

MEG & DEG

«Jeg får dårlig samvittighet hvis jeg ikke kommer meg ut en dag.»

INGFRID VAKSDAL BRATTABØ

Jeg er blitt mer stram



Det er kommet liksom en streng rundt inne i min skjedeåpning, og det er noen små «utvekster». Min skjede er blitt mer stram, og jeg blir av og til litt ved samleie. Legen sier det er helt ufarlig, men jeg er likevel litt betenkt. Hva mener du, spør D.B.

Det er dessverre ikke mulig for meg å stille en diagnose på grunnlag av ditt brev. Jeg har forskjellig i tankene, og alt sammen er ufarlig. Men når du er bekymret, synes jeg bestemt du skal gå til din lege igjen og be ham presist fortelle hva det er.

Kan han ikke det, var en henvisning til gynekolog kanskje fornuftig.



Dr. Erik Münster

NAVNE DAG

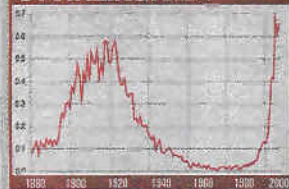
Ella og Elna har navnedag i dag. Ella kan være en norsk kortform av Helene, men det kan også være en kortform av Gabriella. Helene kommer av gresk «helenos» og betyr den lysende, den strålende, den skinnende.

Gabriella er en feminin form av det hebraiske mannsnavnet Gabriel, som også er erkeengelens navn og betyr Guds stridsmann. Elna er en svensk form av det greske Helene eller det franske Eleonore.

Det er 2901 kvinner som har Ella som første fornavn. 1448 kvinner har Ella som eneste fornavn.

Det er 930 kvinner som har Elna som første fornavn. 438 kvinner har Elna som eneste fornavn.

HISTORISK UTVIKLING: ELLA



«En blind mann vil ikke takke deg for en kikkert.»

THOMAS FULLER



Karen Mortensen

Tove Gulbrandsen

Avd. leder: Karen Mortensen
Epost: meg.deg@ba.no
Tlf: 55 23 51 72

Tenner på tur

Fylkeshuset (BA): Ikke bli overrasket om du ser tannlegen din med skritteller og treningsklær. Ansatte innen tannhelsen i fylket konkurrerer nemlig mot hverandre!



BLID OG SPREK: F.v. Ingfrid Vaksdal Brattabø, Kirsten Koltveit, Jan Hopland, Inge Magnus Bruvik, Torunn Lausund,

FAKTA

AKTIV BEDRIFT

■ Aktiv Bedrift er ment å engasjere og motivere bedriftsledere

og ansatte til sammen å ta et aktivt standpunkt til ansattes fysiske helse.

■ Gjennom Aktiv Bedrift tilbys skræddersyde tiltak og tilbud i arbeidsmiljøet

slik at de som er lite aktive eller inaktive i dag, motiveres til en mer aktiv hverdag.

Som første og eneste organisasjon i Hordaland ble Den offentlige tannhelsetjenesten (DOT) med i konkurransen om å være sprekest.

– Folk er helt villle! De skriver dikt og tar bilder som jeg legger ut på nettsiden, forteller Ingrid Vaksdal Brattabø, rådgiver for Folkehelsen i Hordaland.

AKTIV: Over 80 prosent av ansatte på tannklinikker i hele fylket deltar i konkurransen om å være den sprekeste tannhelsearbeideren.

Nesten like gjev som pengepremier de 300 ansatte i fylket kjemper om, er helsegevinsten.

DOT deltar i Norges bedrifts-idrettsforbunds kampanje «Aktiv bedrift». Opplegget er et lavterskeltiltak som alle kan delta i, uansett alder og prestasjonsnivå.

– Målet er å få folk til å være fysisk aktive i minimum 30 minutter per dag, sier Ingrid.

Entusiasmen er stor på fylkeshuset. Faktisk deltar alle ni ansatte, som gir 100 prosent utslag for gruppen.

Aller sprekest er fylkestannlegen selv, Inge Magnus Bruvik.

PREMIE: – Gjennomsnittet for deltakelse andre steder ligger på 70-75 prosent. Fra DOT i Hordaland deltar 80 prosent av alle ansatte, forteller Ingrid.

Selv er hun ofte aktiv i fritiden.

– Jeg får dårlig samvittighet hvis jeg ikke kommer meg ut en dag, sier hun.

Konkurrentene får poeng etter hvilken aktivitet de gjør. Målet er å samle over 60 poeng. Da er deltakeren med i trekningen av et gavekort på 1000 kroner. I tillegg kan gruppene (kollegaer fra samme arbeidsplass) vinne 400 kroner per deltaker.

– Aller best for kroppen er det å få en jevn trening. Derfor får du ikke mer poeng selv om du har gått en lang tur, sier Ingrid.

Går du sammen med en kollega får du også to poeng i konkurransen, fordi motivasjon er viktig for å fortsette.

OPPLAGT: For å delta trenger du ikke drive med organisert idrett. Det er nok å gå en tur.

– Vi er i den første av tre perioder i år. Nå har vi holdt på i fire uker, men har to uker igjen. Periodene må ikke bli for lang, da dabbler aktiviteten av, mener Ingrid.

Engasjementet så lang er ifølge rådgiveren fantastisk. Nærmere 300 ansatte i fylket deltar i konkurransen.

Ansatte på klinikkene rapporterer om aktive, opplagte og spreke medarbeidere. Det merker Ingrid.

– Her er god stemning. Faktisk mente en kollega at hun sov bedre om natten.

SILJE ALVSAKER
silje.alvsaker@ba.no

DET SKJEDDE 19. februar

Lydfilmen kom

1930: Lydfilmen skapte arbeidsledighet og tunge kår for filmmusikerne, og kinoenes orkestre skrumpet inn. I Oslo gikk nærmere 50 mann ledige. Musikkerne mente at stumfilmen med god orkestermusikk fremdeles hadde sin berettigelse. Oslo-publikumet var kjent for god musikk-kultur, noe som gjorde stumfilm med god musikk til en økonomisk suksess.

Hamsun døde

1952: Forfatteren Knut Hamsun (bildet), en av Norges aller største og mest leste forfattere gjennom tidene, døde 92 år gammel. Han ble født i Lom i Gudbrandsdalen, men vokste opp på Hamarøy i Nordland. Her mottok han sterke naturintrykk som avspelles i hans senere diktning. Hamsun ble genierklært for sin litterære produksjon, men var svært omstridt for sine holdninger under krigen. Hamsuns litterære debut kom i



1890 med romanen Sult som bragte ham frem i første rekke blant Nordens yngre forfattere. Etter dette var Hamsun etablert som forfatter, og romanene kom i rask rekkefølge, blant annet Mysterier (1882) og Pan (1884). I 1908 kom romanen Victoria, som er regnet som en av de vakreste kjærlighetskildringer i norsk diktning. Markens grøde (1917) er en lovsang til jordbruk og nybyggerliv, og den bragte Hamsun Nobelprisen i litteratur i 1920. Knut Hamsuns motvilje mot USA og den angelsaksiske kulturen bragte ham til å sympatisere med nazismen, noe han ble rammet hardt for under rettsoppgjøret i 1947.

Fidel gikk av

2008: Fidel Castro (bildet) kunngjorde at han går av som president på Cuba. Han hadde da sittet ved makten fra 1976 og før det som statsminister fra 1959, da 26. juli-bevegelsen og dens allerte styrtet Fulgencio Batista. I løpet av perioden 1959-65 omgjorde han Cuba til en sosialistisk stat og opptrådte som en diktator. Etter en alvorlig sykdom i 2006 overtok hans bror som var visepresident, midlertidig presidentembetet. Fidel Castro kunngjorde via partivisen Granma 19. februar 2008 at han nå gikk av for godt.



I dag er det ...

... **13 ÅR SIDEN** Sissel Kyrkjebø offentliggjorde at hun var blitt mor for første gang. Datteren Ingrid hadde kommet til verden den 16. februar, og det vakte stor oppsikt at Sissel fødte barnet hjemme med ektemannen Eddie Skoller som medhjelper. Ingrid fikk navnet etter Eddies mor. Navnet betyr vakker eller den «den som er verdt å elske». Hele Bergen gratulerte sangfuglen, og Sissels foreldre uttaite til BA at fødselen kom som jul på kjerringen. Fire år etter fikk parets datteren Sarah, før de meddelte at de skulle skilles i en pressemelding natt til 27. februar 2004.



Anne Høgestøl og Elin Dyrkolbotn deltar alle om å være den sprekeste innen tannhelsetjenesten i Hordaland.

FOTO: SILJE ALVSAKER