

01
09

ANNONSEBILAG

FOKUS

Kurs & konferanse
Arbeidsmiljø

RISIKOVURDERING

FYSISK AKTIV

TEAMLEDELSE

En perle ved Randsfjorden



Thorbjørnrud Hotel er et moderne og profesjonelt konferansehotell som ligger i naturskjønne omgivelser, med 33 mål tomt helt nede ved Randsfjorden. Spennende interiør, kunst og moderne design kombinert med gammel atmosfære preger hotellet. Vi legger stor vekt på gjestfrihet som hos oss skal være uhøytidelig og folkelig.

Vi har skapt et godt miljø med rom for læring, og med ansatte som kan arrangementer! Ta kontakt, og vi hjelper deg med ditt neste arrangement!

1 time fra Oslo og Gjøvik, 45 min fra Gardermoen!

THORBJØRNRUD HOTEL A.S

3520 Jevnaker • Telefon 61 31 71 00 • Telefax 61 31 46 99
booking@thorbjornrudhotell.no • www.thorbjornrudhotell.no

01
09

FOKUS

Kurs & konferanse
Arbeidsmiljø



Forsidefoto:Luth/Maskot

Definisjonen på et godt arbeidsmiljø vil utvilsomt variere fra person til person. Skjønt er man enige om at et godt arbeidsmiljø er lønnsomt for en bedrift.

Personlearrangementer, teamarbeid og prosjektledelse er noen av faktorene i et arbeidsmiljø som påvirker hverdagen til den ansatte.

Ta en titt på kurs & konferanse leverandørene i denne utgaven av Fokus og bli inspirert til å få en kickstart på høsten!

Bli motivert av Egil Søbyes tankemåte. Les om prosjektstyring og effektive team og prøv ut nye arbeidsmetoder.

Lykke til!

PRODUSERT OG UTGITT AV MAGNET MEDIA AS Cathrine Lillebøe - tlf: 56 90 11 20

MARKEDSAVDELING: Tor André Villmones - tor@magnetmedia.no, Christian Olowo - christian@magnetmedia.no

TRYKK: Hjemmet Mortensen Trykkeri AS OPPLAG: 117 500 LAYOUT: Hisdal + Holcroft www.hisdalholcroft.no

INNHOOLD

- s.04** Suksess i prosjektorganisering med "Scrum"
- s.09** Beretningen om et varslet virkemiddel
- s.13** Du må være før du begynner – og du må begynne før du blir
- s.14** Risikovurdering hindrer arbeidskader
- s.19** Kompetanseutvikling i bedrifter
- s.21** Vekst i sykefraværet
- s.24** Effektive team har ingen grenser
- s.28** Fysisk aktive ansatte har større kapasitet

Effektiv tilgang til kurs og tjenester for olje og maritim industri

Gjennom OilComp sin online bookingløsning får du direkte tilgang til mer enn 180 ulike kurstyper fordelt på drøyt 4000 kursarrangement. 35 godkjente kursleverandører tilbyr kurs over hele Norge.

+47 950 22 6 22

Vi kan tilby:

- opplæring nær hjemsted som gir reduserte reise- og oppholdskostnader
- tilgang til OilComps gratis bookingløsning som sparer deg for mye arbeid ved kursbestilling.
- kurs som omfatter bl.a. administrative kurs, prosjektledelse, tekniske kurs; boring og brønn, mekanisk/hydraulisk, elektro, transport av farlig gods, radio-kommunikasjon, kran og løft, helse og miljø, sikkerhet og beredskap ihht OLF og STCW, Security ihht ISPS-koden.

Rådgiving og operative tjenester innen:

- kompetansestyring (utvikling av kompetansematriser, GAP analyser, drift av internskoler)
- læreprogrammer (utvikling og gjennomføring av læreprogrammer for utstyrproducenter)
- HMS (utvikling og implementering av HMS planer og system, revisjoner, assistanse ifm ISO-sertifisering, risiko og sårbarhetsvurdering)
- beredskap (utvikling av beredskapsplaner og gjennomføring av trening og øvelser innen beredskapsledelse, pårørende og mediehåndtering for offshore/sjø og landorganisasjonen, verifikasjon av beredskapslag offshore)

- security (utvikling og verifikasjon av planverk og øvelser for rederier og havner for å møte kravene til ISPS-koden).

Vår tilbud kan leveres hos våre leverandører, hos våre kunder, i forbindelse med dokking og mannskapsskifter eller om bord på installasjon eller fartøy.

For ytterligere informasjon ta kontakt med vårt kundesenter +4795022622 eller via vår hjemmeside www.oilcomp.no.



Endre Sjøvold har mer en tyve års erfaring fra prosjektarbeid og har forsket på team- og gruppeprosesser siden tidlig på åttitallet. Her gir han et innblikk i "Scrum"; effektiv teamarbeid som gir forbløffende gode resultater...

Suksess i prosjektorganisering med "Scrum".

TEKST
ENDRE SJØVOLD



På begynnelsen av nittitallet ledet jeg et LIS-prosjekt hvor vi jobbet direkte med konsernledelsen. Leveransen var kompleks ikke minst på grunn av ledernes høye, men høyst uklare forventninger. Isteden for en detaljert kravspesifikasjon laget vi små program som viste hvordan de enkelte elementene ville se ut på skjermen. Når brukeren var fornøyd ferdigstilte vi elementet og bygget på denne måten systemet steg for steg. Den uformelle måten å jobbe på i tett dialog med brukerne syntes vi var genial, og ble meget skuffet da dette ikke ble noen suksess i neste prosjekt.

RASKE RESULTATER

Ti år etter i en tid hvor alt fra prosjektteam til hele organisasjoner skulle være "agile", "kinetic" eller "lean", fremstod vår tilnærming som en akseptert måte å utvikle programmer på under betegnelser som "smidig" utvikling eller "Scrum". Prosjektdeltagerne skulle utfordre hverandre til å redusere sløsing og øke produktiviteten. Scrum er et enkelt rammeverk nesten fritt for metodikk basert på selvstyrte utviklingsteam i tett dialog med kunden ("Produkteier"). Prosjektet deles opp i små deler ("Sprints") som hver resulterer i fungerende løsninger som utgjør logiske byggestener i det endelige produktet. Både utviklerne og kunden motiveres ved raske resultater og justeringer kan gjøres underveis uten store kostnader. Scrum utfordrer tradisjonell tenkning vedrørende kontrakter, detaljerte spesifikasjoner og prosjektorganisering. Anvendelse av scrum kan vise til forbløffende positive resultater, men også fiaskoer om det ikke gjøres på rette måten.

SELVSTYRTE TEAM

Suksess med scrum krever at alle involverte tar ansvar for helheten, forstår hva systemet skal løse og har løpende informasjon om progresjon og flaskehals i alle deler av prosjektet. For å sikre dette avholdes korte daglige møter veiledet av en "Scrummaster". Scrummaster er på ingen måte "leder" i tradisjonell forstand. Teamet er selvstyrt og medlemmene velger selv blant dagens oppgaver og tilbyr selv sin hjelp til de som trenger det. Nøkkelen til suksess er med andre ord å skape et velfungerende team. Om Scrum innføres som en ren "teknikk" uten at teamets dynamikk gir rom for individuelt ansvar, fører dette til frustrasjon og kaos.

ANVENDELSE AV SCRUM KAN VISE TIL FORBLØFFENDE POSITIVE RESULTATER, MEN OGSÅ FIASKOER OM DET IKKE GJØRES PÅ RETTE MÅTEN.

Team fungerer forskjellig. Så lenge teamet er tilpasset oppgave og kontekst er det effektivt. Universelle "superteam" eksisterer ikke. Team med en klar fordeling av teamroller (f.eks "omsorgspersonen", "ideskaperen") er effektive i stabile situasjoner hvor oppgavene er oversiktlige og innsatsen koordineres av en leder. I Scrumprosjekter er ofte oppgaven uklar og konteksten uforutsigbar. Effektiv kommunikasjon i slike situasjoner fordrer at alle medlemmene kan innta alle teamroller ved behov. Slike team kalles selvstyrte og trenger ingen leder.

Med redusert formell styring og forutsigbar-

het øker behovet for gjensidig tillit mellom alle involverte. "Tillit" er som "effektivitet", et relativt begrep. I et team med sterk rolledeling oppleves tillit når alle stoler på at kollegene har den kompetansen som forutsettes og vil bruke den til teamets beste. I et selvstyrt team oppleves tillit når det er naturlig å utfordre selv den fremste ekspert. Vellykkede scrum prosjekt karakteriseres ved at ingenting tas for gitt og alt etterprøves ved kritiske spørsmål. Det er ikke alle organisasjoner som har kultur for slike team. Regimer preget av formaliserte regler, sterk styring og utstrakt kontroll, foster team hvor hver enkelt tar ansvar for "sitt" og sin teamrolle.

VELLYKKEDE SCRUM PROSJEKT KARAKTERISERES VED AT INGENTING TAS FOR GITT OG ALT ETTERPRØVES VED KRITISKE SPØRSMÅL

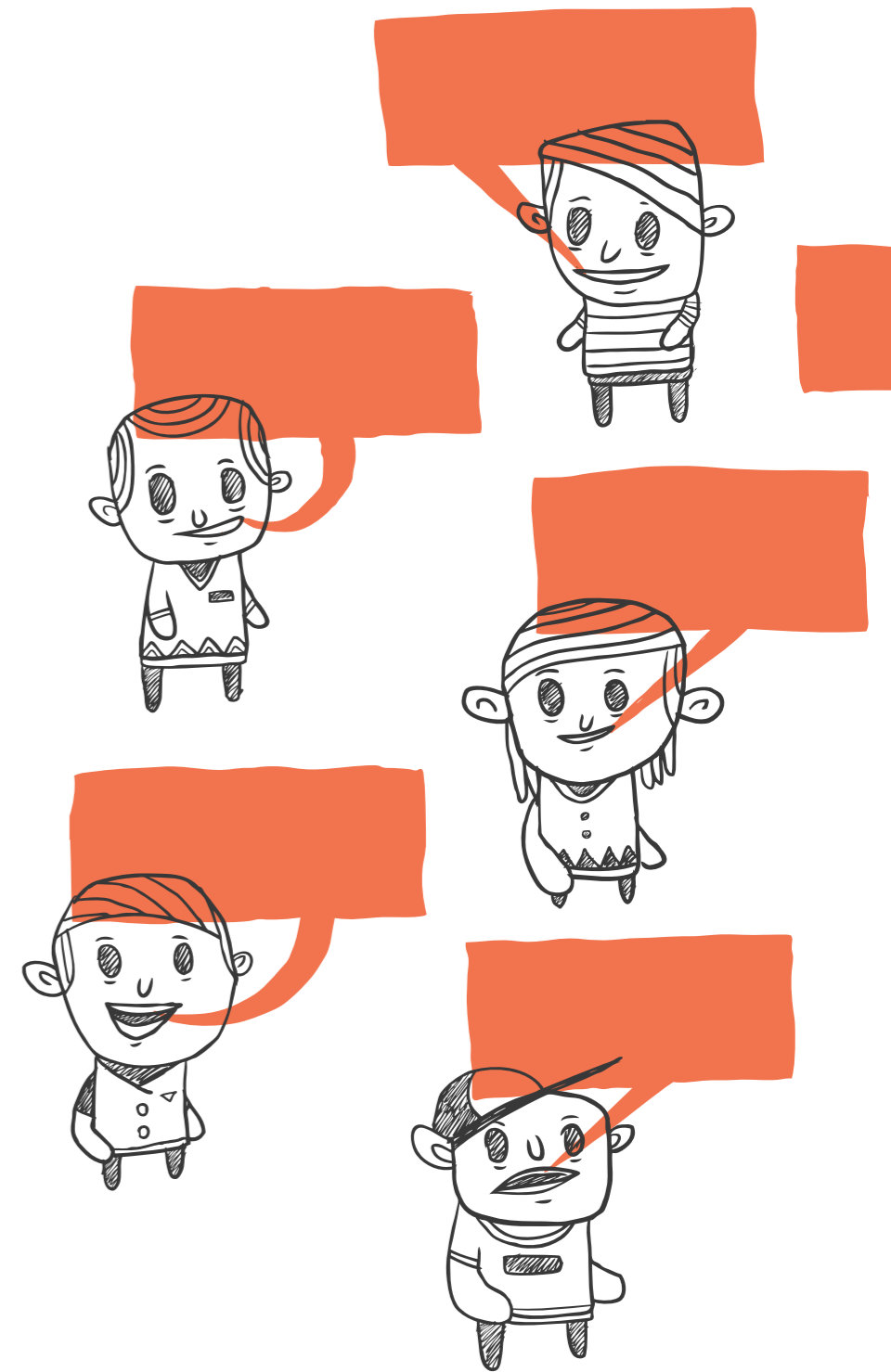
BRYTER FASTE ROLLESTRUKTURER

Innføring av scrum i team preget av fast rollestruktur fører til at scrummaster "må ta ledelsen" isteden for å veilede. Sentral ledelse fordrer kontroll- og rapporteringsrutiner som gjør morgenmøtet til et sted for "uthenging" isteden for en arena for deling. Prosjektdeltakerne konsentrerer seg ytterligere om "sin del" på bekostning av helheten. Etterhvert som følelsen av kaos øker, vil scrummetodikkens minimale krav til formalisme brukes som unnskyldning for å skjule manglende progresjon og planer. Styringsgruppen blir ute av stand til å ta beslutninger og gi klare styringssignaler. Generell fortvilelse, frustrasjon og oppløsning vil etter kort tid prege teamet og den arme produkteier sitter i klisteret. Mange kjenner seg dessverre igjen i en slik beskrivelse.

Scrum er ingen teknikk, men en ferdighet som kan trenes. Slik trening krever langsiktig og systematisk arbeid med å bryte faste rollestrukturer gjennom "Konstruktiv Konfrontasjon" (K2). Teamets funksjon er den viktigste betingelsen for suksess, men noen formaliteter må også oppfylles:

- > ingen deltidsressurser!
- > de beste fagfolkene!
- > umiddelbar tilgang til beslutningstaker
- > hva systemet skal løse må være forstått av alle
- > organisasjonskulturen må tillate frislipp av tradisjonell kontroll
- > prosjektet må styres på funksjon

Ingen av disse betingelsene er lette å oppnå, men om de ikke oppfylles ved innføring av Scrum har vi en sannsynlig fiasko.



Mer informasjon:
boken "Teamet - effektivitet, utvikling
og endring i grupper",
Universitetsforlaget 2006

www.EndreSjovold.no



Kurs og konferanse i nærheten av Oslo Lufthavn Gardermoen

Rica Hotel Gardermoen er et sentralt, effektivt og smart møtested med beliggenhet kun 7 minutter fra Oslo Lufthavn Gardermoen og har enkel adkomst fra E6. Hotellet tilbyr gratis parkering og det går shuttlebuss til/fra flyplassen.

Hotellet har konferanseavdeling med kapasitet til 150 personer. Møte- og grupperommene har dagslys, god ventilasjon og fleksible løsninger. Trådløst internett med WLAN er tilgjengelig for hotellets gjester. Som Det Gode Vertskapet stiller vi med kursverter for å bidra til et vellykket arrangement!

Velkommen til hyggelige omgivelser på Rica Hotel Gardermoen!



 **Rica Hotel Gardermoen**
Det Gode Vertskapet

Gardermoen Næringspark • NO-2050 Jessheim • Tlf.: 63 92 66 00 • E-post: gardermoen@rica.no



LEGG MØTET TIL SVALBARD I HØST!

Velg Norges mest eksotiske møtested for en opplevelse utenom det vanlige. Fantastiske naturopplevelser, hotellopphold av beste standard og utsøkt mat og drikke legger grunnlaget for et vellykket opphold. Aktivitetstilbudet spenner fra ulike båtturer i Isfjorden til fotturer, historisk møte med Longyearbyen og villmarksaften i Adventdalen. Kontakt oss gjerne for et skreddersydd tilbud!

Se våre nettsider for mer informasjon, eller kontakt oss på tlf. 79 02 61 00 / gruppe@spitsbergentravel.no

Prisen gjelder pr. person: 2 døgn i hhv. dobbelt- og enkeltrom på hotell i Longyearbyen, inkl. full pensjon samt møterom én dag. Begrenset kapasitet på tilbudsprisene i september. Gjelder grupper over 10 personer, og kun midtuke i september 2009.



FRA KR **2.600,-**
PRIS PR. PERSON I DOBBELTROM
ENKELTROMSPRIS KR 3.300,-

spitsbergentravel
www.spitsbergentravel.no

EVENTYR FOR ALLE



Island

Planlegg årets julebord!

Kort flyreise (ca 2 ½ time), første klasses fasiliteter, nærheten til flott og kontrastrik natur, stort tilbud av spennende opplevelser. Alt dette er med på å gi dere en unik mulighet for et uforglemmelig arrangement og opplevelser de ansatte sent vil glemme.

Tlf 22 33 84 40 • info@islandia.no



ISLANDIA TRAVEL

ICELANDAIR

www.islandia.no



2-døgns KonferanseCruise med alt samlet på ett sted

Color Magic og Color Fantasy tar imot grupper fra 6 til 500 personer. Kombiner det faglige og sosiale på din måte.

2-døgns
KonferanseCruise
fra kr 2 680,-
Inkl. møterom og måltider.

Daglige avganger mellom Oslo-Kiel.

Tlf: 810 00 860
salg.bedrift@colorline.no
colorline.no/konferanse



Mer arbeidstaker medvirkning er nøkkelen for åpenhetskultur og dialog – og for vern av den som sier fra om kritikkverdige forhold på arbeidsplassen.



Beretningen om et varslet virkemiddel

TEKST
KRISTIN HOFFMANN

Mange selskaper har rutiner for varsling på plass, men involveringen av arbeidstakerne har i flere selskaper vært mangelfull. Det viser tilsyn gjennomført i samarbeid med Arbeidstilsynet.

Arbeidsmiljølovens regler om varsling av kritikkverdige forhold i virksomheten skal legge til rette for en åpen HMS-kultur i arbeidslivet, og beskytte ansatte som ser det nødvendig å varsle om forhold de reagerer på.

BRA OG MINDRE BRA

Høsten 2008 førte Petroleumsdirektoratet tilsyn med hvordan 17 rederier, operatører og leverandørselskaper etterlever arbeidsmiljølovens bestemmelse om tilrettelegging for varsling.

- Tilsynet viser at de aller fleste selskapene har rutiner, retningslinjer og systemer for varsling på plass, sier sjefingeniør Tone Gulbrandsen i Ptil, som ledet tilsynet.

- Dette er bra. Mindre positivt er det at involveringen av arbeidstakerne i en del tilfeller er mangelfull, selv om regelverket stiller krav til involvering når styringssystemene skal utvikles, påpeker hun.

INFORMERT, IKKE INVOLVERT

I tilsynsoppgaven ble selskapene bedt om å gjøre rede for hvilke prosesser som er gjennomført, og hvilke vurderinger som er blitt foretatt. De ble også bedt om å beskrive de arenaene og kanalene som er etablert i organisasjonen for å ivareta de ansattes rett til varsling.

- I stedet for å bli involvert, har mange arbeidstakere bare blitt informert om hva som er opprettet av styrende dokumenter og retningslinjer

- for eksempel hvem man skal henvende seg til med opplysninger, sier Gulbrandsen.

ÅPEN KULTUR

Kritikkverdige og ulovlige forhold innebærer saker som arbeidstakerne mener er i strid med lover og regler, eller den alminnelige oppfatningen om hva som er etisk akseptabelt.

Ved å legge til rette for varsling, signaliserer bedriften at den ønsker en åpen kultur som fremmer trygg kommunikasjon og tar de ansatte på alvor.

- Medvirkning er imidlertid viktig for å skape en slik åpen kultur, trygghet og dialog - også fordi det handler om å bruke arbeidstakernes kompetanse, understreker Gulbrandsen.

- Den mangelfulle medvirkningen må næringslivet ta inn over seg i det videre arbeidet med å tilrettelegge for varsling, legger hun til.

I RYGGRADEN

“Whistle blower” dukket opp som et begrep for få år siden, og i løpet av kort tid har Norge opplevd flere varslersaker – med påfølgende diskusjon rundt etikk og moral i arbeidslivet.

- Det er Ptil og Arbeidstilsynet sin oppgave å følge opp hvordan selskapene i petroleumsindustrien ivaretar plikten til å tilrettelegge for varsling, innen sine respektive myndighetsområder. Myndighetene ser at det er viktig å få på plass gode systemer for dette, sier Gulbrandsen.

Denne artikkelen er hentet fra Ptil-publikasjonen “Sikkerhet – status og signaler 2008-2009”

Norge i et nøtteskall®



- Se det lille store landet!

Dette er vår mest kjente og populære rundtur. Den tar dere med på en reise hvor dere får oppleve selve kjernen av hva det norske fjordlandskapet kan by på! Vi tar dere med på Flåmsbana, på Aurlandsfjorden og Nærøysfjorden, opp Stalheimskleiva og mye, mye mer alt etter hva dere måtte ønske. Kombiner gjerne rundturen med RIB-båtsafari, ostersmaking eller kajakkpadling!

BESTILLING OG MER INFORMASJON:

Fjord Tours Kundetelefon:
815 68 222 valg 3,
e-post: gruppekonto@fjordtours.no
eller www.fjordtours.no

Sognefjorden i et nøtteskall



- Stor fjord, stor opplevelse!

Sognefjorden strekker seg mer enn 200 km helt inn til foten av Jotunheimen. Det dramatiske landskapet man her møter, har rykte på seg for å være et av verdens absolutt vakreste reisemål. Sognefjorden i seg selv er et høydepunkt på denne turen, sammen med den velkjente Flåmsbana. Prøv også en avstikker til Dalsfjorden og Gaularfjellet. Her kan du blant annet forsøke deg på å ro vikingskipl!



NEOLAB • FOTO: FLÅMSFJORDTOURS • PÅL AUDESTAD/FJORDTOURS • WILLY HÅRÅLSEN/FJORDTOURS



Helleren Fjordrestaurant

LYSEFJORDEN

Helleren gjenåpnet i mai 2009 i ny prakt, nå med helårsdrift.

**Firmafest-kundearrangement-bryllup-julebord
Festlige anledninger**

TA KONTAKT MED OSS OM MULIGHETENE

BOOKING: Rødne Fjord Cruise
TELEFON: 51 89 52 70 - mail@rodne.no
FOR MER INFO SE WWW.RODNE.NO



02
09
FOKUS

Kom i FOKUS!

NESTE UTGIVELSE
ER 30. OKTOBER

Fokus Jobb & Helse

TA KONTAKT MED TOR ANDRÈ VILMONES
e-post: tor@magnetmedia.no
tlf: 56 90 11 28 mobil: 474 65 220 for påmelding.

EXECUTIVE MBA

The programme offers general management courses, although with a focus on economics, finance and strategic leadership. It allows you to develop a toolkit of techniques that will help you to make the best management decisions and significantly increase your value to your employer. The programme has a global focus and brings together participants and faculty with international experience.

This 18 month, part-time programme includes three one-week seminars in Singapore, Madrid and San Francisco in collaboration with respectively Nanyang Business School, IE and faculty of Haas School of Business (University of California at Berkeley).

BI Norwegian School of Management
Executive masters
mba@bi.no www.bi.no/emba

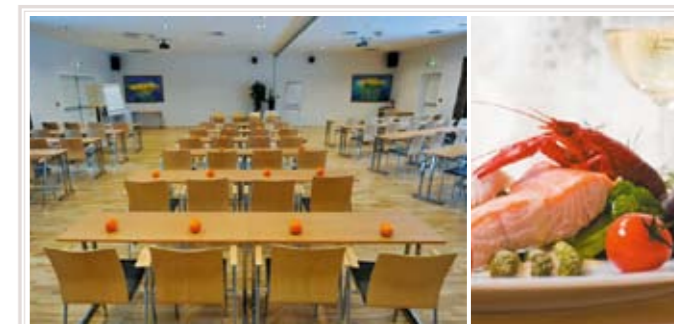
BI NORWEGIAN SCHOOL
OF MANAGEMENT



BESTE SPISESTED LANGS VEIEN!

Konferansested med kjøkken i særklasse!

Hos oss er du garantert profesjonell gjennomføring, fleksible møteromsløsninger, nye gjesterom og supre lokaler for arrangementer fra 2 til 150 deltagere.



Ta kontakt for pristilbud - vi har lang erfaring med alt fra enkle til skreddersydde arrangementer.

Tlf. 62946666
gjestgiveri@skaslien.no
www.skaslien.no

Skaslien
GJESTGIVERI

Regionvinner av Ganefart 2008 for Hedmark og Oppland

Konferansekampanje

Har du planer om møter i høst/vinter? Da kan vi tilby dagpakker/helpensjon på Thon Hotel Bergen Airport til kampanje priser i perioden aug-des 2009, jan-mar 2010.

Ukedag kr. 495,- per person. Weekend kr. 450,- per person.

Helpensjon ukedag kr. 1440,-. Weekend kr. 1175,-.

Dette gjelder for bestillinger som vises til denne annonse.

Først til mølla... Velkommen!



Thon Hotel Bergen Airport

Kokstadveien 3, 5257 Kokstad
Tlf. 55 92 00 00
bergen.airport@thonhotels.no
www.thonhotels.no/bergenairport

Lær hvordan utnytte de nye elementene i

**AutoCAD Architecture 2010
Revit Architecture 2010
AutoCAD 2010**

**På våre nettsider www.ndi.no
finner du ditt kurs
og meld deg på allerede i dag.**

I tillegg holder vi bedriftstilpassede kurs

Ta kontakt for tilbud.

Din totale leverandør av software,
hardvare, servere, nettverk,
kurs og support.
Vi kvalitetssikrer dine
investeringer.

NDI Norsk Data og
Ingeniørtjenester A.S

Gladengveien 14 0661 OSLO
Tlf 22190160 www.ndi.no

www.messetjeneste.no

MT

Synes du i mengden?

Vi hjelper deg å sette fokus på din stand. Messetjeneste har over 25 års erfaring med standbygging i Norge og resten av verden.

Vi bygger også alt innen showrom, resepsjonsområder, og spesialinnredning for deg som ønsker det lille ekstra.

Send oss gjerne en forespørsel, og motta et uforpliktende tilbud for din bedrift.

messetjeneste

info@messetjeneste.no
Lommedalsveien 230, 1353 Bærums Verk
tlf. 67 80 21 70

Firstventura er et tverrfaglig rådgivnings- og utviklingsmiljø som driver med kostnadsstyring og innkjøp i privat og offentlig sektor. Vi har fokus på å løfte innkjøp til strategisk nivå i organisasjonen, samtidig som vi bistår med operativ gjennomføring av innkjøpsprosesser. Firstventura leverer innkjøpsanalyser, revisjoner, benchmarking, leverandøruvikling, beste praksis-prosesser, maler og kompetanseprogram. I tillegg leverer vi Innkjøpsportalen, et integrert IT-verktøy som støtter opp om de strategiske innkjøpsprosessene i virksomheten.



“ Vi hadde behov for å få kontroll på våre innkjøp og kostnadene knyttet til hele området. Firstventura har muliggjort endringsprosesser og besparelser som vi ellers ikke ville ha fått til. De har fått frem det beste i våre ansatte og sydd prosessene sammen frem mot målbar resultater. ”

Einar Tøndel
Forretningsutvikler, Bautas

Anbudsprosesser - Kontraktoppfølging - Kompetanseprogram Bunnlinjeeffekt

Våre målgrupper er ledere, innkjøpere og fagmiljøer som beslutter og gjennomfører innkjøpsaktiviteter på strategisk og operativt nivå. Vi tilbyr bedriftstilpassede opplæringsprogrammer og standardkurs. Se våre hjemmesider www.firstventura.com for nærmere informasjon om kursinnhold og datoer.



Dag Thomas Nybø-Sørensen
Tlf. 91 64 51 96



Gro Martens
Tlf. 90 93 30 66



Leiv Olav Sunde
Tlf. 92 22 81 38



Harald Alfsen
Tlf. 98 26 91 30



Send en e-post til demo@firstventura.com for en presentasjon av Innkjøpsportalen.

Egil Søyby er en av Skandinavias beste motivatorer og en ettertraktet foredragsholder. Han er Olympisk mester i kajakk, har en rekke VM og EM gull, 15 nordiske mesterskap, 55 norske mesterskap og 8 kongepokaler.



DU MÅ VÆRE FØR DU BEGYNNER - OG DU MÅ BEGYNNE FØR DU BLIR.

Vi tar en kamp av gangen. Vi legger stein på stein. Vi får se hvor vi ender til slutt !!! og så videre...

-Typiske utsagn fra folk som ikke har forstått verdien av å sette seg konkrete, bevisste, tidsbestemte og høye mål. De har ikke skjønt "loven om tiltrekning". Hvilken enorm kraft det er i å se seg selv i den posisjon de ønsker i fremtiden. Som ung idrettsmann drømte jeg om å lykkes, og jeg prøvde meg mot verdens beste ved flere anledninger. Jeg var fysisk og teknisk god nok, men hjernen var ikke i stand til å se meg "vinne" når jeg lå side om side med verdens beste. Jeg tapte gull og fikk sølv og bronsemedaljer.

HØSTEN 1967 FIKK JEG NY TRENER, STEIN JOHNSON. VI VAR FIRE PADLERE SOM SKULLE SATSE PÅ OLYMPISKE LEKER I MEXICO ÅRET ETTER. MÅLET VAR KRYSTALLKLART. OLYMPISK GULL PÅ K4 1000 METER. HJERNEN VÅR SKULLE TILVENDE SEG TANKEN, VED SIDEN AV KNALLHARD FYSISK OG TEKNISK TRENING.

Så kom opplevelsen som endret hele min idrettskarriere. Stein sa til oss: Gutter, dere er olympiske mestere allerede idag! "Stein, det er ett år til." Gutter, dere må allerede idag, se dere selv stå på toppen av seierspallen i Mexico City. Dere må være før dere begynner, og begynne før dere blir. Dere må allerede i dag venne hjernen til tanken at dere har klart å nå målet.

Jeg husker at jeg skrev plakater, noterte i treningsdagboken, og gjentok for hjernen regelmessig, "at jeg var olympisk mester". Jeg visualiserte at jeg (vi) sto på toppen og mottok Gullmedaljen. Ofte foretok jeg tanketrening i innsovningsøyeblikket på kvelden. Jeg sov, hjernen sover aldri. Den gjentar det visualiserte bildet hele natten – og til slutt ble det "ufarlig" å bli olympisk mester. På treningsleire foran Mexico, sto vi fire unge talentfulle menn oppreist og sang: "Ja vi elsker dette landet", som om vi allerede hadde vunnet. - Vi ble olympiske mestere! Dette var eksempel på "loven om tiltrekning" i praksis.

Etter at jeg ble kjent med Stein, brukte jeg teknikken på meg selv i min individuelle idrettskarriere. Jeg visualiserte seieren nesten daglig ett år i forveien. Jeg vant inne i hodet mitt, jeg trente, og jeg vant den dagen kongepokalløpet gikk. Resultat: jeg vant 8 kongepokaler 8 år på rad.

Teknikken bruker jeg ennå; både på meg selv og som coach for andre. Teknikken gjelder i alle sammenhenger. Overvektige må se seg selv, visualisere "være slank" før de begynner en eventuell slankeprosess. De bør gjenta for hjernen at de allerede er det de ønsker å være. Om igjen og om igjen.

Er det mulig å se målet ferdig før du begynner på det? Alle kan det. Fotballtreneres typiske utsagn er; vi legger stein på stein, tar en kamp av gangen så får vi se hvordan det går til slutt!! Det blir like dumt som om jeg holder på med en grunnmur, og du kommer forbi å spør om hva jeg holder på med? – og jeg svarer: Jeg vet ikke, jeg får se hvor det blir til slutt!!!

ENHVER SOM BYGGER ET HUS, VET NØYAKTIG HVORDAN DET BLIR TIL SLUTT. DE KAN, LENGE FØR HUSET ER FERDIG, VISE DEG: HER SKAL KJØKKENET VÆRE, HER SKAL STUEN VÆRE OG PEISEN SKAL VÆRE DER. HUSBYGGEREN SÅ FOR SEG HUSET FERDIG, FØR HAN BEGYNTE, HAN BEGYNTE, OG HUSET BLE FERDIG.

Det er aldri for sent å endre tankemønsteret, og å sette seg nye høye mål. En rekke målløse pensjonister uttaler stadig at nå skal de slappe av, og håpe at helsa holder!!! Slutt å håp – gjør noe for det...

Selv har jeg 100-års bursdag, 25.11.2045 kl 1402 på Lysaker, DU ER HJERTELIG VELKOMMEN.

Egil Søyby

Nyere hjerneforskning viser at arbeidstakere under 25 år skader seg oftere på jobb enn eldre.
– Arbeidsgiveren skal vurdere risiko og ut fra dette sørge at ingen skader seg på jobb, sier direktør Ingrid Finboe Svendsen i Arbeidstilsynet.

Høyere skadetall
blant unge arbeidstakere:

Risikovurdering hindrer arbeidsskader

TEKST
STIAN ROSENBERG SØVIK
FOTO
JONNY OLSSON
& KOLONIHAVEN STUDIO

Ungdom mellom 18 – 24 år tar flere sjanser. Nyere neurobiologisk forskning forklarer dette ved at det siste området av hjernen som modnes, er frontallappene der vi foretar sosiale vurderinger, overveier alternativer, planlegger og kontrollerer atferden vår. Frontallappene er ferdig utviklet først ved 25-årsalderen hos de fleste. Dette får konsekvenser for hvordan unge arbeidstakere vurderer - eller ikke vurderer - risiko ved ulike arbeidssituasjoner. - Arbeidsgiveren skal derfor vurdere risikoen arbeidet kan innebære etter de forutsetningene arbeidstakerne har, sier Finboe Svendsen.

TO TYPER RISIKOFYLT ATFERD

Vi skiller mellom to typer risikofylt atferd: Overlagt risikofylt atferd og impulsiv risikofylt atferd. Vi finner også en gruppe ungdommer som unngår å ta risiko på lik linje med sine voksne kollegaer.

De fleste ungdommene med risikofylt atferd finner vi i gruppen som har overlagt risikofylt atferd. De velger den risikoutsatte handlingen

hvis gevinsten oppleves som større enn sannsynligheten for at en ulykke kan skje og konsekvensene av den. Et eksempel på dette er en ung snekker som står på andre nivå av et stillas og hopper ned fra stillaset i stedet for å gå trappa, skader ankelen og må på sykehuset. Han har vurdert risikoen og mener at belønningen han får ved å hoppe ned fra stillaset er høyere enn å gå trappa. Belønning kan være at han sparer tid eller at han får høyere status fordi han blir sett på som en tøffing.

STREIFET DEM IKKE

Den gruppen unge arbeidstakere som har en impulsiv risikofylt atferd, forventer ikke og har ikke intensjon om å ta risiko. Ungdommenes rasjonelle og overveide avgjørelser kan fremme en annen type atferd enn de følelsesstyrte handlingene som de gjør impulsivt. For disse ungdommene hjelper det ikke å snakke om sannsynlighet for at en arbeidsulykke kan skje eller konsekvensene av den, siden risikotaking for dem er spontan og er uavhengig av rasjonell beslutningstaking og vurdering av risiko og gevinst. Følgende eksempel er hentet fra

en møbelprodusent med flere unge arbeidstakere: De jobber i en åpen produksjonshall der de blant annet spikrer sammen senger og skap med spikerpistoler. En snekker på 21 år begynner å fyre av spiker mot en kollega på 19, som skyter tilbake. Denne spikerpistolkrigen blir stoppet av eldre kollegaer som er redd for en arbeidsulykke med skader på øyne eller mage, noe som ikke hadde streifet ungdommene.

En tredje gruppe avstår fra å ta risiko, ikke ut fra en bevisst vurdering, men fordi de intuitivt oppfatter kjernen i den risikofylte situasjonen og har risikoavvergende verdier. Det dreier seg altså sjelden om en fullt bevisst logisk vurdering av situasjonen, men derimot om en intuitiv forståelse av situasjonen, de hendelser som kan oppstå og hva man skal gjøre for å avverge og å unngå disse situasjonene.

VURDERE INDIVIDUELT

- Det er viktig ikke å skjære alle unge arbeidstakere over en kam. Virksomheter som sysselsetter unge arbeidstakere, må se disse som

individer og ikke som grupperinger av mennesker som har risikofylt atferd, understreker Finboe Svendsen. Derfor må arbeidsgiver vurdere individuelt om den enkelte arbeidstaker er i stand til å gjøre gitte arbeidsoperasjoner ut fra en helhetsvurdering, der en vurdering av hvordan man tilnærmer seg risikofylt atferd må inngå.

RISIKOAVVERGENDE VERDIER

Arbeidsgiveren skal forebygge arbeidsulykker ved å identifisere risikofylt atferd. Dette kan være et ledd i den nødvendige opplæringen, øving og instruksjon som arbeidsgiver er pålagt etter arbeidsmiljøloven. Praktisk øving er nødvendig for at unge arbeidstakere kan tilegne seg risikoavvergende verdier før hjernen er ferdig utviklet.

FAKTA:

ARBEIDSGIVERS PLIKTER ETTER ARBEIDSMILJØLOVEN

Arbeidsgiver skal organisere og tilrettelegge arbeidet med hensyn til den enkelte arbeidstakers arbeidsevne, kyndighet, alder og øvrige forutsetninger (arbeidsmiljøloven §4-2 andre ledd bokstav b) En slik vurdering må komme i forbindelse med det systematiske HMS-arbeidet (HMS-forskriften, best. nr. 544) For eksempel må unge arbeidstakers umodne hjerne tas med i vurderingen når arbeidet skal legges til rette.

Arbeidsgiver skal gjøre arbeidstakeren kjent med eventuell ulykkes- og helsefare og sørge for nødvendig opplæring, øvelse og instruksjon (§3-2 første ledd bokstav a)

Det er særskilte krav til risikovurdering, tilrettelegging og opplæring for unge arbeidstakere under 18 år. (Arbeid av barn og ungdom best. nr. 554)



- Arbeidsgiveren må ta høyde for at noen ungdommer velger den risikoutsatte handlingen hvis gevinsten oppleves som større enn sannsynligheten for at en ulykke kan skje og konsekvensene av den, sier direktør Ingrid Finboe Svendsen i Arbeidstilsynet.



23 møte- og selskapslokaler midt i Oslo

Oslo Kongressenter tilbyr nå konferansepakker for kun kr 445,- per person

Konferansepakken inneholder:

- Plenumslokale
- Standard teknisk utstyr
- 2-retters lunsj m/mineralvann
- Eksotisk fruktbuffet for lunsj
- Kake etter lunsj
- Betjent garderobe

Tilbudet gjelder ut 2009

Bookingkode: TU-09



Mulighetenes arena

Oslo Kongressenter Folkets Hus BA

Youngsgate 11, 0181 Oslo

Tel: 90 70 99 99

Web: www.kongressenter.no



Nå får du alt på ett sted

Arena Service Team er **totalleverandør** av messevegger, tepper, møbler og belysning. Vi tilbyr profesjonell håndtering av alt det praktiske rundt ditt arrangement, og fungerer som servicekontor for dine utstillere.

- Enklere for deg som arrangør, og kortere monteringsstid i dine lokaler.

ARENA
SERVICE TEAM

kontakt terje@ast.as - tlf 95 08 69 27

høgskole språk ledelse
mesterbrev jus økonomi

finn kurs og utdanning som passer deg

teknisk dokumentkontroll båtførerprøve data

folkeuniversitetet.no

HMS Business English

plan- og bygningsloven
gjør det nå!

vi skreddersyr kurs for bedriften din

 **Folkeuniversitetet**

INDUSTRI
SKOLEN

HMS kurs



Industriskolen har lang erfaring med å utvikle HMS-kurs innen forskjellige temaer og har bygget opp et kurstilbud som gjenspeiler medlemsbedriftenes behov;

HMS Grunnkurs

Målgruppe: Verneombud, førstelinjes arbeidsledere og medlemmer i AMU.

REACH – introduksjon

Målgruppe: Både HMS-innkjøps- og forskningsmedarbeidere samt ledelsen i bedriften.

Rusmisbruk i arbeidslivet

Målgruppe: Personer som har/er aktuelle for ledende funksjoner.

Systematisk HMS-arbeid for arbeidsgivere

Målgruppe: Arbeidsgivere.

"...Vær sikker"

Målgruppe: Personer som har/er aktuelle for ledende funksjoner.

Sikker bruk av kjemikalier

Målgruppe: Ansvarlige for sikkerhet samt arbeidstakere som har kontakt med helsefarlige kjemiske stoffer.

www.industriskolen.no

 Norsk Industri

 **sapio**
DIN OPPLÆRINGSPARTNER

Et sikkert valg på alle fronter

SAPIO TAR
ANSVAR
SAPIO GIR
KONTROLL
SAPIO MINIMERE
ULYKKER
SAPIO SKAPER
OVERBLIKK

Sapio vil gjennom sine sikkerhetsrådgivere være med å styrke fokus på HMS hos bedriftene ved å tilby kvalitetssikret opplæring til deres ansatte.

Vi har lang erfaring innen dette og gir den rette opplæringen fastsatt av Arbeidstilsynet.



 **sapio**
opplæring med mennesket i fokus

Tlf: 4000 1774
www.sapio.no

Arbeidsmiljøsentret er en medlemsorganisasjon med ca. 700 virksomheter i privat og offentlig sektor som medlemmer. Medlemskap i Arbeidsmiljøsentret er en investering i godt arbeidsmiljø, og en økonomisk god investering for virksomheten.

VI ARRANGERER:

- Grunnopplæring i arbeidsmiljø
- Basic HSE course in English
- Arbeidsmiljø til sjøs
- HMS-rådgiverskolen
- HMS-rådgiverskolen Offshore
- Arbeidsrett for deg som ikke er jurist
- Kommunikasjon og samspill – hvordan få et bedre arbeidsmiljø
- Megling i arbeidslivet
- HMS-revisjon av psykososialt og organisatorisk arbeidsmiljø
- Arbeid i arbeidsmiljøutvalg
- Hovedverneombudets rolle og oppgaver
- Aktuelle konferanser
- Arbeidsmiljøkongressen i Grieghallen, Bergen

www.arbeidsmiljo.no •815 59 750• kurs@arbeidsmiljo.no

 **Arbeidsmiljøsentret**
– GJØR ARBEIDSDAGEN DIN BEDRE



➔ Gratis it-lynkurs

I våre lynkurs går vi rett på sak. Målet er at du skal få konkrete innspill til hvordan du kan forbedre din egen virksomhet – gratis!

Se kurstilbudet vårt på www.lynkurs.no. Her er noen smakebiter:

- 25. august – Slik utnytter du mulighetene med virtualisering
- 26. august – Slik lykkes du med it-anskaffelser
- 9. september – Slik unngår du å drukne i informasjonshavet

- Få siste nytt på twitter.com/sterialynkurs
- Følg fagdiskusjonene på LinkedIn-gruppen "Steria Lynkurs"
- Kurs eller workshop for din bedrift? Kontakt gog@steria.no



KS Møtesenter – Midt i byen



KS Møtesenter har en sentral beliggenhet vis à vis Nationaltheatret stasjon og ligger i umiddelbar nærhet til offentlig transport som tog, trikk, t-bane, buss og båt.

Vi har 10 møterom, som tar fra 6 -120 personer. Lokalene er lyse, med air condition, moderne teknisk utstyr og trådløst nettverk.

Vårt fleksible kjøkken tilbyr et variert utvalg av deilig mat som kan inntas i spisesalen i 8. etasje med flott utsikt. Enklere mat kan serveres på møterommet eller i lobbyen i 1. etasje.

Se våre hjemmesider www.kommuneneshus.no og ta gjerne direkte kontakt med oss for å finne ut hva vi kan tilby våre kunder for å sikre et vellykket arrangement.

KS Møtesenter

Haakon VII's gate 9 Booking: 24 13 27 50

E-post: motesenter@ks.no

Det er den menneskelige kapitalen i form av kompetanse og arbeidsinnsats som står for størstedelen av verdiskapningen i bedriftene, og det er de bedriftene som best ta vare på og utvikler denne kapitalen som lykkes!

Kompetanseutvikling i bedrifter

Det er et stadig økende fokus på at kompetanse vil være den viktigste strategiske innsatsfaktoren i bedriftene i årene som kommer. Dette innebærer at bedriftene må være bevisst på;

- > Å koble kompetanseutvikling til bedriftens strategi
- > Å være bevisst på at økt kompetanse i bedriften vil øke bedriftens konkurranseevne og derved lønnsomhet og overlevelsessevne i et stadig tøffere internasjonalt marked.
- > Kompetanse er dyrt, og feilinvesteringer er desto dyrere. Det gjelder å investere i den kompetansen som bedriften trenger nå og noen år frem i tid.
- > Med en strategisk kompetanseutvikling menes en prosess der bedriften tar utgangspunkt i spørsmålet: Hvor vil vi være om 2-3 år?

VIL FREMTIDEN KREVE AT VI MÅ HA MER KOMPETANSE, FLERE FAGARBEIDERE, FLERE MEDARBEIDERE MED SPESIELLE SERTIFIKATER, MER SPISSKOMPETANSE?

Vil de som har slik kompetanse i dag slutte eller gå av med pensjon innen de kommende årene, hvordan skal vi erstatte denne kompetansen? Kan vi oppgradere enkelte av våre medarbeidere, hvem skal vi i så tilfelle satse på? Skal vi utvikle egen kompetanse eller skal vi leie/kjøre inn kompetanse fra andre?

Er det et gap mellom den kompetansen vi har og den kompetansen vi trenger om 2 -3 år?

FLERE KRAV

Både kunder og myndigheter stiller ny krav overfor bedriftene. Det stilles krav om sertifisering av produksjonsprosessen, av miljøstandarder, HMS- standard mv. Videre kreves sertifisering av fagarbeidere som skal utføre spesielle arbeidsoperasjoner eller ha ansvar for gjennomføring av spesielle prosjekter. Hvor ender alt dette?

Strategi er å være bevisst på hvor man vil og å handle deretter. Det viktigste er å forankre denne bevisstheten i bedriftens ledelse og – ikke minst få bedriftens medarbeidere til å gå for strategien. Alle bedrifter vil øke inntjening og

konkurransekraften. De aller fleste bedrifter vil i tillegg fremstå som nyskapende bedrifter.

Ansvar og driftkraften i enhver innovasjonsprosess ligger hos enkeltpersoner og bedrifter.

Vi må anta at konkurransen blir stadig mer internasjonal. Det er ikke lenger tilstrekkelig å være best på hjemmemarkedet, bedriftene må også være gode internasjonalt. De bedriftene som tar denne utviklingen innover seg og legger opp strategien etter dette vil ha de beste mulighetene ikke bare til å overleve, men ikke minst til å tjene penger og bli en bedre bedrift.

Målet med å drive strategisk kompetanseutvikling i en bedrift er å øke lønnsomheten, inntjeningen og derved konkurransekraften.

DET ER VIKTIG Å FINNE EN GOD "MATCH MELLOM TILBUD OG ETTERSPORSEL AV KOMPETANSE SLIK AT MAN FÅR MEST MULIG EFFEKT UT AV PENGENE SOM ER INVESTERT I KOMPETANSETILTAK. EN GOD BESTILLING ER EN SOM ER MEST MULIG "SKREDDERSYDD"

AKTIV INTERESSE

Når ansatte er i gang med opplæringstiltak er det viktig at bedriften følger disse opp og viser en aktiv interesse for tiltaket.

Den ansatt kan utfordres til å gi en kort presentasjon av hva de holder på med, hva de lærer og hvilke erfaringer og nettverk de har fått. Dette er viktig av minst to grunner;

- > De andre ansatte "vet hvem som vet hva"
- > Dette kan inspirere andre ansatte
- > Bedriften blir delaktig i kunnskapen
- > Forsterker den kollektive læringen i bedriften

Dersom alle ansatte som tar kurs og utdanning pløyer sin kunnskap inn i bedriften, vil dette gi bedriften et løft.

En tilbakemelding vil i tillegg være en viktig funksjon i evalueringen av tiltaket og derved gi grunnlag for utvikling av nye strategier.

Kilde: www.innovasjon norge.no - Utdrag fra Manual for; Strategisk kompetanseutvikling i bedrifter i Nordland.

THE CONTINENTAL EXPERIENCE



Hotel Continental vet hva som skal til, enten det er snakk om effektive møter, en smakfull middag eller en storslagen feiring. Femstjerners service – og rom til å fokusere på det som er viktig.

Vi tilbyr:

- Dagpakker fra kr. 570,-
- Treretters middag fra kr. 595,- per person

Kontakt oss på konferanse@hotel-continental.no eller +47 22 82 40 80.



We have spent a hundred years preparing just for you



Kurs i Oslo

Mantena AS holder kurs i lodding, Tig / Mig - Mag sveising, elektrodesveising samt sertifiseringskurs for kjølemontører etter NS-EN 13133 & NS-EN 13134.

Kurs i varmt arbeid. Norweld Control service AS sertifiserer sveisere i de ulike sveisemetoder. Kursene holdes normalt på dagtid, men kveldskurs er også mulig å sette opp.

Kontakt angående kurs

Mantena AS, Kåre Elvebråten, mobil 91 37 43 11
e-post: kare.elvebraten@mantena.no

Kontakt sertifisering sveis

Norweld Control service AS
Svein Roar Svendsen, mobil 90 86 41 11
e-post: svein.roar@norweld.no



2 - 200



VIKING KONFERANSEENTER

Profesjonell folkelighet, fleksibilitet og grønt gress!

Viking Konferansesenter hører til i Stavanger-regionens storstue, Viking Stadion. Utsikt til de ruvende tribunen og den **grønneste** gressmatten forteller om verdien av lagspill og å kjempe for resultatene.

Alle lokaler inkluderer prosjektor med lerret, trådløs internettoppkobling og penn/papir. Vi har 45 møtelokaler som fungerer som møterom fra 2-200 personer. Vær tidlig ute, begynn planlegging av julebordet nå. Vi har kapasitet til selskaper opp til 550 personer i ett og samme lokale. Vi møter våre gjester med kompetanse og kreativitet, og skreddersyr opplegg tilpasset ethvert behov.



ta kontakt!

Tlf 51 32 97 19

www.viking-konferanse.no

post@viking-konferanse.no

Jåttåvgveien 11A,
4020 STAVANGER

- 08:00 Viking åpner dørene
- 08:11 Deltakerne presenteres
- 08:17 Kursdeltaker Hansen legger et godt innlegg, mens frukten serveres
- 08:58 Foredragsholder Bertelsen forsvarer seg godt.
- 10:03 Deltaker Høiland har knapt nok sagt noe under hele møtet, men skyter en verbal perle mot forsamlingen.
- 11:25 Da er det pause
- 11:30 Lunsjen serveres med presisjon i restaurant Ein blåe dag
- 12:15 Kursholder Øvrebø blåser i gang andre omgang.
- 12:47 Deltaker Fillo gis et gult kort grunnet en stygg avbrytning av Thomassen.
- 13:33 Et knallhardt argument settes av Steenslid etter et nydelig innlegg av sin arbeidskollega Pereira.
- 14:30 Sokolowski springer i rom i gangene ved kaffebuffeten.
- 15:25 Det går mot ekstra-omgang.
- 15:55 Sjokoladecookies og drikke gis til deltakerne.
- 16:00 Møtet er slutt, begge parter må se seg fornøyd med dette resultatet og takker for kampen.



Sykefraværet gikk opp fra 7,4 til 7,7 prosent fra 1. kvartal 2008 til 1. kvartal 2009

Vekst i sykefraværet

Veksten i sykefraværet var også dette kvartalet sterkest innenfor næringer som bygge- og anleggsvirksomhet, produksjon av metallvarer og deler til motorkjøretøyer, salg av motorkjøretøy og visse forretningstjenester. Dette er næringer som i stor grad er påvirket av finanskrisen. Mens det samlede sykefraværet vokste med 3,3 prosent fra 1. kvartal 2008 til 1. kvartal 2009, var veksten i disse næringene på godt over 7 prosent.

MENN ØKER MEST

Menn har en større andel sysselsatte i privat sektor enn kvinner, og særlig i næringer påvirket av finanskrisen. Økningen i det totale sykefraværet for menn fra 1. kvartal 2008 til 1. kvartal 2009 kom i all hovedsak i det legemeldte sykefraværet, som vokste med 7,6 prosent. For kvinner var veksten på 0,8 prosent. Det egenmeldte sykefraværet for menn var uendret, mens det økte med 1,2 prosent for kvinner. Fortsatt var nivået på sykefraværet for menn lavere enn for kvinner, henholdsvis 6,2 og 9,5 prosent.

VEKST I DE FLESTE FYLKER

Størst økning i sykefraværet hadde Aust-Agder og Telemark med henholdsvis 10,4 og 8,3 prosent. I Finnmark falt sykefraværet med 3,6 prosent.

Finnmark hadde fortsatt det høyeste sykefraværet, 9,6 prosent, mens Rogaland lå lavest, med 6,2 prosent.

Kilde: Statistisk Sentralbyrå.



Sertifiserte medarbeidere er bedriftens viktigste kvalitetsbevis

HP tilbyr kurs på alle sine produkter & løsninger
www.hp.no/education

Innenfor IT Service Management:

- opplæring og sertifisering
- prosessutvikling
- støtteverktøy
- endringskontroll
- outsourcing



NY SHOW I HØST:
Voila!
PREMIERE 3 SEPTEMBER

NÅR DU VIL AT DIN KONFERANSE SKAL BLI EN UFORGLEMMELIG OPPLEVELSE

Wallmans Salonger Oslo tilbyr noe helt unikt for deg som konferansearrangør. Lokalene er inspirerende og utradisjonelle, men allikevel sentralt beliggende i Oslo.

WALLMANS SALONGER OSLO

OSLO • KØPENHAMN • STOCKHOLM • HELSINGBORG • ÅRE

BESTILL: 23 22 65 90 • WALLMANS.NO • BOOKING@WALLMANS.COM
MØLLEPARKEN 6, 0459 OSLO

Økt sikkerhet og produktivitet

– Assessio tilbyr Nordens største sortiment av arbeidspsykologiske tester!



Som ledere blir du stadig stilt overfor kravet om å levere sikre resultater med hjelp av det mest uforutsigbare som finnes – mennesker. Gode arbeidspsykologiske tester som brukes på riktig måte, er den mest effektive måten å få et objektivt beslutningsgrunnlag på når det gjelder personalressurser. Assessio tilbyr et bredt utvalg arbeidspsykologiske tester til utvelgelse, utvikling, karriererådgivning, etc. Blant våre produkter finnes velrenommerte tester som Myers-Briggs Type Indicator®, Catell 16PF®, Hogan Assessment Systems og Ravens Matriser.

I vår utviklingsavdeling arbeider psykologer og psykometrikere for å sikre testenes kvalitet i samsvar med de retningslinjer som er formulert av Stiftelsen för Tillämpad Psykologi (STP), Det Norske Veritas (DNV) og British Psychological Society (BPS).

Om Assessio

Assessio ble startet i 1954 av det svenske Psykologforbundet og er Nordens ledende virksomhet innenfor human resources, eller personalressurser. Sammen med våre oppdragsgivere frigjør vi potensialet i dagens medarbeidere og ledere, rekrutterer de rette personene til morgendagen og legger opp strategier for fremtidens personalbehov. Assessios virksomhet bygger på aktuell forskning innenfor arbeidspsykologi. Våre dokumenterte effektive metoder setter deg i stand til å treffe HR-beslutninger ut fra relevante og objektive fakta. Samarbeid med Assessio gir derfor klart målbare resultater – både menneskelig og økonomisk.

Les mer om våre tester og kurs på www.assessio.no eller kontakt oss på telefon 22 12 80 40


Assessio
predicting success

Møtes i Oslo?



- Er ditt fagmiljø medlem av internasjonale organisasjoner eller nettverk?
- Har du noen gang vurdert å arrangere et møte i Oslo?
- Er du allerede i gang med å planlegge en konferanse eller et møte?
- Trenger du informasjon om å arrangere møter for 6 - 6000 personer?

Svaret du ja på noe av dette, hører vi gjerne fra deg. Vi kan gi deg gode råd og tips om hvordan planlegging og gjennomføring kan bli enklere.

Vi har også god kunnskap om tilbudene i hovedstaden, og fungerer som et nøytralt bindeledd mellom deg og de forskjellige aktørene i byens møte- og konferansenæring.

Kontakt oss for mer informasjon!
VisitOSLO Kongressavdelingen
Grev Wedels plass 4, 0151 Oslo
Tel. 23 10 62 00 - kongress@visitoslo.com
www.visitoslo.com/konferanse



En god idé kan godt bli hengende i løse luften - så lenge den lander trygt igjen.

Ta med arbeidsgruppen og diskuter fallskjerm på Voss.

Fleischer's Hotel
NO-5700 Voss
Tel: (+47) 56 52 05 00
Faks: (+47) 56 52 05 01
Email: hotel@fleischers.no
www.fleischers.no

De historiske
HOTEL & SPAHOTEL
www.dehistoriske.no


Fleischer's Hotel
eventyrlig atmosfære siden 1864

Kvalifiserte medarbeidere gir sikkert arbeidsmiljø

Vi tilbyr kurs innen:

- Sikkerhet & Ansvar Modul 1.1
- Stropp / Anhukerkurs G11
- Traverskranfører G4
- Riggerkurs
- Hydraulikkurs
- Masseforflytningsmaskiner
- HMS Verne & Miljø

Sjekk www.biks.no for andre kurs.



BiKS

Tlf. 55 70 70 55, Vågsgaten 6, 5161 Laksevåg - www.biks.no

hovden

TA MED DINE KOLLEGAER
TIL HOVDEN I SETESDAL !



Vi tilrettelegger overnatting, møter, kurs og konferanser, julebord og andre bord, gode matopplevelser og aktiviteter med store og små utfordringer!

Kontakt destinasjonsselskapet På Hovden:
Send mail til bedrift@hovden.com eller ring 37939 374
Håsen Håsin Christensen

hovden.com

Trodde du det viktigste for teamet var å få til gode interne prosesser? Mange team feiler ikke pga. dårlige interne prosesser, men fordi de ikke arbeider effektivt utover teamets grenser. Større fokus på teamets eksterne aktiviteter kan skape mer effektive team.

Effektive team har ingen grenser

TEKST
THERESE SVERDRUP
& VIDAR SCHEI

I EN TID MED STADIGE OMSTILLINGER OG HURTIG SKIFTENDE KRAV ER BEHOVET FOR TEAM SOM EVNER Å LEVE MED OMGIVELSENE STERKT ØKENDE.



Tradisjonelt har formelen for suksessfulle team vært å skape gode interne prosesser. Moderne organisasjoner setter imidlertid store krav til teams evne til å fange opp signaler fra omgivelsene, knytte til seg ekstern ekspertise, samt kommunisere sine prestasjoner utad. Suksess for slike team avhenger derfor i stor grad av evnen til å drive eksterne aktiviteter. Å sette sammen et godt team blir derfor ikke bare et spørsmål om hvordan medlemmene passer sammen (intern dynamikk), men like mye et spørsmål om hvilke ressurser medlemmene har å trekke på i sine nettverk.

X-TEAMS

Deborah Ancona og Henrik Bresman har fulgt flere hundre team gjennom en årrekke og konkluderer i sin siste bok "X-teams" fra 2007 at de mest suksessfulle teamene er mer eksternt orienterte enn andre team. Hovedelementene i såkalte X-teams er at de har et sterkt fokus eksternt (og ikke bare internt), at medlemmene har utstrakte bånd utenfor teamet og at medlemskap og roller er fleksible. For eksempel ansatte ett av teamene de fulgte en nyutdannet ingeniør ene og alene fordi han hadde utstrakte bånd inn til Harvard-miljøet. Å utvikle X-team i sin fulle form er krevende og mest egnet for organisasjoner som er kritisk avhengig av innovative prosesser. Samtidig kan de fleste typer av team ha stor nytte av å sette fokus på eksterne aktiviteter. Dette fokuset bør imidlertid være proaktivt og planlagt heller enn som det ofte er, en reaksjon på problemer som oppstår i teamet.

EKSTERNE AKTIVITETER

X-teams tenker hele tiden tilgang til ressurser og informasjon. Dette gjøres gjennom ambassadøraktiviteter og speideraktiviteter. Ambassadøraktiviteter handler om kommunikasjon utover mot omgivelsene for å sikre tilgang til ressurser. Dette gjøres gjennom å markedsføre teamets innsats, pleie teamets rykte, lobbe for ressurser og holde oversikt over allierte og konkurrenter i de interne politiske prosessene. Videre er de eksperter på å dokumentere og kommunisere sine resultater til ledelsen som tross alt kontrollerer teamets ressurser og belønninger.

Når teamet anvender speideraktiviteter er målet å hente inn mest mulig kunnskap og ekspertise både internt i organisasjonen og eksternt i omgivelsene. Dette kan gjøres mer formelt gjennom bruk av konsulenter, eller mer uformelt over en kaffekopp med en gammel forskerkollega. Noen team vil klare seg med en grundig speideraktivitet tidlig i teamets levetid, mens team som opererer i turbulente omgivelser må holde seg løpende oppdatert på hva som skjer utenfor teamet. Poenget er at teamet klarer å fange opp signaler fra kunder og andre interessenter, samtidig som de trekker aktivt på spesialister og miljøer med nødvendig kompetanse.

LEDERENS PARADOKS

Det mest grunnleggende kjennetegnet ved X-teams er fleksibilitet, der medlemskapet er skiftende, avhengig av hvor man er i prosjektet. Dette gjør at teamledere står overfor store utfordringer når de skal håndtere både de skiftende relasjonene internt og de eksterne aktivitetene i teamet. Ett første steg for å håndtere disse utfordringene kan være å eksplisitt drøfte med medlemmene viktigheten av å både ivareta interne og eksterne aktiviteter. Samtidig bør mål og suksesskriterier diskuteres så tidlig som mulig. Endelig kan teamet etablere klare spilleregler for hvordan teamarbeidet skal foregå. Dette kan gjerne nedfelles i en form for teamkontrakt hvor medlemmene blir enige om hvordan interne og eksterne aktiviteter skal gjennomføres.

Å utvikle X-team i sin fulle form er krevende og mest egnet for organisasjoner som er kritisk avhengig av innovative prosesser.

I en tid med stadige omstillinger og hurtig skiftende krav er behovet for team som evner å leve med omgivelsene sterkt økende. Team som er proaktive i forhold til eksterne aktiviteter, som trekker på ekstern kompetanse og har fleksible grenser for medlemskap, har derfor gode forutsetninger for å lykkes.

Artikkelforfatterne arbeider ved Institutt for strategi og ledelse ved Norges Handelshøyskole

www.HYTORC.no
 TM
 ETBL. 1989

3-dagers kurs i flensetrekking
 OLF/PSK godkjent.

20 år med kvalitet og service.
 Momentverktøy er vårt fag.

Opplysninger om dette
 v/Kristin Kverneland tlf.: 51715411

Sandeletta 14, 4050 Sola
 Tlf.: 51 71 54 00 - www.hytorc.no



Møter
 designet for deres
 suksess

Radisson SAS Atlantic Hotel, midt i hjertet av byen!
 Vi legger til rette for et vellykket møte fra 10 til 500 deltagere.

- lett tilgjengelig • flybuss fra hotellet, ca 200 m fra jernbanestasjonen
- 100% Guest Satisfaction Guarantee
- Gratis trådløst bredband • også for alle møtedeltagere

Kontakt vårt engasjerte salgsteam:
 sales.atlantic.stavanger@radissonsas.com

+47 51 76 00 03
 atlantic.stavanger.radissonsas.com

Konferanse stemning
 - den finner du hos oss!

Vi tilbyr valgfri aktivitet i din møtepakke. Velg mellom spennende opplevelser som **viking blot**, **sykkeltur** i historiske omgivelser eller fartsfylt rally.

Fra kr **1100,-** pr pers i dbl rom m/helpensjon

Velkommen til **Horten**

Bestill i dag!
 Tlf: +47 33 04 17 22
 salgssjef@
 grandocean.norlandia.no
 www.norlandia.no/grandocean

Norlandia Grand Ocean Hotell

Hev din kompetanse
 - delta på kurs hos Standard Online!

Standard Online AS tilbyr i samarbeid med Standard Norge kurs innenfor flere viktige områder relatert til standarder.

Vi holder blant annet kurs i:

- NS 3420 Beskrivelsestekster for bygg, anlegg og installasjoner
- Kontraksstandarder, blant annet NS 8405 og NS 8406
- Eurokoder
- Riskovurderinger

Les mer på:
standard.no/kurs

standard.no
 - din leverandør av norske og utenlandske standarder

Norges Tekniske Vitenskapsakademi, NTVA, inviterer til:

NTVA Technology Forum 2009

Wednesday September 9th 2009.
 Seminar in Trondheim, Norway at Lerchendal gård, Strindvegen 2.

Internet: Global Market – National Opportunities

Key questions to be answered include:

- Which factors are driving the Internet evolution?
- What technologies are basis for the Future Internet?
- How to govern the Future Internet balancing local and global concerns?
- What will future naming and addressing regimes allow?
- How to do business in the Future Internet area?
- What is the value of Internet service quality?
- Which actions should be undertaken to be successful in this area?

More information: www.ntva.no

NTVA
 Norwegian Academy of
 Technological Sciences
www.ntva.no

Lerchendal gård, 7491 Trondheim, Phone: (+47) 73 59 54 63, Fax: (+47)73 59 08 30
 NTVAmail@ntva.ntnu.no

INSPIRASJON OG KOMFORT!

Kurs og konferanse i en historisk særpreget og inspirerende ramme blant myke sanddyner på Solastranden.

- 80 lyse og trivelige rom
- Praktfull beliggenhet og historisk særpreget
- To velutstyrte kurs- og konferanseavdelinger
- Nær Stavanger Lufthavn Sola
- Kun 15 km til Stavanger og Sandnes
- Førsteklasses kjøkken og bar med alle rettigheter

Tlf. 51 94 30 00 | booking@sola-strandhotel.no | www.sola-strandhotel.no

Overnatting
 fra
 kr. 695,-

11 møterom

Dagpakke
 fra
 kr. 375,-

- 208 rom
- Eget parkeringshus
- 800 meter fra sentrum
- Gratis parkering

www.stavanger.parkinnhotell.no

Kontakt oss for et godt tilbud!
 T: 51 76 02 30
sales.stavanger@rezidorparkinn.com

TEKST
TORUNN GJERUSTAD
FOTO
NORGES IDRETTSHØYSKOLE

Fysisk aktive ansatte har større kapasitet

De som er fysisk aktive har større arbeidskapasitet enn andre. God form gir mer utholdenhet både for kroppen og hodet. Det er en fordel å være sprek, uansett hvilken jobb man har.



MENNESKET ER SKAPT TIL Å BRUKE KROPPEN, MENS SAMFUNNET MER OG MER LEGGER OPP TIL PASSIVITET.

Gevinsten av at ansatte er fysisk aktive er stor for både arbeidsgivere og arbeidstakere. Trening gir fysisk og psykisk velvære, daglige bekymringer reduseres, og kroppens energi brukes på en bedre måte. Aktivitet er med på å regulere appetitten og gir bedre søvn. Det koster mindre å gjøre det jobben krever om man er i god form, sier forsker, Lars Tore Ronglan ved Seksjon for coaching og psykologi på Norges idrettshøgskole.

Mennesket er skapt til å bruke kroppen, mens samfunnet mer og mer legger opp til passivitet. Arbeidslivet og livet for øvrig innbyr til lite bruk av kroppen dersom man ikke selv går inn for det. Det er ofte en heis, rulletrapp, buss eller en bil som hjelper kroppen å komme fra a til å. Videre har vi mange maskiner og innretninger som bistår oss i å løse hverdagens ulike arbeidsoppgaver.

EN AKTIV KROPP FOREBYGGER BELASTNINGSSKADER

De som har anstrengende og stillesittende arbeidsstillinger må være bevisste på å ta pauser og å gjøre andre bevegelser. Dette gjelder f.eks alle

som sitter og taster foran en skjerm hver dag. Tannleger er et annet eksempel på jobbing som krever mye av kroppen fordi man har stille-sittende og krevende arbeidsstillinger.

Også fysisk anstrengende jobber kan være ensidige og da er det viktig å veie opp med å bruke resten av kroppen også for å unngå slitasjer og belastningskader. Er man fysisk aktiv vil kroppen takle slike arbeids-situasjoner bedre, slår Lars Tore Ronglan fast.

ARBEIDSMILJØLOVEN KUNNE VÆRT MER FORPLIKTENDE

I følge arbeidsmiljølovens § 3-4 plikter arbeidsgiver å vurdere tiltak for å fremme fysisk aktivitet blant arbeidstakerne. Men det holder at en arbeidsgiver kan dokumentere at dette er tenkt på i tilknytning til HMS-arbeidet. Det kreves dermed ikke konkrete tiltak for økt fysisk aktivitet.

- Det er veldig uforpliktende slik det står nå. Som fagperson skulle jeg gjerne sett at arbeidsgiver var forpliktet til å tilrettelegge for aktivitet og ikke bare vurdere tiltak. Jeg tror at bedriftene får en økonomisk gevinst, for ikke å snakke om helsegevinsten til den enkelt og samfunnet, mener forsker Ronglan.

VIKTIG Å TILRETTELEGGE FOR ULIKE MÅLGRUPPER

Treningstilbudet til ansatte varierer veldig fra arbeidsplass til arbeidsplass. Noen får sponset medlemskap i et treningsstudio og andre får ulike tilbud om trening på arbeidsplassen. Det begynner også å bli vanlig at arbeids-

giver tilbyr trening i arbeidstiden med lønn. Kritikere til slike ordninger mener at tilbudet brukes av de som allerede er fysisk aktive og dermed også vil være fysisk aktive selv om tilbudet skulle falle bort.

MÅ IKKE LIDE NEDERLAG

For å få til et tilbud som treffer både de aktive og inaktive er det viktig å tilrettelegge for de ulike målgruppene. Dersom man oppfatter seg selv som inaktiv er det vanskelig å bli med på aktiviteter hvor de som alltid har vært fysisk aktive er med. Har du aldri spilt fotball før eller hoppet hekk frister det neppe i godt voksen alder å kaste seg ut i dette. Spesielt dersom du ser at de som allerede er med er gamle "stjerner" som gjør et lite comeback i bedriftsidretten.

Det må ikke være skummelt å være med, og det bør helst ikke kreve førkunnskaper som teknikk og rutine. Det må være lav terskel for å mestre aktiviteten slik at man finner gleden og oppleve utbytte av innsatsen og unngår å lide nederlag.

REDUSERER FYSISK AKTIVITET SYKEFRAVÆRET?

Det er vist seg vanskelig å se en klar sammenheng mellom fysisk aktivitet og reduksjon i sykefravær. Det kan likevel være en sammenheng, men det er vanskelig å vise faktiske tall. Alvorlige helseproblemer kan ikke lett løses med fysisk aktivitet alene. Grunnen til at det er vanskelig å sette opp klare regnestykker er at sykefravær er komplekst og sammensatt.

SKAPE ET SOSIALT FELLESSKAP

På store arbeidsplasser er det viktig å ha sosiale arenaer som går på tvers av avdelinger og seksjoner. Her kan bedriftsidrett spille en viktig rolle. Felles idrettslige tilbud blir en arena hvor folk fra forskjellige avdelinger møtes og det skapes et sosialt fellesskap som kan gi positive effekter både for den enkelte ansatte og for arbeidsgiver.

Med andre ord er fysisk aktive medarbeidere en vinn vinn situasjon for enkelt mennesket, bedriften og samfunnet.

En trent kropp er bedre rustet for dagens arbeidskrav. Utfordringen for bedrifter er å tilrettelegge og oppfordre sine ansatte til å være fysisk aktive. Oppfordringen til ansatte, og da spesielt de som ikke er fysisk aktive, er å ta i mot slike tilbud med begge armene og beina og bruke kroppen!

Torunn Gjerustad er informasjonsrådgiver ved Norges idrettshøgskole



Thon Hotel Opera – møteplass i sentrum av Oslo

Dagkurspakke fra kr. 495,- *

Thon Hotel Opera ligger like ved Operaen i Bjørvika og en 20 meters spasertur fra Flytogterminalen på Oslo S. Vi har møtekapasitet for opptil 220 deltakere i konferanserom med gode tekniske fasiliteter.

Med kort reisevei får du mer tid til det faglige, og hvem vet, kanskje også litt shopping i kjøpesentrene eller langs Karl Johans gate rett ved hotellet. Dagkurspakke inkluderer konferanserom, kaffe / pauseservering, stor lunsjbuffet og projektor / lydutstyr.

Det er enkelt å bestille møterom hos oss: Ring oss, og du får en dedikert kontaktperson som følger deg gjennom hele prosessen, helt frem til arrangementet er gjennomført. Det skulle bare mangle!

*Prisen gjelder i helger og utvalgte perioder av året.



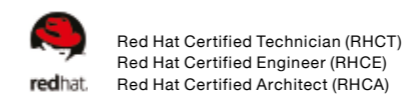
For bestilling ta kontakt med vår bookingavdeling på
tel: 24 10 30 30 eller mail: opera@thonhotels.no



Nordens ledende på kurs og sertifisering innen fri programvare



Vår kursportefølje dekker de fleste kurs, fra sluttbrukerkurs til avanserte systemadministrasjon- og programmeringskurs. Kursinstruktørene våre er erfarne og tungt sertifiserte konsulenter, med praktisk erfaring med problemløsning i arbeidslivet. Vi tilbyr rundt 50 standardkurs med tilhørende sertifiseringer, i tillegg til skreddersydde og bedriftsinterne kurs. Les mer på redpill-linpro.no/kurs eller kontakt oss på 21 54 41 10.



Red Hat Certified Technician (RHCT)
Red Hat Certified Engineer (RHCE)
Red Hat Certified Architect (RHCA)



Apple Certified Help Desk Specialist (ACHDS)
Apple Certified Technical Coordinator (ACTC)
Apple Certified System Administrator (ACSA)



Novell Certified Linux Professional (Novell CLP10)
Novell Certified Linux Engineer 10 (Novell CLE10)



Ubuntu Certified Professional (UCP)
Linux Professional Institute Certification Level 1 (LPIC 1)



MySQL 5.0 Developer Certification
MySQL 5.0 Database Administrator Certification Exams
MySQL Core Certification



Zend Certified Engineer (ZCE)



redpill-linpro.no

PRODUKTER • UTVIKLING • APPLIKASJONSFORVALTNING • DRIFT • KURS • SUPPORT

KOMMUNIKASJON OG ENDRINGSLÆRE

Står du foran nye utfordringer?
Er jobbsituasjonen stressende?
Vil du bli tydeligere i din kommunikasjon?
Trenger du å komme i mental toppform?

NLP anses i dag som et av de mest velegnede og velfungerende strategier for å utvikle sine ferdigheter innen kommunikasjon, motivasjon og ledelse/selvledelse.

NLP Centeret tilbyr løsninger for de fleste behov – alt fra personlig coaching, kurs i stressmestring og personlig utvikling til full utdannelse til sertifisert coach i henhold til Norsk Bransjestandard for Coaching.

NLP Centeret avholder kurs flere steder i landet.
Se kurskalender på vår hjemmeside www.nlpcenteret.no



NLP Centeret
Strømsveien 80, 2010 Strømmen
Tlf. 638 00 638 - post@nlpcenteret.no

Kurs i forebyggende brannvern

Norsk brannvernforening er en uavhengig stiftelse som arbeider for et tryggere samfunn. Gjennom informasjon, opplæring og rådgivning hjelper vi mennesker, bedrifter og organisasjoner til å ta ansvar for sin egen brannsikkerhet.

Vi tilbyr et utvalg av kurs rettet mot alle aspekter innen forebyggende brannvern. Både innenfor systematisk brannsikkerhetsarbeid i virksomheter og prosjektering av bygningsmessig brannsikkerhet. For fullstendig kurskalender og påmelding, klikk deg inn på følgende nettside: www.brannvernforeningen.no.



Norsk
brannvernforening

Telefon: 23157100 Telefaks: 23157101 E-post: kurs@brannvernforeningen.no



Reis med NSB til konferansen. Godt for miljøet – og budsjettet.

Toget er både miljøvennlig og komfortabelt, og gir deg ekstra tid til forberedelser på vei til konferansen. Vi har gunstige grupperabatter og gode hotellsamarbeidspartnere i nærheten av togstasjonene.

Se **nsb.no** for mer informasjon og ring oss gjerne på **815 00 888** for et tilbud!