange år vært frivillig i besøkstjenesten til Skien Røde Kors. Nå har hun lagt besøkene på hylla, men strikkepinnene har hun ikke gitt slipp på.

- Jeg begynte å strikke sokker og luer til barn som var med på Ferie for Alle etter at jeg så en annonse i Røde Kors Avisa. Mens mannen min løser sudoku, strikker jeg. Det er jo uansett ikke noe på TV, sier Berntsen som har rutine på å strikke litt hver dag.

I tillegg til sokkeparene, overleverte Berntsen ti luer, alt strikket av fin ull.

BRUK HUE

I slutten av april får to ungdomsskoler i Telemark beskjed om å bruke hue.

Mæla og Gulset ungdomsskole får i år besøk av " Bruk Hue", en skoleturne med fokus på digital mobbing. Siden 2009 har Telenor, Medietilsynet, Røde Kors og Barnevakten jobbet sammen for å bekjempe digital mobbing gjennom den dialogbaserte holdningskampanjen Bruk Hue. Kampanjen har siden oppstarten besøkt over 250 skoler, 70.000 barn og 12.000 foreldre.

RØFF START

Porsgrunn Røde Kors er i full gang med RØFF.

RØFF (Røde Kors Friluftsliv og Førstehjelp) er et tilbud til ungdom mellom 13 og 17 år, og selv om den nasjonale lanseringsdagen var 17. mars, er Porsgrunn Røde Kors allerede godt i gang. Gruppen samles hver mandag, og ungdommen selv får bestemme hvilke aktiviteter som skal på programmet. Planlagte turer inkluderer et besøk til 330 skvadronen på Rygge og et besøk til Norsk luftambulanse i Arendal.

HODET OVER VANNET

Hele 25 innvandrerkvinner deltar for tiden på svømmekurs i regi av Telemark Røde kors.

På gamle Ibsen Hotell har en gruppe på ti damer holdt på siden 27. februar. Kursene holdes av instruktører fra Grenland Livredning og Svømmeklubb. I svømmehallen på Klyve barneskole, får 15 damer kursing fra instruktører i Skien Svømmeklubb.

SKIENS PERSIENNEFABRIKK
tlf. 35 53 71 50 / skiens@online.no
Trond Nilgård - mob. 91 79 38 35 - www.skiens.no
PRODUKTER REFERANSER RÅD/TIPS OM OSS KONTAKT

Skien kommune
BARNEVERNTJENESTEN
Pb. 27, 3701 Skien
Tlf. 35 58 10 00
Støtter Røde Kors Telemark

Arbeiderpartiet.no
Vil du være med?
Sends sms <nymedlem> til 1980, eller meld deg inn på www.arbeiderpartiet.no

Murstad Entreprenørservice
Lienv. 41B,
3678 Notodden
Tlf. 48 18 40 00

GRAVMONUMENTER
Vi har 20 monumenter i utstilling. Stort utvalg i katalog og på hjemmeside.

Vi utfører:
Oppussing, navntilføyelser, omsliping og polering, Skjærer naturstein, bolter, setter på sokkel og leverer selvvanningskasser.
Arbeidet utføres i vårt verksted i Lisleheradsveien 84, 3678 Notodden
Notodden Begravelsesbyrå A/S
Døgnvakt: 35 01 21 55 • www.notoddenbegravelsesbyrå.no

Gi eiendommen en ansiktsløftning!
Vi utfører alt innen:
• Stakittgjerder • Flettverksgjerder • Viltgjerder
• Bommer • Porter • Trapper • Rekkverk
Stålkonstruksjoner, sveisearbeide graving og transport.
PORS Gjerdefabrikk A/S
www.pgf.no • E-post: pors@frisurf.no

Kragerø Bolig- og Byggelag
Torvgata 2, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 59 10
www.kragero-bbl.no
Støtter Kragerø Røde Kors

RAULANDSFJELL
3864 Rauland
Tlf. 35 07 35 55
Fax. 35 07 34 91

Norsjø ungdomssenter og Vandrerhjem
3812 Akkerhaugen
Tlf. 35 95 82 77
Fax. 35 95 82 83
norsjo.hospel@vandrerhjem.no
www.norsjo.no

Montér
Svaddeveien 158,
3660 Rjukan
Tlf. 91 60 33 55
Fax. 35 09 54 42

RevisorteamAS
Tlf. 35 95 67 00
3810 Gvarv

Revisorteam Tinn AS
Sam Eydesgt. 120,
3660 Rjukan
Tlf. 35 08 06 00
www.revisorteam.as

REGNSKAPSKOLLEGIET
Islann & Lien AS
Kjørbekkdalen 9A, 3735 Skien
Tlf. 35 50 85 50
Fax. 35 50 85 60
www.regnkoll.no

EiendomsMegler 1 TINN
Storgt. 117, 3915 Porsgrunn
Tlf. 35 56 97 70
Fax. 35 51 51 70

TINN SPAREBANK
Tlf. 35 07 38 90
www.tinnbank.no

Fredriksen Fabrikk AS
3855 Treungen
Tlf. 35 04 53 66
Fax. 35 04 53 02

NME
Notodden Mur og Entreprenørforretning AS
Mørkeveien 14
3676 Notodden
Tlf. 35 02 70 90
Fax. 35 01 38 15

Ahlgrens Vindu og Dører
Vestheiveien 20, 3770 Kragerø
Tlf./Fax. 35 98 39 09
Mob. 922 33 999
www.ahlgrens.no

Bergsli AS
Pb. 2553, 3702 Skien
Tlf. 35 50 35 00
Fax. 35 59 86 91
www.bergsli.no

Rauland Elektriske AS
3864 Rauland
Tlf. 35 06 21 90
www.rauel.no

ELDRES HUS
RJUKAN
TAKKER
BESØKSTJENESTEN FOR
FINT SAMARBEID

Skårberg Maskin AS
3656 Atrå
Tlf. 97 95 17 55

SPAR
Atrå Handelslag
Atråvegen 426,
3656 Atrå
Tlf. 35 09 89 00
www.spar.no

FARGERIKE
LUNDE
MALERFORRETNING AS
3825 Lunde
Tlf. 35 94 72 50
Fax. 35 94 72 56

Ulefoss Auto AS
3830 Ulefoss
www.sjekkpunkt.no
ulefauto@online.no

Regnskap Online
Autorisert Regnskapsfører
Christian Skogstad
Tlf. 35 94 73 57
www.regnskap-online.net

Vinje Kro og Veigrill AS
Vinjevegen 159, 3890 Vinje
Tlf. 35 06 21 00

Regnskapsservice AS
Storgt. 101, 3921 Porsgrunn
Tlf. 35 55 96 04
Fax. 35 55 83 40

BANDAK AS
Sagamoen,
3825 Lunde
TLF. 35 94 66 00
WWW.BANDAK.NO

Brødrene Fossheim Transport AS
Øvre Kvisterud, 3650 Tinn Austbygd
Tlf. 35 09 98 60
Knut: 952 48 474
Gunnar: 911 66 687

Alvhild Jørgensen eftf.
Oscar Nissensgt. 3,
3674 Notodden
Tlf. 35 01 16 93

Mithra AS
3692 Sauland
Tlf. 35 02 32 33
emas@online.no

TINN KOMMUNE
Torget 1, 3660 Rjukan
Tlf. 35 08 26 00
www.tinn.kommune.no

Rjukanbadet
Svaddev. 6, 3660 Rjukan
Tlf. 35 08 22 70
www.rjukanbadet.no

bsp
Bø og Sauherad Produkter AS
Lundev. 31,
3800 Bø i Telemark
Tlf. 35 95 19 20

Midtgarden
Rjukanvegen 1749
3864 Rauland
Mob. 90 50 69 41
villmarksbygg@telefiber.no

Aune Rør AS
Gamlegata 56, 3810 Gvarv
Tlf. 35 95 51 60
www.bademiljo.no

TINN SPAREBANK
Tlf. 35 07 38 90
www.tinnbank.no

Esso
Rauland Servicesenter
3864 Rauland
Tlf. 35 07 31 03

RAULAND TURIST
3864 Rauland
Tlf. 35 06 26 30
www.visitrauland.com

ÅMOT BILSERVICE
3890 Vinje
Me utfører periodisk kjøretøykontroll på personbil, lastebil og buss!
For timebestilling ring: 35 07 11 20!

Magne Øygarden
Bolig - Tilstand
- Boligsalgsrapport - Næring
- Skade - Landbruk
Tlf. 907 88 913
Åbø, 3890 Vinje

Rjukan Bil AS
Mælandsgt. 13, 3660 Rjukan
Tlf. 35 09 90 90
www.rjukanbil.no

NORSJØ FERIELAND
3812 Akkerhaugen
Tlf. 35 95 84 30
www.norsjo-ferieland.no

Kjeldal Elektro AS
Sundbysenteret, Stathelle
Tlf. 35 96 75 50
www.kjeldalelektro.no
Når du trenger elektriker
elfag

FLOM KJETTING A/S
Stokkevannsvn. 17
3960 Stathelle
Tlf. 35 96 87 90
Fax. 35 96 87 99

EIK SENTERET
Hjartdal Landbruk og Fritid AS
Braluten, 3690 Hjartdal
Tlf. 35 02 49 27
www.landbrukogfritid.no

Hjartdal Elverk AS
3692 Sauland
Tlf. 35 02 80 80
www.hjartdal-elverk.no

Seljord Rekneskapsservice AS
Nyvn. 3A, 3840 Seljord
Tlf. 35 05 80 00
www.seljordregnskap.no

Knut Haugsjå AS
3855 Treungen
Tlf. 35 04 71 70
www.haugsjaa.no

Gundersen Transport AS
Nordbygdivg. 195, 3840 Seljord
CONTAINERUTLEIGE
Tlf. 35 05 52 22
Fax. 35 05 52 23

Øverland Scooter og ATV
LYNX
UTSTYR VERKSTAD FINANSIERING
Reindalsvegen 148, 3880 Dalen
Tlf. 35 07 85 60
www.scooterogatv.no

KIWI mini pris
Gvarv
Gamlegata 56, 3810 Gvarv
Tlf. 35 95 57 05

telemark dyreklinikk
Bøvegen 273, 3810 Gvarv
Tlf. 35 95 62 62
www.telemarkdyr.no

S. Lorentzen Trevarefabrikk
Kulltangv. 31,
3933 Porsgrunn
Tlf./Fax. 35 55 21 41

Rørlegger Thomas Westgård AS
Klostergt. 33, Skien
Tlf. 35 53 46 02

HYLLANDSFOSS CAMPING
Drotning Støytane, 3890 Vinje
Tlf. 51 57 74 57
www.aanund.nevestveit@hesbynett.no
http://home.no.net//camping

Økonomi-Consult AS
Ferjegt. 5, 3921 Porsgrunn
Tlf. 35 56 12 60
Fax. 35 56 12 61

Jonsered
SALG - SERVICEVERKSTED
PAUL TISJØ
3766 Sannidal
Mobil: 95 70 30 89

Brødrene Eie
GLASSMESTERN
Tlf. 35 50 06 80
Støtter Skien Røde Kors

Røde Kors Telemark
takker annonsørene
for den flotte
støtten!

KRAGERØ

Sannidal Taxi Ivar Bertelsen
Sannidalsvn. 155, 3766 Sannidal
Tlf. 35 99 20 77 / 951 83 535

Byggmester Anders Olsen AS
Bråtanevn. 6, 3780 Skåtøy
Tlf. 922 25 985

Kragerø Auto AS
Dalanevn. 13, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 12 28

Orvik Plantemarked AS
Dalanev. 2 A, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 36 00

CE Pontoppidan dykker
Kalstadveien 3, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 29 57 - Mob. 908 53 119

NISSEDAL

Myggmester Birger Heimdal
Fjone, 3855 Treungen
Tlf. 91 86 33 71

NOME

Tveito Maskin AS
Strengev. 38, 3825 Lunde
Tlf. 35 94 69 00

Maskinentreprenør Trygve Knutslid
Leirbakkevn. 11, 3825 Lunde
Tlf. 91 15 18 58

Brygga Kiosk og Grill
Vi har verdens beste softis
Torget 2B, 3970 Langesund
Tlf. 35 96 27 52

OPD GROUP
Asdalstrand 171
3960 Stathelle
Tlf. 35 96 72 10
www.opd.no
Undervannsentreprenør
VA-rør i plast
Inspeksjoner
Verkstedtjenester
Rådgivning
Gass-rør i plast
Dykkeravdeling

stx OSV Electro AS Brevik
Strømtangveien 19 B, 3950 Brevik • Tlf: 35 56 55 00 • Fax: 35 56 55 01
www.stxeurope.com

05210 SKIEN TAXI
Vi har tilgang på 15 maxitaxier som dekker alt fra rullestolbehov til turkjøring.

VTB Vest-Telemark Blad
Pb. 33, 3836 Kviteseid
Tlf. 35 06 88 00

Høyteknologi i Brevik!
I Brevik utvikler vi avanserte systemer for å hjelpe verdens skipsflåte med å redusere sine utslipp av CO2 til atmosfæren og systemer for måling av last i tankskip.
EcoMATE® Fuel saver
Besøk gjerne våre hjemmesider for mer informasjon:
www.krohne-skarpenord.com
KROHNE Skarpenord

NOTODDEN

Vianor Notodden
Semsveien 38, 3676 Notodden
Tlf. 35 01 08 46 www.vianor.no

Tele Blikk AS
Merdeveien 2 A, 3676 Notodden
Tlf. 35 01 17 53 www.teleblikk.bo

Otters Biloppretting
Semsveien 41 B, 3676 Notodden
Tlf. 35 01 35 00 / 901 89 279

NOTODDEN

Notodden Bil og Speed Shop AS
Semsveien 48, 3676 Notodden
Tlf. 35 02 74 74 www.notoddenbil.no

A Nielsen Trafikkskole AS
Heddalsvn. 44, 3676 Notodden
Tlf. 35 01 07 00

NAF Notodden Camping
Tinnegrend 303, 3683 Notodden
Tlf. 35 01 33 10

NOTODDEN

GK Norge AS avd. Notodden
Merdeveien 12 B, 3676 Notodden
Tlf. 35 02 58 50 www.gk.no

Flaaterud Anlegg
Tjønnvn. 10, 3676 Notodden
Tlf. 911 86 911

Entreprenør Hans-Øyvind Sisjord
Torbjørn Blindes v. 38, 3677 Notodden
Tlf. 971 74 055

NOTODDEN

Telemarkens Bokhandel
Storgaten 28, 3674 Notodden
Tlf. 35 01 19 33

Vitusapotek Notodden
Storgt. 40, 3674 Notodden
Tlf. 35 02 52 50

Notodden Brannservice AS
Heddalsvn. 34, 3674 Notodden
Tlf. 958 67 650

Sterkt møte med Parys

Møtet med en lokal township i byen Parys i Sør Afrika var en sterk opplevelse for de fire ungdommene fra Telemark Røde Kors som i vinter var på tur for å dele erfaringer med lokale Røde Kors grupper.

Sammen med fem medlemmer fra Fyresdal Røde Kors er ungdommen fra Telemark Røde Kors sin Internasjonale Ungdomsgruppe med på et utvekslingsprogram med Mangaung Røde Kors der målet er å dele erfaringer som kan bidra til å styrke og utvikle organisasjonens arbeid i Sør Afrika og i Norge. I tillegg til å dele praktisk organisasjonserfaring, fikk deltakerne også være med ut for å oppleve hvordan lokalbefolkningen lever. En av turene gikk til en township i byen Parys like ved Johannesburg. Her kan du lese om ungdommens egne opplevelser:

GRADUATION DAY: Barna i en barnehage i townshipen markerte overgangen mellom barnehage og skole.

VITNEMÅL TIL VEGGEN: En stolt jente viser frem vitnemålet sitt.

FARGERIK LEKEPLASS: Apparatene på lekeplassen var laget av det mange i Norge ville definert som søppel.

EN VEGG I PARYS

Tekst og foto: Fanny Sandberg Vik og Marianne Haugseter Sarkkila

Vi blir møtt av en vegg av søppel, håpløshet og fattigdom. Fulle menn sjangler bortover de oppsprukne veiene mellom de blasse blikkboksehusene.

Plutselig eksploderer det hele i en regnbue av farger. En barnehage. Lekene på utsiden er satt sammen av ulike skrotrester og fargelagt med et strøk maling.

Vi blir invitert inn for å delta på en såkalt "Graduation Day", en feiring for å markere overgangen fra barnehage til skole. Gleden som stråler fra barna og ropene fra de stolte foreldrene rører noe ved oss alle. Selv om dette er barn og familier som ikke eier mye, sparer foreldrene opp penger slik at ungene deres skal få plass i denne barnehagen. De satser på barna og fremtiden.

Et glimt av hverdagen

Selv om det vi opplevde i townshipen kun er et lite glimt av hverdagen, og selv om området er preget av fattigdom ender mange av oss opp med å misunne dem som bor der. Rikdommen i livet de lever og kjærligheten de viser hverandre får på mange måter veggen av håpløshet til å blekne.

FAKTA

- Townshipene var opprinnelig et bosted for den svarte befolkningen i Sør-Afrika som under apartheidregimet jobbet ved store farmer eller fabrikker i nærområdet.
- I 1994, da regimet falt, ble townshipene oppløst, men de fleste beboerne ble værende.
- Hverdagen i townshipen er preget av arbeidsledighet og dårlige levevilkår.
- Beboerne i townshipen får lite hjelp av myndighetene. Derfor bidrar organisasjoner som Røde Kors med mye lokalt hjelpearbeid.

BLASSE BLIKKBOKSHUS: Standarden på bygningene i townshipen var svært varierende.

KANFA Mator AS
støtter Røde Kors!

KANFA MATOR
Process Design · Operations Support

Tormod Gjestlandsvei 16, 3936 Porsgrunn
Tlf. 3557 4900 - www.kanfagroup.com/mator

Prosessoptimalisering for Olje- og Gassindustrien

Arken Kragerø Dyreklinikk

- drop in/poliklinikk - indremedisin - kirurgi - røntgen og ultralyd
- laboratorium med blodanalyse
- utvidet tilbud om tannbehandling

NYHET! Kragerø hundesalong tlf 91915533 finnes nå i samme lokale som klinikken

Kalstadv. 7, 3770 Kragerø
For timebestilling, samt ved behov for akutt hjelp utenom åpningstid ring 35983800

Sykehuset Telemark

Sykehuset Telemark er et allsidig sykehus som tilbyr helsetjenester til befolkningen både i og utenfor Telemark. Vi er lokalisert i Skien, Porsgrunn og Kragerø samt Notodden, Rjukan, Seljord og Nordagutu. Sykehuset har høyt kompetente fagmiljøer og tilbyr attraktive arbeidsplasser.

Se www.sthf.no

Tlf. 35 00 35 00 e-post: postmottak@sthf.no

ST – en del av foretaksgruppen HELSE SØR-ØST

90 butikker
1200 gratis parkeringsplasser
400 bussavganger daglig

impulser i sentrum

DOWN TOWN
WWW.DOWNTOWNSENTER.NO

Vestmar RegnskapsSenter AS

Strandgata 9,
3750 Drangedal

E-post: post@vrs.as
Telefon: 35 99 75 50
Internett: www.vrs.as

Skien Kommune

Rådhuset, 3707 Skien

Tlf. 35 58 10 00
Fax. 35 52 91 30

www.skien.kommune.no
Støtter Røde Kors sitt arbeide

KIWI mini pris

Kiwi Austbygd
35 09 23 76

Kiwi Rjukan
35 09 15 87

Kiwi Rjukan Sentrum
35 09 15 87

Gautefall Hotell

Gautefallheia.
N-3750 Drangedal, Telemark, Norge
Booking • Hotell • Leiligheter • Hytter

Tlf: 35 99 50 00
Fax: 35 99 50 01
E-post: hotell@gautefallhotell.no
Hjemmesider: www.gautefallhotell.no

HØYT&LAVT
[MULTITJENESTER]

Ønsker du mer fritid, kanskje bedre samvittighet for det du ikke har fått gjort eller rett og slett en håndsrekning?

Vi setter dine praktiske gjøremål i system og sørger for effektiv utførelse med riktig utstyr og personell!

- Vaktmestertjenester
- Renhold
- Vedlikehold av grøntanlegg
- Byggtjenester
- Avfallshåndtering
- Spyling / Soping
- Flytting
- Riving / Rydding

Ring oss eller se vår hjemmeside for mer informasjon.

Tlf: 40 60 11 00
Fax: 40 81 95 00
post@hoytoglavt.no
www.hoytoglavt.no

FARGERIKE®
Bø Maling a/s
Eigen handverksavd.
Tlf. 35 95 13 50 • Mob. 95 88 05 26

Oppussing / nybygg
- Male/tapetsere
- Teppe/belegg
- Vinyl i bad/dusj
- Flislegging
- Fargerådgjeving
- Sveisbar membran
  - underlag til flis

Varene har me på lager i butikken i Bø!
Man-tors 8-16.30
Fre 8-18
Lørdag 9-14

Du er alltid velkomen til ein prat om vår bransje!

YIT er Norges ledende leverandør av tekniske bygginstallasjoner

Vi tilbyr løsninger for store og små oppdrag innen elektroinstallasjoner, varme, kjøling, rørfag, automasjon, sikkerhet, IT og telekommunikasjon.

YIT AS Avd. Porsgrunn
Dokkvegen 10, 3920 Porsgrunn
Tlf: 35 93 18 00
www.yit.no

YIT er Norges ledende leverandør av tekniske bygginstallasjoner. Hovedtyngden av leveransene ligger innenfor fagområdene inneklima, elektro, automasjon, energisparing, rørfag, IKT, audiovisuelle løsninger og sikkerhet. Vi er samtidig en ledende leverandør av service på tekniske bygginstallasjoner og tjenester for eiendomsdrift.

Selskapet har en omsetning på ca. 3,5 milliarder kroner og 3100 ansatte i Norge. Selskapet eies av finske, børsnoterte YIT Corporation. YIT konsernet har ca. 24 000 ansatte og en samlet omsetning på ca. 30 milliarder kroner.

Together we can do it. YIT

Er du min type?

Sykehuset Telemark
støtter Røde Kors sitt Blodprogram
www.giblod.no

Vil du bli blodgiver, registrer deg elektronisk eller kontakt blodbanken:

Skien	tlf. 35 00 37 13
Porsgrunn	tlf. 35 00 37 13
Kragerø	tlf. 35 98 60 75
Notodden	tlf. 35 02 11 80
Rjukan	tlf. 35 08 02 17

NOTODDEN

Notodden Optikk
Telegaten 4, 3674 Notodden
Tlf. 35 01 87 30

Syklisten Gary Bruce Turner
Heddalsvn. 24, 3674 Notodden
Tlf. 35 01 21 70

Lidalen Grustak AS
Ørvella Øst, 3677 Notodden
Tlf. 35 02 55 60 www.lidalen.no

Haave Grustak AS
Lisleherad, 3680 Notodden
Tlf. 35 01 82 20 Mob. 905 82 145

Malermester Bjarne Evensen AS
Inger Floodsv. 2, 3676 Notodden
Tlf. 35 01 00 13

Windsvoll Bil AS
Pb. 183, 3672 Notodden
Tlf. 35 02 51 00

PORSGRUNN

Bergbys
Kollsjeggvn. 1, 3917 Porsgrunn
Tlf. 40 40 49 00

El-Prosjekt AS
Eidangergt. 4, 3916 Porsgrunn
Tlf. 35 93 42 70

Nordengen Anleggsgartner AS
Axel Aubergsgt. 8, 3936 Porsgrunn
Tlf. 93 04 53 53

SELJORD

Alf Johansen AS
Mørkholt, 3840 Seljord
Tlf. 35 06 49 00

SKIEN

Skien Regnskapskontor AS
Pb. 2620 Kjørbekk, 3702 Skien
Tlf. 35 91 51 51

Gimsøy Blomsterforretning
Gråtenveien 26, 3732 Skien
Tlf. 35 52 62 68

Grenland Dyrepensjonat
Trommedalsvn. 6, 3739 Skien
Tlf. 35 54 54 88 www.beibars.no

HRL Entreprenør AS
Strømdaljordet 8, 3727 Skien
Tlf. 35 50 48 50 - www.hrl.no

Tannlegene Færøvig AS
Cappelensgt. 15, 3722 Skien
Tlf. 35 52 60 72

SKIEN

Rising Regnskap AS
Risingv. 2, 3716 Skien
Tlf. 35 59 14 30

VINJE

Rauland Maskin AS
Austbø, 3864 Rauland
Tlf. 91 12 48 18

F C Transportservice AS
3895 Edland
Tlf. 35 07 03 35

Kan bli Norges største beredskapskommune

Dersom en alvorlig krise oppstår lokalt i Porsgrunn kan rundt 200 frivillige snart stå klare til å hjelpe. Porsgrunn er nemlig den hittil største kommunen i Norge der Røde Kors Beredskapsvakt blir lansert.

Tekst: Bjørn Sodeland

Helgen 20.-21. april blir porsgrunnsfolk som tar seg en tur utendørs møtt med følgende spørsmål: Kunne du tenke deg å hjelpe til dersom noe virkelig alvorlig skjer i ditt nærområde? Er svaret ja, vil vi gjerne ha deg med på laget som beredskapsvakt.

- Vi har satt oss som mål å rekruttere minst 200 beredskapsvakter i løpet av lanseringshelgen, men tar gjerne i mot flere, sier Sigbjørn Lillefjære, leder i Porsgrunn Røde Kors.

Ikke på jakt etter superhelter

Det er ikke superhelter Røde Kors er på jakt etter. Det er heller ingen krav om kunnskaper om kart og kompass, førstehjelp eller brannslukning.

- Den hjelpen vi her er på jakt etter er noe alle kan gjøre. En beredskapsvakt kan for eksempel koke kaffe, tilby en skulder å gråte på eller kanskje bidra til hjelp i forbindelse med transport, sier Lillefjære.

Beredskapsvakttilbudet skal ikke erstatte hjelpekorpset, med bidra til å frigjøre hjelpekorpsets hender slik at de kan konsentrere seg om oppgavene de er gode på.

Høy beredskap i Telemark

Porsgrunn er den femte kommunen i Telemark som introduserer Røde Kors Beredskapsvakt. Fra før har Seljord, Drangedal, Bamble og Fyresdal et tilbud om beredskapsvakt. Totalt er det i dag i overkant av 200 beredskapsvakter i hele Telemark.

www.rodekorsberedskapsvakt.no

BAMBLE

Gulvlegger Øyvind Nystein
Nysteinv. 197, 3960 Stathelle
Tlf. 94 16 78 69

Langesundfisk AS
Stoa 13, 3970 Langesund
Tlf. 35 96 88 81

Bamble Taxisentral
Pb. 17, 3960 Stathelle
Tlf. 35 96 02 20

DRANGEDAL

Maskinholder Nils Johan Tufte
Neslandsvatn, 3750 Drangedal
Tlf. 35 99 42 44

HJARTDAL

Hjartdal og Gransherad
Rekneskapskontor AS
3692 Sauland
Tlf. 35 02 81 00

Rue Transport AS
3690 Hjartdal
Tlf. 35 02 48 89

KRAGERØ

Statoil Kalstad (Kalstad Autosenter)
Frydenborgveien 2, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 20 14

Kragerø Septikservice AS
Granliveien 37, 3790 Helle
Tlf. 909 50 878

Victoria Hotel
P. A. Heuchsgt. 31, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 75 25

Gromstad Bil & Båt AS
Gamle Kragerøvei 24, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 59 59 www.gromstad.no

Wright Aut Trafikkskole
Frydenborgvn. 4, 3770 Kragerø
Tlf. 35 98 25 24 - www.wright.no

TINN VANN OG AVLØP
3661 Rjukan

OPAAS OPAAS
KOMPETANSESENTER TRAFIKKSKOLE
Telegt. 2, 3674 Notodden
Tlf. 35 01 30 00 - www.opaas.no

tel-tek
Effektive produksjonsprosesser for klimavennlig fremtid
www.tel-tek.no

Autosenteret Notodden AS
Inger Floodsv. 1, 3676 Notodden
Tlf. 35 02 95 50 • www.autosenteret-as.no

NORCEM
HEIDELBERGCEMENT Group

Sammen får vi ting til å skje
SpareBank 1 TELEMARK

SOLVANG TRELAST A/S
Alle typer engangspaller • CP-paller• Europaller • Pallekarmer
Versvikvegen 6, 3937 Porsgrunn • Tlf. 35 93 38 50 • Fax. 35 93 38 51

niras
Norsk Induksjonsrørbøyning A/S
3800 Bø - Tlf. 35 06 13 10 - www.niras.no

OXUM Containerservice
• Miljøvennlig renovasjon • Utleie av store og små containere
- til næringsliv og private • Kildesortering / Gjenvinning
Tlf. 35 51 81 34 - 35 96 02 34 www.oxum.no

Treng du ein ny medarbeidar?
Kanskje me kan hjelpe deg!
SELJORD PERSONAL
Telefon: 35 06 59 50 E-post: post@seljordpersonal.no
Brøløsvn. 28, 3840 Seljord

VTR Vest-Telemark Rekneskapsservice as
Dalen - Vrådal
Aut. Rekneskapsførarselskap
3880 Dalen
E-post: post@vtr.no www.vtr.no

Nenset Glassverksted - når du trenger et glass;-)
Bedriftsveien 108, 3735 Skien Tlf: 35 59 68 70 • Fax: 35 53 67 40
post@nenset-glassverksted.no • www.nenset-glassverksted.no

Røde Kors Telemark takker annonsørene for den flotte støtten!

Hold deg oppdatert

Vil du holde deg oppdatert på hva Telemark Røde Kors holder på med er det ikke nok å lese Røde Kors Avisa. Hver uke finner du nytt og spennende stoff på våre nettsider, og er du av det sosiale slaget finner du oss i tillegg på Facebook og Twitter.

facebook.com/telemarkrodekors

twitter.com/telemrkrodekors

Tekst: Bjørn Sodeland

Telemark Røde Kors har til sammen over 2000 frivillige som driver en rekke ulike aktiviteter i lokalmiljøet. Er du nysgjerrig på hva alle disse holder på med, eller er du allerede en av oss og ønsker oppdatert informasjon om hva som skjer i egen organisasjon, bør du komme deg på nett.

Nye nettsider

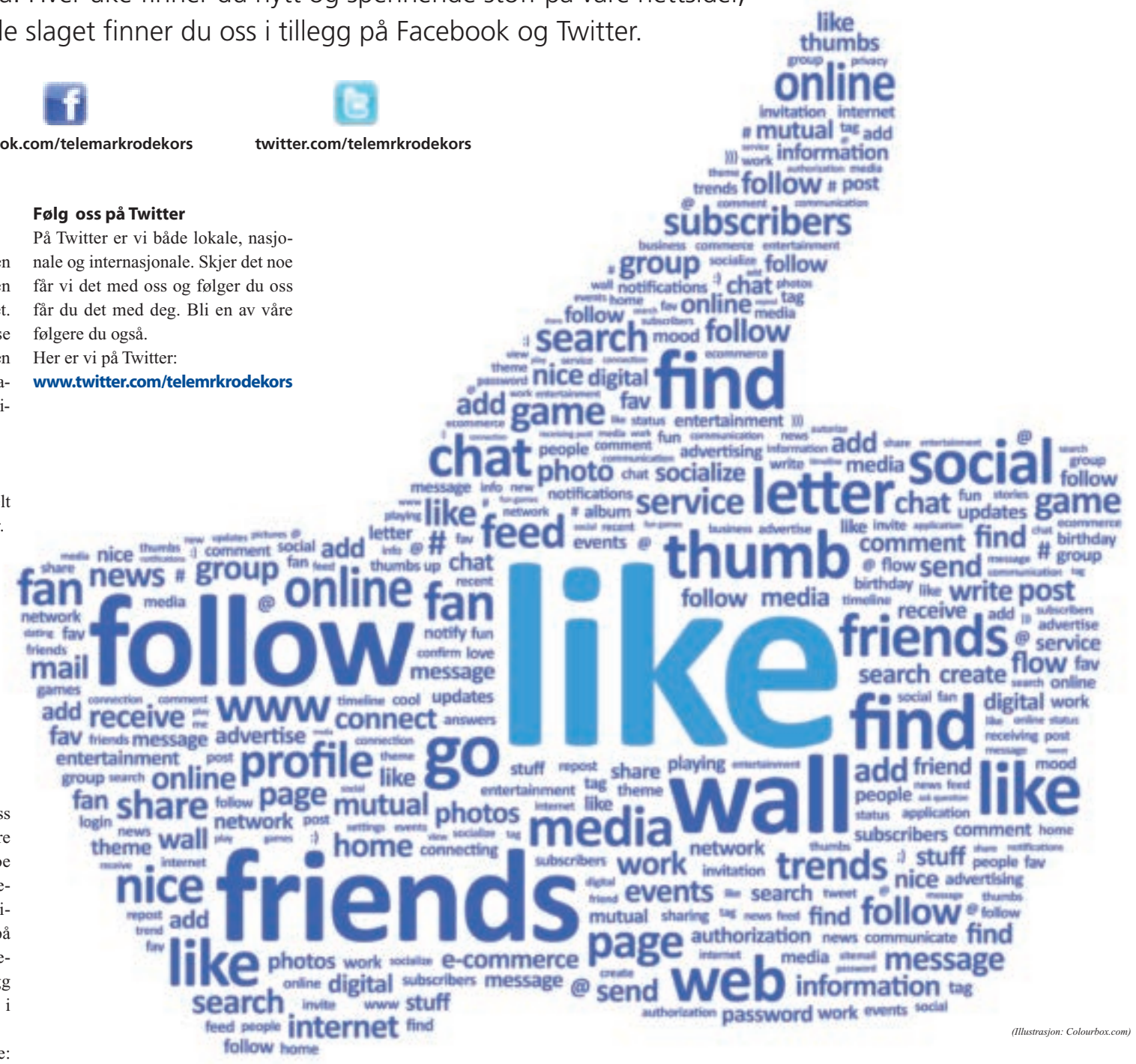
Telemark Røde Kors fikk i fjor helt nye og mer oversiktlige nettsider. Der kan du i tillegg til oppdaterte nyheter, finne kursoversikter, informasjon om ansatte, kontaktdetaljer og informasjon om våre aktiviteter. Du kan også melde deg som frivillig direkte på siden.
Du finner oss på:
www.rodekors.no/telemark

Finn oss på Facebook

På Facebook gir vi jevnlig lyd fra oss og lar deg få vite når nettsiden våre er oppdatert og når det skjer noe spennende i Røde Kors regi i Telemark. Vi følger også med på aktivitetene til våre lokallag som er på plass på nettsamfunnet, og videreformidler ofte stoff derfra. I tillegg vil viktig stoff fra hovedkontoret i Oslo en gang i blant dukke opp.
Du finner oss på følgende adresse:
facebook.com/telemarkrodekors

Følg oss på Twitter

På Twitter er vi både lokale, nasjonale og internasjonale. Skjer det noe får vi det med oss og følger du oss får du det med deg. Bli en av våre følgere du også.
Her er vi på Twitter:
www.twitter.com/telemrkrodekors



(Illustrasjon: Colourbox.com)

STEINTRANSPORT AS
Vi utfører alt av grunnarbeid, graving, sprengning, natursteinsmuring, VA-anlegg og transport.
Levering av pukk og grus fra Fikkjebakke i Sannindal.
Forhandler av gass og propran til næring og private.
Tlf. 928 88 106 • Faks: 35 98 13 71
post@steintransport.no
www.steintransport.no

VESTVIKEN
BRØNNBORING
Inge Lauritsen
Mob: 993 00 055
E-post: inge@vestviken-bronnboring.no
www.vestviken-bronnboring.no
• Drikkevannsbrønner • Horisontalboring • Bergvarmeboring • Entreprenørboring • Rep. og service på brønner

SVEIN T KÅSA
MASKINENTREPRENØR
996 43 933
VÅGSLID
GRAVING
PLANERING
TRANSPORT
e-mail: tamrock@frisurf.no

Rauland Fjellsport
Stort utvalg i klede og utstyr til sport og friluftsliv!
Åpningstider:
Måndag til Laurdag kl. 09.00 - 17.00
www.raulandfjellsport.no
Rauland Handelshus •Tlf. 350 71 800

VI BRUKER FORTIDA TIL Å PÅVIRKE FRAMTIDA .....
UTSTILLINGER - KAFE- SOUVENIRER
Du finner oss på Vemork, 5 km vest for Rjukan sentrum
Tlf. 35 09 90 00
post@nia.vemork.no
www.visitvemork.com
ÅPENT
01.10-30-04 tirs-fre kl. 12-15
lør-søn kl. 11-16
01.05-14.06 daglig kl. 10-16
15.06-14.08 daglig kl. 10-18
15.08-30.09 daglig kl. 10-16
NORSK INDUSTRIARBEIDER MUSEUM VEMORK
Velkommen!

RANDIS REINHALDSSERVICE
Privat- og firmavask
• Vanlig renhold
• Hovedrengjøring
• Rensing av møbler og tepper
• Lette vaktmestertjenester
• Høytrykkvask
• Rens av bil
Talleiv Huvestadsvei 189, 3880 Dalen
Mob: 958 94 546
E-post: randirein@online.no
Fagbrev for:
Renhold og vaktmestertjenester
Utvendig og innvendig