

ET MAGASIN OM OSS SOM LEVERER

PEOPLE

by PostNord

#2 2019

150

fantastiske
PostNord-medarbeidere
i dette nummeret:
Haseeb blir starstruck,
Mirja skrur opp volumet
og **Torbjørn** tar i.
Og 147 til.

**Fleiper
du, eller?**
Derfor kan
ikke **Nathalie**
slutte å le.

postnord

The new flexible T-Cross.



An interior easy to rearrange to suit your needs – the new T-Cross is adjustable, allowing more legroom, or more room for luggage, or the space to load very long things. Moreover, lots of advanced safety features are included. For example, the new T-Cross brakes for pedestrians, helps keeping you in the lane, and warns you when you get tired. Discover the greatness of a compact SUV.

Find your nearest dealer on www.volkswagen.se

Bränsleförbrukning blandad körning från 5,9 – 6,3 l/100 km. CO₂-utsläpp från 131 – 142 g/km. Skattegrundande CO₂-utsläpp från 112 g/km. Miljöklass Euro Bilén på bilden är extrautrustad. Vi reserverar oss för ändringar och avvikelser.



Volkswagen

KONKLUSJONEN*

PostNord ❤️ en god latter

>>> Per Nordberg, logistikkspesialist i Örebro, har arvet humoren fra foreldrene og har alltid en vittighet på lager: «Å kunne le sammen gjør jo jobben så mye enklere», sier han. Postbud Nathalie Pålsson i Malmö spøker hver dag med de som bor langs ruten hennes – inkludert skilpaddene. Haseeb Zeb prosessoptimaliserte overrekkelsen av blomster til dronning Margrethe av Danmark, og sammenligner henne med Terminator.
Konklusjon: Skal du invitere kolleger på fest, trenger du aldri være redd for at det skal bli stille og kjedelig. PostNord-medarbeidere elsker å le.

*Basert på intervjuene i bladet trekker redaksjonen en høyst uvitenskapelig konklusjon om hva som forener PostNord-medarbeiderne.

PS.

>>> Ved fødselen hadde du en blodmengde bare tilsvarende en kaffekopp. Som voksen har du rundt fem liter, og i løpet av en dag fraktes blodet 1900 mil gjennom blodårene i kroppen. Hvis vi hadde lagt årene etter hverandre på bakken, ville de strukket seg to ganger rundt jorden. Les den setningen om igjen, og la den synke inn!

Hvor er nyhetene?

People by PostNord er et blad som forteller om PostNords medarbeidere. Du som har tilgang til PostNords intranett, finner nyheter og informasjon der. Kommenter gjerne artiklene i Yammer-gruppen: People by PostNord.

BILDER BAK SCENEN



OSLO. Vår fotograf Chris Maluszynski møter tidligere norsk mester i håndbak: Torbjørn Vollan.



VÄXJÖ. Mikaela Linnér med hesten Shadow, som verken likte kameraet, blitsen eller fotografen.



Følg oss på Instagram
@peoplebypostnord

Velkommen!

En helt vanlig dag gjør en forskjell

Noen jobber vi tett sammen med og kjenner godt. Andre ser vi hver dag, men vet nesten ingenting om. Jeg tenker på kollegene. De som i beste fall er som en ekstra familie. Som vi kan le sammen med, eller som kan peppe oss opp når vi har en dårlig dag. Eller inspirere oss til forandring i stort og smått.

Med tanke på at vi er så mange som jobber i PostNord, er det kanskje ikke så rart at vi har kolleger med alle mulige interesser og talenter. I dette nummeret kan du blant annet lese om Iben fra Askov som sykler 20 mil i uken, eller terminalarbeider Mikaela i Växjö som galopperer seg gjennom en blanding av maraton og Formel 1-løp. Eller Torbjørn i Oslo, en gang norsk mester i håndbak, med ambisjon om å bli det igjen.

At virksomheten vår og den samlede ekspertisen spenner over et bredt felt, er det kanskje ikke like mange som tenker på. Men det vi sammen utretter i løpet av en arbeidsuke, er alt fra å levere fødselsdagshilsener og e-shoppede antrekk til å sørge for at viktige reservedeler kommer frem til den som skal fikse og reparere. Og da mener jeg ikke bare reservedeler til industrien, men også til for eksempel helsevesenet.

Vi gjør en livsviktig innsats når blod og organer transporteres mellom sykehus. Hvert år utfører vi ca. 30 000 transporter med blod og legemidler. Det er en oppgave der vi ikke kan ha en dårlig dag, der hvert minutt bokstavelig talt er livsviktig. I dette nummeret følger vi med budsjåfør Mikael i Göteborg som ikke har hatt en dårlig dag på ti år.

Bedriften vår er et maskineri som i hvert fall jeg synes er inspirerende å være en del av. Tanken på hvordan vi sammen bidrar og er en brikke i menneskers hverdag, dag etter dag, uansett vær og årstid. ■



MALIN NORDÉN
Sjefredaktør,
People by PostNord

Malin

PEOPLE BY POSTNORD

Sjefredaktør: Malin Nordén **Landsredaktører:** Robert Långström (Sv), Michael Kirkeby (Dk), Maiju Karhunen (Fi) og Sigurd Bjerke (No) **Form:** Erik Westin

Bileredaktør: Magnus Laupa **Språkkordinator:** Louise Holpp

Andre medvirkende: Eriq Agéll, Julia Spector, Bjørn Thorvaldsen, Grethe-Birgitte Friis Jakobsen, Salla Virkkunen, Malin Dahlberg og Fredrik Arvidsson

Produksjon: Spoon **Trykk:** V-TAB **E-post:** peopleby@postnord.com



44

Iben holder tempoet.



Lotte tar føringen.

10



Magnus har det morsommere enn noensinne.

49



64 Abdelhad skifter til første gir.



36

Henri holder varmen.



18

Ellen er på viktig oppdrag.

22

Mikael kjører for livet.



Vi er
med i dette
nummeret

Vi som er intervjuet:

Abdelhad Shinwari	64	Kevin Nilsen	6
Agneta Bergström	9	Konstantina Kotsiopolou	41
Andreas Blennestrand	41	Lene Reipuert	61
Anette Pedersen	38	Lenni Pedersen	40
Anne Mette Hvid	13	Lotte Vestergaard	10
Annette Dam	59	Magnus Bennich	59
Berit Krange	28	Magnus Wislander	49
Brian Melhedegaard	31	Marko Varalahti	28
Cecilia Östensson	25	Markus Seppälä	59
Eddie Sjöberg	66	Mikael Kreutz	22
Ellen Marie Kasin	18	Mikaela Linnér	46
Eva Carlsson	28	Mikko Kerkkänen	59
Eva Thomsson	9	Mirja Niva	32
Felicia Walldén Bančić	59	Mohammad Al Rammal	41
Gry Cecilie Røttereng	59	Morten Løkås	56
Haseeb Zeb	14	Nathalie Pålsson	11
Henri Jaakola	36	Per Nordberg	50
Iben Bekker Larsen	44	Pierre Nilsson	41
Johnny Johansson	62	Pål Eier	59
Jonna Hameri	9	Sonja Kærly	16
Jonny Paulsen	56	Thomas Persson	15
Jouni Pesonen	17	Torbjørn Vollan	48
Karin Estola	30	Tord Nicolaisen Brønseth	56
Karolina Larsson	12		

Vi som er omtalt:

Adnan Doush	64	Emma Thid	34	Jörgen Månsson	11	Michael Schultz	10	Rickard Johansson	31
Agnes Theberg	9	Emrah Ibisevic	64	Kaled Azakeer	64	Mikael Berglin	64	Roger Fredriksen	48
Anders Jakobsson	46	Erik Forsberg	26	Karwan Akrawi	12	Mikael Liljeberg	55	Roy Hasselberg	21
Andreas Nilsson	42	Fredrik Kreutz	26	Kim Salamonsen	6	Mikael Torsell	55	Rune Tychsen	10
Anita Tjärnberg	64	Ghita Schultz	10	Keld Lindbjerg	44	Mikko-Antero Savolainen	36	Sebastian Andersson	64
Anna Bengtsberg	55	Gunder Bäck	31	Kristina Jakobsson	64	Mohamed Idrissi	64	Sindy Charlotte Thomsen	40
Anna-Karin Kindberg	64	Hamit Afsharm	31	Lars Hess	10	Molham Molhem Mhd	64	Thomas Engström	64
Annika Lundqvist	64	Hans Kristensen	13	Lars-Göran "LG" Svensson	11	Nadia Kim Haastrup	12	Thomas Thomsen	40
Antti Niinikoski	36	Hasan Alsheik Hasan	64	Lennart Nielsen	31	Nemania Pavlovic	64	Thor Åge Grande	48
Arash Kanis	48	Awwad	64	Lone Arndal	61	Nils Åke Gustavsson	11	Tom Wiklund	48
Birgit Møller Clemmensen	61	Heidi Vibeke Kristiansen	38	Louise Lyloff	10	Odin Stene	48	Tommy Blomqvist	49
Birgitte Jensen	10	Henrik Skou	10	Lid Ashmed	46	Omar Aldammad	64	Torben Pors	13
Birthe Stock	61	Henric Jacobsen	61	Magnus Enerholm	55	Omar Al Rammal	42	Tor Henrik Larsen	6
Björn Lundberg	26	John Terje Barikmo	21	Magnus Lovell	49	Paulius Indriliunas	64	Tiffanie Sjøtting	10
Camilla Andersen	31	Jane Mette Quille	21	Malek Beirakdar	42	Per Albrektsen	12	Tiimar Haidak	6
Carl Johan Forssten	21	Jess Friis	10	Marie Glase	64	Per Alftenius	26	Troels Veise	44
Cecilia Borg	11	John Franzen	12	Marie Sjöstrand	55	Per-Erik Eriksson	34	Uffe Mølgaard	38
Cecilie Steinsland	58	Joaquin Franci	26	Martin Axelsson	46	Per-Ola Löfgren	34	Yaasin Mohamed	64
Dardan Ferati	42	Jonatan Harnesk	31	Mattias Kenttä	31	Peter Kjær Jensen	44	Youssef Bakran	64
Elin Gideskog	46	Julia Karlberg	64	Mehmet Özcan	12	Peter Smedemark	13	Zoran Naumovski	64
Emma Gustavsson	11	Jørn Kollstrøm	6	Melinda Andersson	46	Rasmus Dam Petersen	40		

«Som balsam for sjelen»

«**MAN KAN NESTEN** si at jeg har to hjem. Etter jobben i Tana kjører jeg enten hjem til huset mitt i Nesseby, eller jeg bare fortsetter forbi og ut til platået på Varangerhalvøya. Der pleier jeg å fiske, fotografere eller sykle. Jakten på storlaksen gir det største adrenalinkicket, men jeg fisker også en del etter sei i Varangerfjorden.

Det er en sann fryd å kunne jobbe midt i denne ville og vakre naturen. Å kunne lade batteriene et laksehopp fra lastebilen. Mesteparten av Varangerhalvøya på Norges nordlige spiss er nasjonalpark. Om sommeren er det lyst døgnet rundt, og om natten skaper midnattssolen en magisk stemning. Jeg liker spesielt godt å fotografere dyr. Halvøya er et viktig leveområde for fjellreven, men det blir

mest bilder av elg, rein, rev og rype. Det er spennende å jakte på det gode blinkskuddet. Det gjelder å være oppmerksom og rask når man skal fotografere dyr, og av og til klaffer alt. Jeg har deltatt på noen fotoutstillinger med bildene mine fra Varangerhalvøya, blant annet på Varanger Samiske Museum. Turene til halvøya er som balsam for sjelen for meg.» ■

KEVIN NILSEN, KJØRELEDER

FORTALT TIL SISSEL FANTOFT
FOTO: BJARNE RIESTO

Nærmeste kolleger: Jørn Kollstrøm, Kim Salamonsen, Tor Henrik Larsen og Tiimar Haidak.





**KOSTA
BODA**
ART HOTEL
SWEDEN



the Hotel



the Design



the Christmas Experience

KOSTA BODA ART HOTELLIN JOULUPÖYTÄPAKETTI

Täysihoitopaketti sisältäen joulupöydän, yöpymisen, aamupalan, musiikkiviihdettä & sisäänpääsyn ainutlaatuiseen kylpylämme. Alkaen 2.045kr per henkilö kahden hengen huoneessa

15. marraskuuta–21. joulukuuta



KOSTA BODA ART HOTEL

Småland - Sweden

www.kostabodaarthotel.se • +46 478-348 35

Pick up

Instagram-ambassadører, ballerinaer og skilpadder på rømmen. Pick up byr på raske nedslag i PostNord-medarbeidernes verden.



MITT BILDE

Energi på treningen

«Jeg trener på Training for Warriors i Vanda to til tre ganger i uken. All treningen skjer i grupper og i par. Etter hver trening tar vi et gruppebilde. Som bildet viser, er stemningen alltid på topp! Alle støtter hverandre og tar en high five etter treningen. Treningen kompletterer arbeidet i kundeservice og hverdagen med barn perfekt. Jeg har gått der i to og et halvt år, for jeg får mye energi av å bevege meg i gruppe. Jeg tror treningen har gjort meg mer sosial og hjulpet meg med å skape en positiv stemning også på arbeidsplassen.»

Jonna Hameri
kundeservicemedarbeider, Vanda, Finland



PostNord-medarbeidere deler bilder fra mobiltelefonene sine. Skriv og fortell oss om ditt mobilfoto: peopleby@postnord.com



Jonna Hameri

«Vi fleiper ganske mye med oss selv»

De jobber på samme postkontor og deler bilder fra sin jobbhverdag på @brevbarare og @postdrottningar.

På Instagram har postkontoret i Tierp blitt et sted for flere enn de medarbeiderne som går dit hver dag. *Agneta Bergström* startet kontoen @brevbarare i 2013 for å vise frem jobben i bilder tatt fra postbilen.

- Jeg ble kontaktet av Hållnäs bygdeforening, som ville bruke noen av bildene mine i en bok og på en utstilling. De syntes det var så gøy med landskapsbildene som skildrer livet i bygda i regn, ruskevær og solskinn, sier Agneta.

Eva Thomsson og *Agnes Theberg* jobber på samme kontor i Tierp som Agneta. De er venner privat og fikk ideen til felleskontoen @postdrottningar for et år siden.

- Jeg tenkte det ville være moro å dele jobbhverdagen både med venner og kolleger. Kontoen er ganske ironisk. Vi prøver å være morsomme og fleiper ganske mye med oss selv og postbudyrket, forteller Eva.



Eva Thomsson: «Vi tøyser mye i innleggene våre. Dette bildet tok jeg spontant i lunsjen. En dronningkrone for en postdronning. Mest likes får vi på bilder når vi har bakt. Da vet kollegene at det blir kake til kaffen neste dag.»



Agneta Bergström: «Et typisk bilde for Instagram-kontoen min. Jeg pleier å ta bilder som betraktninger fra postbilen. Dette bildet var med i Hållnäs bygdeforenings fotoutstilling.»

Lotte Vestergaard

Jobb i PostNord: Produksjonsleder på brevterminalen Distribution København.

Etter jobben: Lotte er ferdig på jobben klokken tolv. Hun dropper normalt ettermiddagshvilen og går i stedet tidlig til sengs om kvelden: «Jeg stikker kanskje innom treningscenteret og trener litt. Jeg spiller også fotball i Vallensbæk. Vi har nettopp rykket opp til Sjællandsserien.»

Nærmeste kolleger: «Rune Tychsen ga meg noen gode råd da jeg begynte lederopplæringen». I dag jobber hun nærmest Ghita Schultz, Lars Hess, Henrik Skou, Birgitte Jensen, Tiffanie Sjøtting, Louise Lyloff, Michael Schultz og Jess Friis.

PostNord vant over politiet

Hva skjedde? **Lotte Vestergaard** skulle egentlig bære en annen blå uniform.

LOTTE VESTERGAARDS DRØM var en jobb som «innebar en begivenhetsrik hverdag». Politi føltes som et naturlig valg for henne. Og begivenhetsrikt ble det. I PostNord.

– En god jobb handler om mange forskjellige ting, men for meg personlig handler det om å få variasjon og overraskende utfordringer som må løses her og nå. Det var blant annet derfor jeg tenkte å bli politi, men jeg får faktisk masse av dette også i PostNord, sier Lotte, som begynte ved Distribution København i februar 2018.

Etter bare tre måneder fikk hun dessuten et tilbud hun ikke kunne takke nei til, som produksjonsleder. Og til tross for at hun fortsatt ikke er ferdig med

lederopplæringen, har hun allerede fått prøve seg på lederoppgaver. Først var hun sjef for et team på ca. 20 personer på natt- og morgenskiftet. Så vokste antallet til over 60 medarbeidere, og hun fikk ansvaret for å planlegge og fordele det daglige arbeidet.

– Til forskjell fra Burger King, der jeg var leder før jeg kom hit, er kollegene i PostNord ofte eldre enn meg, og de stiller mange flere spørsmål.

– Det var litt skremmende i starten. Men stort sett er alle vennlige og hjelpsomme. De vet jo at jeg fortsatt er under opplæring.

Arbeidsdagen hennes starter klokken fire om morgenen, og målet er å nå deadline klokken ni. Da skal alt være

ferdigsortert og klart slik at postbudene kan starte sine turer.

– Jeg er et konkurransemenneske og hater det når vi ikke når målene – men det gjør vi heldigvis nesten alltid. Hvis vi har måttet anstrenge oss utover det vanlige, kjøper jeg iblant kake til kollegene som takk.

Det var Lottes far som oppmuntret henne til å søke jobb i PostNord, der han selv arbeidet en gang. Han anbefalte det som en bedrift der det er høyt under taket og plass til alle typer mennesker. Det er Lotte enig i.

– Jeg liker virkelig PostNord. Det er en flott bedrift, og jeg har lært mye her. Jeg vil gjerne gi noe tilbake og kan tenke meg å bli her lenge. ■

Er du flink til å gi det lille ekstra?
 Eller kjenner du noen som er
 det? Fortell oss gjerne om det
 på peopleby@postnord.com

Nathalie Pålsson tar hånd
 om alle i sitt distrikt.
 Inkludert skilpaddene.

«Får jeg lese kjærlighetsbrevene dine?»

«REGNINGENE KAN DU slenge i søppelkassen, men resten vil vi ha.»

«Får jeg lese alle kjærlighetsbrevene dine da?»

Nathalie Pålsson, postbud i Malmö, stopper en liten stund på hver runde for å småprate med «sin» pensjonistgjeng. Spøkene pleier å være de samme, men det spiller ingen rolle, og hun spøker alltid tilbake. Nathalie har lært å kjenne nesten alle. Hun kan spørre hvordan noens gamle labrador har det, eller om det opererte kneet er bedre.

- En gang traff jeg en dame på båten til Ven. Vi sto lenge og pratet, og plutselig spurte hun: «Hvor kjenner jeg deg fra?» Jeg visste jo hele tiden nøyaktig hvem hun var, forteller Nathalie.

Nathalie kan navnet og leilighetsnummeret til stort sett alle de 995 husstandene i sitt distrikt.

- Jeg har bare lært meg dem. Min kollega Lars-Göran «LG» Svensson er likedan. Vi kan iblant konkurrere for moro skyld. Om jeg ringte ham midt på natten og spurte hvor noen bor, skulle han si gate og leilighetsnummer.

Selv om det er mest en artig ting å kunne alle navnene, så har det gjort arbeidet lettere når noen har skrevet feil gatenavn eller en ufullstendig adresse.

Det beste med postbudjobben er uten tvil alle møtene med mennesker. Og dyr.

- En gang så jeg en skilpadde komme gående. En mann sa at den kanskje tilhørte Trädgårdspaletten, en butikk i Malmö.

Nathalie plukket opp skilpadden, la den i sidevesken og syklet dit.

- Og det var ganske riktig deres skilpadde. De kunne ikke skjønne hvordan den hadde gått så mange kvartaler, det var tydelig den eldste og seigeste av dem alle, ler hun.

Mindre trivelige møter har hun hatt med katter som står med klørne i brevsprekken. Eller den gangen hun ble bitt av en hund.

- Vi kom fra hvert vårt hold rundt et hjørne, og hunden slet seg og bet meg i benet. Det ble stivkrampesprøyte, men alt endte bra. Jeg elsker fortsatt hunder, men hopper til litt hver gang jeg ser en jack russel. ■

NATHALIE PÅLSSON

Jobb i PostNord: Postbud i Malmö.

Fremtidsdrøm: Har studert til internasjonal selger og markedsfører og ønsker å jobbe som eventkoordinatør i fremtiden.

Om kollegene: Har vanskelig for å slutte i PostNord fordi hun trives så godt med kollegene Cecilia Borg, Emma Gustavsson, Jörgen Månsson, Nils Åke Gustavsson og Lars-Göran «LG» Svensson: «Innimellom spiller vi hverandre et puss, som å fylle en annens bil med ballonger.»



Nathalie forteller mer
 Følg oss på Instagram
 @peoplebypostnord

Mannen bak blomstene

«Det var en stor ære - og et par hakk over møtet med Terminator.»

- **JEG ER IKKE** den nervøse typen, og tenkte bare at det sikkert går bra. Men da motorsyklene og de store bilene kom kjørende, begynte hjertet å dunke vilt. Nå kommer hun!

Det var *Haseeb Zeb* som fikk oppdraget med å overrekke blomster da dronning Margrethe i mai besøkte den nye og gigantiske pakketerminalen i Køge, 30 kilometer sør for København. Som Gateway Manager er det Haseebs ansvar å håndtere alle pakker fra blant annet Tyskland og England som skal videre til øvrige Norden. Det dreier seg om ca. 30 000 hver dag.

- Det har bare skjedd én gang før at jeg er blitt litt starstruck, og det var da Terminator besøkte København. Jeg sto ved siden av da Arnold Schwarzenegger trente ryggmuskulene på et fitnesssenter. Selv elsker jeg fitness. Det

gir ro i hjernen etter en stressende dag på jobben. Deretter er jeg avslappet når jeg kommer hjem til familien.

Han bor i Ishøj sammen med sin kone og barna Laiba, ni år, og Ibrahim som er fem. Spesielt Laiba var oppspilt før det kongelige besøket, og fortalte alle på skolen at det var faren hennes som skulle overrekke blomstene.

- Sjefen min, *Per Albrektsen*, ga meg oppdraget som en påskjønnelse for min innsats, og det betyr mye. Som oftest pleier det å være små piker med fletter som overrekker blomster, så kollegene ertet ham selvsagt litt. Men det var en stor ære - og ærlig talt et par hakk over møtet med Terminator.

- Hvordan man overrekker blomster til en dronning? Jeg brukte begge hendene for å være sikker på at hun fikk tak i dem. Vi er gode på å prosess-

optimalisere i PostNord.

Jeg bukket to ganger også - bare for sikkerhets skyld. ■

Haseeb Zeb

Jobb i PostNord: Gateway Manager på terminalen i Køge i Danmark.

Nærmeste kolleger: *Nadia Kim Haastrup*: «Hun er alltid glad og skal alltid ha rett ...» *Karwan Akrawi*: «Er nok den jeg står nærmest. Et forbilde.» *John Franzen*: «Han lytter alltid og hjelper alltid til.» *Mehmet Özcan*: «Han forfremmet meg til leder og er veldig hjelpsom.» *Per Albrektsen*: «Min kjære sjef som alltid er der når jeg trenger ham. Stiller alltid opp 100 prosent!»



Haseeb Zeb bukket to ganger - for sikkerhets skyld.

**PostNord i Skive:**

40%

Klar for utdeling

«Vi er omtrent 40 kolleger på depotet i Skive, og herfra dekker vi både selve byen og et stort geografisk område med tettsteder og bygder. Vi får all post levert fra distribusjonshuben i Herning, så vi skal egentlig bare laste bilene her. En av mine oppgaver er å skanne Collect-pakkene og legge dem på hyllen i nærbutikken slik at de er klare for utlevering – det er praktisk for alle.»

Kollegene:

30%

Alle hjelper alle

«Jeg arbeider tett med *Hans Kristensen*, *Torben Pors* og *Peter Smedemark*, som også kjører ut pakker. Det er lett å prate med hverandre, og vi har en avtale om at ingen går hjem før alle er klare. På slutten av dagen ringer vi rundt og spør om noen trenger hjelp med det siste. Det er fantastisk med en slik kultur på jobben.»

Fysisk utholdenhet:

30%

Det går i riktig retning

«Jeg elsker løping og skal løpe min niende maraton neste år. Nå og da spør kunder som vet at jeg løper, hvordan det går med treningen. På jobben hjelper det helt klart å være i god form. Det gjør det lettere å håndtere pakker, og jeg er heller ikke så trett når jeg kommer hjem til mann og tre barn. Men nå er barna så store at vi for det meste sørger for at det er nok mat i kjøleskapet.»

«Fantastisk med en slik kultur på jobben.»

I DEN JYSKE byen Skive har pakke-distributør *Anne Mette Hvid* fått et nytt stoppested på sin faste rute – en av de 500 nye Collect Shops som i 2019 ble opprettet over hele Danmark for å gjøre det enklere å hente pakker fra PostNord.

– Min Collect Shop (utleveringssted) ligger i en nærbutikk rett ved inn- og utkjørselen til en ringvei der det er lett

å stoppe. Det er smart. Jeg leverer allerede mange pakker dit hver dag.

Anne Mette merker tydelig at antallet pakker til privatpersoner har økt.

– Det er utrolig så mye folk bestiller på nettet, gammel som ung. Man kan få alt! Heldigvis er det klær i de fleste pakkene, så de er ikke så tunge. Og jeg forstår det godt. Jeg handler jo selv på nettet, spesielt klær – det er blitt så lett. ■

3

Karolinas favorittballetter

1. **Svanesjøen.** «Alle kjenner til den balletten. Den er så vakker og dramatisk med sine svarte og hvite kostymer med fjær.»
2. **La Vivandière.** «En ballett i én akt. Ikke alle balletter må være lange og pompøse.»
3. **George Balanchine.** «En av favorittkoreografene mine. Stilen hans er neoklassisk, det vil si at han blander moderne og klassisk.»

Ballerinaen som ble postbud

- Dansen er en del av meg som aldri vil forsvinne, sier Karolina Larsson.

ROEN OG NÆRHETEN til havet. Slik beskriver *Karolina Larsson* de største fordelene med Vellinge, som ligger ca. 2,5 mil sør for Malmö. Der har hun hus, familie og jobben som postbud og i kassen på PostNords bedriftssenter. Hun elsker jobben sin,

men det krevde en oppofrelse. Karolina er utdannet yrkesdanser. Utdanningen på Kungliga Svenska Balettskolan var en drøm som gikk i oppfyllelse, men etter eksamen innså hun fort at livet som yrkesdanser krever sitt. - Jeg søkte på danse-

jobber og gikk på audition, men det var vanskelig. For å kunne forsørge seg som danser, må man nesten flytte utenlands, sier Karolina.

I stedet for et yrkesliv på tå ble det barn, mann og hus i hennes elskede Skåne. Og jobb i PostNord.

Men lidenskapen for dansen har ikke kjølnet.

- Dansen er en del av meg som aldri vil forsvinne. Det er en utrolig herlig måte å uttrykke følelser på. Nå underviser jeg barn og ungdommer i ballett. Det er mitt kall, å føre denne kulturarven videre. ■

Strålende tider

På TPL-terminalen i Helsingborg kan de brygge fem millioner kopper kaffe gratis hvert år. Solen spanderer.

PERFEKT BYGNING FOR SOLPANELER

En av Helsingborgs største bygninger, PostNords terminal E6 for tredjepartslogistikk, drives delvis ved hjelp av solpaneler på taket. Panelene dekker en takflate på ca. 1600 kvadratmeter og produserer anslagsvis 130 000 kilowattimer elektrisitet per år. Det tilsvarer omtrent 11 prosent av terminalens årsforbruk.

REGNET HOLDER RENT

Solpanelene på E6-terminalen er rettet mot sør. De er plassert i vinkel slik at regnet kan vaske dem. Det er en risiko for at anlegget kan bli skjult av snø og løv. «Da må vi børste av panelene», sier *Thomas Persson*, sjef for logistikkenheten på E6-terminalen.

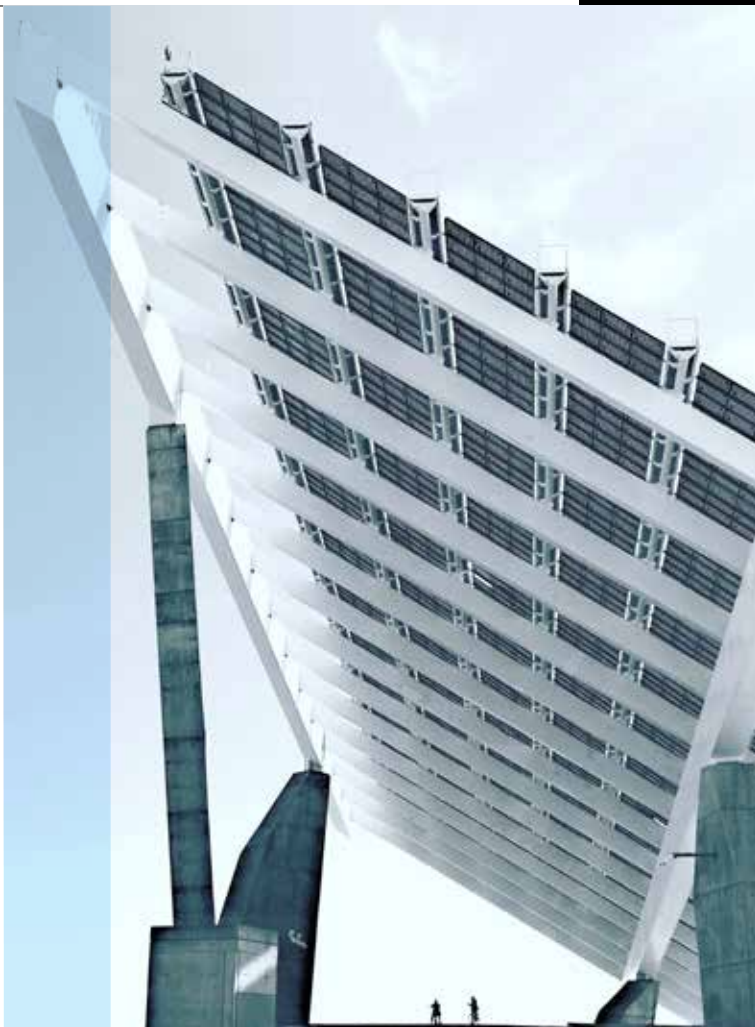
ET ENORMT KOFFEINKICK

Årsproduksjonen av elektrisitet på E6-terminalen ville være nok til å kjøre 70 000 mil med elbil, la en 40 watts pære lyse konstant i 375 år, eller koke 5 260 000 kopper med kaffe.



Denne ganger
5 260 000.

«Helsingborg er et av Sveriges mest solrike steder. Samtidig er det en misforståelse at det kreves skarp sol for solceller. Det holder at det er brukbart lyst ute», sier *Thomas Persson*, sjef for logistikkenheten på E6-terminalen i Helsingborg.



«BYGGER GJERNE ENDA STØRRE»

«Vi skulle gjerne bygd en enda større flate med solpaneler, men det går dessverre ikke med dagens svenske regler. Men de endres nok snart. Det er i hvert fall viktig å gjøre et 'statement', å være en 'early adopter' og satse på bærekraftig energi», sier *Thomas Persson*.

SPENNINGEN STIGER

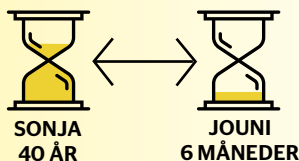
Når solstrålene treffer solcellene, oppstår det en elektrisk spenning mellom cellenes forside og bakside. Likestrøm dannes ved å koble en ledning mellom for- og baksiden. For at elektrisiteten skal kunne brukes i bygningen, benyttes en vekselretter som omdanner likestrøm til vekselstrøm.

LADER JORDEN PÅ TO TIMER

På to timer tar jorden imot like mye energi fra solen som hele verdens befolkning bruker i løpet av ett år. Det vil si at det bare er våre muligheter til å fange denne energien på en bærekraftig måte som setter grenser for hvor mye fornybar energi vi kan bruke.

SAHARA KAN DRIVE EUROPA

Forskere undersøker hvordan vi kan benytte Sahara-ørkenen til solpanelparker. Hvis 0,2 prosent av flaten ble utnyttet for solpaneler, ville det kunne forsyne hele Europa med elektrisitet. utfordringen ligger blant annet i hvordan elektrisiteten skal transporteres den lange strekningen fra Afrika på en effektiv måte.



En hvass veteran

Få i verden har håndtert så mange pakker som Sonja Kærly. Vi treffer en «toller» i København som har holdt på en stund.

Neste år kan *Sonja Kærly* feire 40 år som spøkelsesjeger. På PostNords internasjonale postsenter på Kastrup utenfor København hjelper hun hver dag 400 dansker med å få pakkene sine fra utlandet. – Det viktige er å legge pakkene på riktig sted i hyllene. Hvis ikke, blir det vanskelig å finne dem igjen. Da blir de til «spøkelsespakker» – pakker som lever sine egne liv, sier Sonja.

Men det er ikke bare spøkelsespakker som kan ha et annerledes liv. Iblant oppstår det mistanke om at en pakke inneholder en utrydningstruet dyreart. Da blir den sendt til Sonja eller en av hennes 20 kolleger for nærmere undersøkelse. Det samme skjer hvis det er mistanke om at en forsendelse inneholder for eksempel en Gucci-veske med tvilsom opprinnelse. Ellers er det bare pakker med innhold som er verdt over 80 kroner, som havner på Sonjas bord – pakker med lavere verdi sendes tollfritt.

Jobben har selvsagt forandret seg mye på fire tiår. Som på 90 prosent av verdens arbeidsplasser, kan vi sammenfatte det meste i ett ord: digitalisering. I Sonjas tilfelle betyr det blant annet at alle pakker blir skannet, noe som er til stor hjelp ved plassering og håndtering.

– Da jeg begynte her på «tollen», skrev vi opp alt for hånd. Nå kan vi se alle registreringer på nettbrettene våre. Det er genialt. Jeg er ingen dataspesialist, men lærer det viktigste etter hvert.

En annen ting som har endret seg opp gjennom årene, er antallet kolleger og deres arbeidsoppgaver. I takt med at brevene har blitt færre og pakkene flere – pluss effektiviseringer og endrede arbeidsrutiner – har antallet medarbeidere gått ned innen flere funksjoner:

– Men det er fortsatt kollegene som betyr mest. Samholdet, og det at vi fungerer godt sammen i hverdagen, har stor betydning for gleden ved å gå på jobb.

Sonjas team består av tolv personer. Størrelsen på gruppen gjør at de blir godt kjent med hverandre og kan følge med i hverandres liv.

De fordeler og roterer arbeidsoppgavene selv. Selv om de fleste sendingene ikke veier mer enn noen kilo, flytter medarbeiderne til sammen bortimot et tonn pakker hver dag. Og under håndteringen legger Sonja



SONJA KÆRLY

Jobb i PostNord: Håndterer pakker på Internasjonalt Postcenter på Kastrup utenfor København.

åtte kilometer bak seg om dagen.

– Da er det godt å kunne sette seg ned en halvtime og gjøre noe annet – for eksempel ta imot en forespørsel fra en kunde som etterlyser en pakke. Det kan være litt av en kunst å finne en pakke, og på den måten gjøre en kunde glad.

Etter 40 år drives hun fortsatt av å få til en forutsigbar orden. Ingen spøkelsespakker på Sonjas vakt! Og kanskje er det en ekstra god egenskap å ha i en bransje i stadig endring?

– Uorden er det verste jeg vet! Det skulle også vært bra med litt mer visshet om arbeidssituasjonen i fremtiden. Vi må naturligvis være tilpassningsdyktige, men det er vanskelig når det skjer noe nytt hele tiden, sier hun og ler.

Og etter jobben? Da leser hun masse bøker. Først og fremst krim. Det kan bli opptil 80 stykker i året.

MARIE-LOUISE ARNFAST

En dreven debutant

Jouni Pesonen tar én dag om gangen – først og fremst om natten. Vi treffer en fersk terminalarbeider i Nord-Finland.

Jouni Pesonen ble headhunted av sin gamle kollega A-P Lantto. For hvem vil ikke ha en mår på terminalen? Altså en smidig og flittig kløpper som ikke har noen problemer med å jobbe om natten.

– Jeg ville ha en forandring, så jeg kom på intervju og fikk deretter jobben, sier Jouni.

Han har en direkte og selvfølgelig væremåte. Krusedullene får noen andre sysle med. Kanskje er det også derfor han kom så raskt inn i jobben.

– Alle vet hva de skal gjøre. Ingen har faste arbeidsoppgaver. Vi jobber i stedet på kryss og tvers og hjelper hverandre når det trengs.

Jouni begynte å arbeide på terminalen på slutten av fjoråret. Han klarer det meste allerede, og når det ikke fungerer, finnes det alltid en hjelpende hånd. Han berømmer kollegene for deres velvilje og kompetanse.

Det lille teamet på I-Logistics i Uleåborg – på den finske siden av Bottenviken – tar imot lastebiler fra PostNord i Vanda utenfor Helsingfors og fra Åbo. Derfra fortsetter pakkene sin ferd med andre lastebiler, og løse pakker blir plassert manuelt på riktig startrute for videre transport med varebil.

Det er et tungt fysisk arbeid. Jouni anslår at de håndterer rundt tusen pakker og opp mot to hundre paller på hvert skift. Og noen skift er nattskift.

– Man klarer det ikke lenge hvis man er i dårlig form. Heldigvis har jeg muskler av stål, som ikke går an å få sterkere, sier han og ler.

Kroppen klarer tungt arbeid når man tar vare på den. På fritiden trener og spiser han ordentlig. Nattskiftene kan derimot være ekstra tøffe. Jouni har ingen problemer med det. Han sier at han «sover når han lukker øynene».

– Selv om jeg hadde en annen rytme før, har det ikke vært noe problem for kroppen å tilpasse seg den



nye. Jeg sover tilstrekkelig etter jobben, og noen ganger litt mer før jeg skal på jobb.

Arbeidet på terminalen er ikke bare rutiner. Innimellom får de en liten smak av eventyr når de må finne ut hvor pakkene skal videre med utenlandsk sjåfør.

– Det er ikke alle som kan finsk eller engelsk, og da må man trylle litt for å få pakkene videre til riktig sted.

Mengden av pakker vokser raskt, og terminalen kommer garantert ikke til å sakke på arbeidstempoet. Jouni sier at han allerede har merket at netthandelen øker, og at det blir stadig mer varer i bevegelse. Han liker at arbeidet holder ham i gang. Det blir aldri ensformig.

– Jeg tar én dag om gangen. Forhåpentligvis fortsetter jeg å jobbe med dette, sier han. Om et eller et par år mener jeg kanskje noe annet, sier han med et smil.

MAIJU KARHUNEN

JOUNI PESONEN

Jobb i PostNord: Terminalarbeider på I-Logistics i Uleåborg, som jobber med PostNord.



Ellen Marie Kasin, driftsadministrator på Alfaset-terminalen i Oslo, gleder seg over årets høydepunkt.

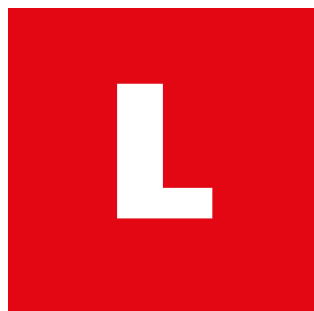


OPPDRAGET/ TV-AKSJONEN

DEN BESTE JOBBBEN

«Det er ekstra fint å få bidra til noe så viktig, noe så riktig som dette», sier Ellen Marie Kasin.

TEKST: OLA HENMO FOTO: CHRIS MALUSZYNSKI



LÉONCIE I BURUNDI var livredd for ektemannen Faustin. Han drakk, slo henne og førte familien ut i fattigdom. Assumpta i Rwanda måtte slutte på skolen da moren ble enslig.

Dette er bare to av de 400 000 kvinnene som hjelpeorganisasjonen Care i Norge vil hjelpe til et nytt liv. Léoncie selger i dag frukt og grønnsaker på markedet, og hennes mann Faustin fikk hjelp til å bryte den sosiale arven av

vold og kvinneundertrykkelse. Assumpta fikk hjelp med lån og mentorskap for å starte sin egen frisørsalong.

Det finnes 104 land i verden med lover som forbyr kvinner å ha et arbeid. Det er veldig langt fra Norge. Både fysisk og kulturelt.

– Til daglig jobber jeg mest med avvik, med alt som går feil. Da er det ekstra fint å få bidra til noe så viktig, noe så riktig som dette. TV-aksjonen er årets suverene høydepunkt for meg, slår PostNords driftskoordinator Ellen Marie Kasin fast.

FOR SJETTE ÅR på rad er PostNord samarbeidspartner for den norske TV-aksjonen, også kalt verdens største dugnad. Søndag

20. oktober kommer 100 000 bøssebærere til å besøke 2,3 millioner husstander og samle inn penger til Care. På statskanalen NRK ryddes sendeskjemaet for andre programmer denne kvelden.

Men innen den tid må alt kampanjemateriell fraktes ut til aksjonskomiteene i 19 fylker og 428 kommuner. Den jobben tar PostNord seg av, uten å ta en øre for innsatsen, som er verdt anslagsvis en halv million kroner.

– Vi er bare veldig stolte av å få være med på dette, sier Ellen.

Før T-skjorter, klistremerker, brosjyrer, ballonger og buttons havner i PostNords lastebiler og deretter på TV-aksjonens lokalkontorer rundt om i landet, må de pakkes. Det skjer på Fossheim Verksteder, en arbeidsplass utenom det vanlige på Hasle i Oslo. Her tilbys såkalt varig tilrettelagt arbeid for uføretrygdede, de fleste av dem psykisk utviklingshemmede.

DEN FORMIDDAGEN I juni Ellen er på besøk, står Kristian Benjaminsen og André Kolstad Ryen på lageret og teller. De fordeler kalendere og brosjyrer til

OM TV-AKSJONEN

Norges største innsamling til veldedige formål. Har vært arrangert siden 1974 av NRK i samarbeid med utvalgte organisasjoner. TV-aksjonen gjennomføres en søndag i oktober hvert år.

fylker og kommuner etter nøyaktige anvisninger. Bortimot 500 kolli er allerede fraktet ut fra verkstedet med PostNords biler, og nå venter noen roligere måneder for André, Kristian og sjåførene. Så blir det hektisk igjen til høsten.

– Det er veldig fint å jobbe for TV-aksjonen. Når jeg pakker for dem, får jeg litt fred også. Det er ganske mye støy inne på produksjonsavdelingen vår. Kristian bråker heldigvis ikke så fælt, så jeg liker godt å jobbe med ham, sier André og smiler.

Kristian tar ordet:

– Når jeg pakker for TV-aksjonen, tenker jeg på at jeg hjelper folk som ikke engang har et hjem.

NRK har arrangert TV-aksjonen hvert år siden 1974. Den heldige veldedige organisasjonen som



Kristian Benjaminsen,
Ellen Marie Kasin og
André Kolstad Ryen.



«Når jeg pakker for TV-aksjonen, tenker jeg på at jeg hjelper folk som ikke engang har et hjem», sier Kristian Benjaminsen.

velges ut til å motta midlene, kan regne med inntekter på rundt 250 millioner kroner.

I fjor gikk innsamlingen til Kirkens Bymisjon, og i forfjor var det Unicef. Og i år er det altså Care som kan nyte godt av nordmenns gavmildhet. De innsamlede midlene skal bidra til Cares pågående arbeid med å gi 400 000 kvinner i ni land (Niger, Mali, Den demokratiske republikken Kongo, Burundi, Rwanda, Myanmar, Afghanistan, Jordan og Palestina) mulighet til å skape sin egen arbeidsplass, bestemme over sin egen kropp og gjøre sin stemme hørt.

Kvinnene skal med andre ord både få oppleve utvikling og få kontroll over eget liv. Dette bidrar også til lokalsamfunnene deres fordi økonomien forbedres. Det gir ringvirkninger. Og akkurat det er målet også for de ansatte i «vekstbedriften» Fossheim Verksteder.

– Vi tilbyr et mangfold av oppgaver, fordi våre ansattes forutsetninger er så forskjellige. Bare omkring halvparten av dem kan lese, skrive og telle, sier avdelingsleder Øyvind Quist, og legger til at TV-aksjonen er et av Fossheim Verksteders største og viktigste oppdrag.

MENS ELLEN STÅR og prater med André og Kristian, slås hun enda en gang av hvor betydningsfullt samarbeidet med både TV-aksjonen og Fossheim er. Før hun begynte i PostNord, jobbet hun i tilrettelagte boliger for psykisk utviklingshemmede, og Andrés



Ellen Marie Kasin

Jobb i PostNord: Driftskoordinatør innen logistikk på Alfaset-terminalen i Oslo.

Nærmeste kolleger: Roy Hasselberg, Carl Johan Forssten, John Terje Barikmo og Jane Mette Quille (avdelingsleder).



ELLEN MARIE KASIN:

Vi er bare veldig stolte av å få være med på dette.

og Kristians yrkesstolthet og glede kjenner hun igjen derfra: Det måtte minst en lungebetennelse til for at noen av beboerne skulle være borte fra jobben.

– Uten jobb ville vi bare gått og kjedet oss, sier André.

ASSUMPTA I RUHANGO i Sør-Rwanda har i dag to lærlinger i frisørsalongen. Hjelpen hun har fått, har gjort at tankene hennes om overlevelse er forvandlet til de samme tankene som Andrés og Kristians: yrkesstolthet. Hun vil spare og låne mer penger for å kunne investere ytterligere i salongen. «Jeg skal kjøpe et aggregat, så jeg slipper å ta pause når det er strømbrudd. Når strømmen går, forsvinner også kundene», forteller hun til blimed.no. ■



S0020 11 010843 S S 5100
Karolinska sjh.
Tapp. datum 0110361331 04 FFR 2011 13:31
E3846000
ERYTHROCYTER
Leukocytbefriad
Volym 261ml
Lösning SAGM
Förvaras vid 2-8°C
S0020 11 010843 S S
0
RhD pos
Använd senast 0110772369 18 MAR 2011 23:59
16330800067000009
C- Cc- K- Eya- Jk-
0 RhD pos
ERYTHROCYTER
Leukocytbefriad

KEVIN CURTIS/SCIENCE PHOTO LIBRARY

RØD



TRANSPORTER PÅ LIV OG DØD

BEREIDSKAP

**Uten blod stopper det moderne helsevesenet opp.
Hvis Mikael Kreutz stopper, kan noen dø.**

TEKST: MALIN DAHLBERG FOTO: NICKE JOHANSSON

«DET VAR ET SJOKK»

22. OKTOBER 2015 klokken 10:06 går en 21-årig mann inn på skolen Kronan i Trollhättan. Han er kledd i en hjemmelaget uniform med svart slengkappe og har en svartmalt militærhjelms på hodet og en maske foran ansiktet. I hånden holder han en et sverd. Han innleder sitt planlagte angrep på skolens kafé og går deretter gjennom korridor etter korridor på jakt etter ofre. Før han blir skutt av politiet klokken 10:16, har Anton Lundin Pettersson funnet tre døde personer i det som beskrives som et av de mest bisarre og blodige angrepene i Sveriges historie.

PostNords budsjsjåfør *Mikael Kreutz* vet ingenting om dette når han mottar samtalen om en akuttransport til Trollhättan. Norra Älvsborgs Länssjukhus trenger blod. Mye blod. Og det haster. Mikael befinner seg på Sahlgrenska Universitetssjukhuset når alarmen går. Han tar seg til transfusjonsmedisin der det er full beredskap, og kvitterer ut tre blodvesker.

Ved akuttransport kan PostNords budsjsjåfør vanligvis be om politieskorte, men denne gangen er alle polititjenestemenn allerede på vei til stedet. Mikael innser alvoret, hopper inn i bilen og kjører etter politiet den sju mil lange strekningen. Han kan snart fullføre den første av mange blodtransporter til Trollhättan den dagen.

– Vi får sjelden informasjon om hva som har skjedd, og skal håndtere alle transporter på samme måte, men jeg skjønnte fort at dette var noe ekstraordinært. Da jeg hørte om skoleangrepet på radioen, fikk jeg klump i magen. Det var et sjokk.

MAI 2019. Det er en overskyet onsdag i Göteborg. Mikael sitter i den blå budbilen som han har kjørt i ti år. Han er en av rundt 70 sjåfører som kjører medisinske transporter for PostNord på oppdrag av Västra Götalandsregionen. I tillegg til blod dreier det seg om ulike typer prøver, legemidler og hjelpemidler som skal kjøres til og fra sykehus og pasienter. Noen ganger frakter de også organer for transplantasjon. Avtalen omfatter omkring 30 000 årlige transporter som skal



En stopp på blodgiversentralen på Frölunda Torg. Mikael Kreutz tar imot dagens frakt fra Johanna Kjällquist.

kunne utføres døgnet rundt, alle dager i året. På dagtid tar PostNords trafikkledelse imot samtalene, men i vakttiden er det Mikael og kollegene hans som prater direkte med kundene og fordeler oppdragene mellom sjåførene.

– Man skulle tro at det er en ensom jobb å sitte i en bil hele dagen, men jeg har alltid kontakt med noen i hodetelefonene. Ofte sitter jeg oppkoblet i konferansesamtale med fire, fem kolleger. Vi hjelper hverandre med å finne frem eller tipser om stopp i trafikken, forteller Mikael når han triller forbi akuttmottaket på Östra sjukhuset og videre til Drottning Silvias barnsjukhus.

En eske med dialysevæske skal opp på en av avdelingene. Det lukter linoleum og håndsprit i korridoren. Mikael beveger seg raskt og vant mot heisene.

– Det er ikke mange kriker og kroker som jeg ikke kjenner til på sykehusene i regionen, sier han og trykker på knappen for tredje etasje.

LOGISTIKK PÅ LIV OG DØD

AT MENNESKER GIR blod frivillig er ikke bare viktig, det er livsviktig. Det forteller Stefan Jakobsson, enhetssjef for GeBlod ved Sahlgrenska Universitets-



Det er ikke mange kriker og kroker som jeg ikke kjenner til på sykehusene i regionen.

sjukhuset, som har som oppgave å rekruttere blodgivere og forsyne sykehusene med blod.

– Uten blod stopper det moderne helsevesenet opp. Derfor er det viktig at vi også har en logistikk som fungerer, sier han.

PostNord utfører flere ulike typer blodtransport for regionen. Basen er de planlagte leveransene fra GeBlod til sykehusenes laboratorier og blodlagre. I tillegg kommer de akutte bestillingene mellom sykehusene i forbindelse med operasjoner, fødsler og skader. Men for å understreke at situasjonen er svært alvorlig, finnes det et tredje nivå, kalt «rød beredskap».

– Ett eksempel der disse transportene virkelig gjør en forskjell, er når vi får inn en akutt bestilling på



Det må aldri ta mer enn 60 minutter fra bestilling til levering av blodvesken. Som oftest går det mye fortere.



Tempoet i jobben er høyt, og mobilen ringer stadig med nye oppdrag.

Blodtransporter i Göteborg

PostNords budvirksomhet har kjørt medisinske transporter for Västra Götalandsregionen siden 1999. Oppdraget omfatter rundt 30 000 transporter per år, og disse skal kunne utføres både lokalt, nasjonalt og internasjonalt. De akutte transportene skal kunne kjøres alle årets dager og alle døgnets timer. I tillegg til blod fraktes alt fra legemidler, pasienthjelpemidler og sykehusmat til organer og prøver.

Ansvarlig for virksomheten er Cecilia Östensson, produksjonsområdesjef i Göteborg: «Det ligger en stolthet i dette oppdraget. Alle, fra trafikkleddelse til sjåførere, forstår hvilket ansvar det innebærer. Det er også noe regionen ofte understreker, hvor viktige disse transportene er for behandlingsprosessen.»

trombocytter, som trengs i forbindelse med kreftbehandling. Da ligger det en alvorlig syk person og bare venter på transfusjon. Leveransen blir et spørsmål om liv og død, sier Stefan Jakobsson.

På mottakersiden finner vi Sara Keshavarzi, enhetssjef for immunhematologi på Sahlgrenska. Hun er blant annet ansvarlig for å forsyne sykehuset med blodkomponenter, det vil si erytrocytter, plasma og trombocytter, som er uunnværlige for den daglige behandlingen.

– De fleste operasjoner krever at det finnes blodkomponenter på plass. Hvis det plutselig begynner å blø, overlever ikke pasienten uten dem, sier hun.

Ved siden av å ta imot de planlagte leveransene fra GeBlod, står enheten hennes også for bestilling av akutte blodtransporter, og kravene til PostNord er høye. På grunn av konfidensialiteten må sjåførene aldri la blodveskene stå ubevoktet. De må kjøre rake veien, uten omveier eller stopp, og overrekke veskene fra hånd til hånd. Hver leveranse må være sporbar og kvittert. Ikke én dråpe blod må komme bort. Det er et

tøft oppdrag, men Sara er fornøyd.

– Vi har et svært godt samarbeid med PostNord. De tar oss på alvor hvis vi har noe å bemerke, og sjåførene er hyggelige og serviceorienterte. Vi må ikke glemme at de også er en viktig del av behandlingsprosessen.

HOLDER HODET KALDT

MIKAEL KREUTZ LØPER inn på blodgiversentralen på Frölunda Torg og kommer ut med en knallrød veske som skal videre til Sahlgrenska Universitetssjukhuset innen 60 minutter. Han er fullstendig klar over de høye kravene som avtalen med Västra Götalandsregionen innebærer. Alle PostNords budsjsjåførere har fått opplæring i GDP – Good Distribution Practice – som handler om hvordan man håndterer legemiddeltransporter når det gjelder tid, temperatur og hygiene. Sjåførene fører daglige temperaturlogger for å kunne dokumentere at temperaturen under transport ikke har ligget under de 5 gradene eller over de 25 gradene

AKUTTMOTTAGNING



Hvem kan gi blod?

Mange kan gi blod, men ikke alle kan bli blodgiver. Noen ganger må man vente eller ta en pause, for eksempel hvis man har vært ute og reist, tatovert seg eller vært syk. Det gjelder å minimere risikoen for at mottakeren skal få smittet blod.

For å kunne gi blod må du

- være mellom 18 og 60 år
- være frisk
- veie minst 50 kilo
- ha gyldig ID-dokument

Mikael Kreutz

Jobb i PostNord: Kjører budbil i Göteborg. Alle sjåførere er underleverandører som eier sine egne biler, men de arbeider utelukkende for PostNord.

Nærmeste kolleger: Per Alftenius, Erik Forsberg, Joaquin Franci, Björn Lundberg og Fredrik Kreutz.

Andre interesser: Er dypt involvert i den svenske hockeyligaen SHL og jobber blant annet ekstra med å legge inn grafikk og statistikk for TV-sendingene i TV4.



Sjåførene må aldri la veskene stå ubevoktet, og det må kvitteres for hver leveranse. Gun-Britt Hansen på transfusjonsmedisin tar imot leveransen.

som avtalen krever. Transportene styres via et system med GPS-posisjonering, men den viktigste kunnskapen har Mikael Kreutz og kollegene skaffet seg gjennom jobben.

– Gode lokalkunnskaper er helt avgjørende. Når det er minutter om å gjøre, har vi ikke tid til å lete etter adresser eller rote rundt i sykehustunnelene. Vi må vite nøyaktig hvor vi skal, og hvordan vi kommer dit.

OG DET GJELDER å holde hodet kaldt. Når Mikael har drukket morgenkaffen og fått unna dagens første planlagte runder, aner han ikke hva som kommer til å skje videre. En akuttransport under rød beredskap kan bety å skynde seg til Malmö med et medisinsk instrument som trengs for en operasjon. Eller frakte en blodprøve fra en person med mulig hjerteinfarkt, der prøven må til laboratoriet innen 25 minutter, ellers blir den ubrukelig. Andre ganger må han sitte og vente utenfor operasjonssalen, iblant i flere timer.

– Operasjon ringer og sier: «Vi skal gjøre en biopsi på en mulig kreft. Vi opererer om en time. Kom hit!» Når jeg til slutt får prøven i hånden, er jeg klar over at det ligger en person på operasjonsbordet som trenger svar, og at det er mitt ansvar å sørge for at prøven kommer frem så fort som mulig.

DET ER ÅPENBART at den som skal ha denne jobben, må like aldri å vite hvordan neste dag ser ut, og sette pris på utfordringen som følger med tidspresset. Våge å

Blodårene dine når rundt jorden

En nyfødt baby har en blodmengde tilsvarende en kaffekopp. Et voksent menneske har rundt fem liter blod i kroppen.

I løpet av en dag fraktes blodet ca. 1900 mil gjennom årene. Hvis vi hadde lagt blodårene etter hverandre på bakken, ville de strukket seg to ganger rundt jorden. Røde blodlegemer (erytrocytter) har som oppgave å frakte oksygen til cellene, og karbondioksid fra cellene til lungene. Et voksent menneske har omkring 25 tusen milliarder røde blodlegemer. Hvite blodlegemer (leukocyter) inngår i kroppens immunforsvar. Bare noen prosent av de hvite blodlegemene finnes i blodkarene. De fleste finnes i kroppsvevet.

Blodplater (trombocytter) er cellefragmenter og har som hovedoppgave å stanse blødninger i blodkarene.

gjøre alt for at transporten skal komme frem. Og finne seg i at det ikke ble ordentlig lunsj den dagen heller.

– Haha, ja sånn er det. Jeg må være litt kreativ med maten iblant, sier Mikael og svinger inn på Sahlgrenskas område.

Det er på tide å overlevere den røde blodvesken til en sykepleier på transfusjonsmedisin. Telefonen plinger med nye bestillinger. Før Mikael Kreutz går ut av bilen, sier han:

– Jeg elsker virkelig jobben min. Ingen dager er like, men først og fremst føles det som om jeg gjør en viktig innsats. Jeg innser at vi er et lite tannhjul i behandlingsskjeden, men jeg er likevel veldig stolt over å være en del av den. ■



Se flere bilder
Følg oss på Instagram
@peoplebypostnord



Marked med muligheter

Slik jobber PostNord med medisinske transporter i Norden. Og slik skal de vokse i fremtiden.

10 MILLIARDER KRONER. Så stort er potensialet for logistikkjenester innen legemiddel- og helsebransjen i Norden. PostNord har i dag omtrent 10 prosent av dette markedet.

Eva Carlsson og hennes team i PostNords Customer Concept-enhet har nettopp gjennomført en kartlegging av markedet. For å få bedre oversikt har de delt markedet i tre segmenter – offentlig sektor, distributører og e-handel.

– Vi har sett på hvilke typer bedrifter som finnes, hvem kundene deres er, og hvilke produkter de tilbyr. Ut fra dette har vi pratet med det svenske legemiddelverket og intervjuet sakkynndige og logistikkansvarlige. Dette for å forstå behovene, men også ta hensyn til regelverket for transport og lagring av først og fremst legemidler, sier hun.

MARKEDET SER SVÆRT forskjellig ut i de nordiske landene. I Danmark finner vi, akkurat som i Sverige, tjenesten Facility Service – der medarbeiderne er sertifisert til å ta hånd om transporter og sortering av post for medisinske foretak – men utover dette er medisinske transporter et relativt utforsket område. I Finland, derimot, skjer det en satsing på området.

– Målet er å bli den mest etterspurte leverandøren på det finske markedet, sier Marko Varalahti, ansvarlig for



Eva Carlsson

logistikkjenester innen helsehjelp.

For å oppnå dette har PostNord Finland blant annet anskaffet kjøretøyer som kan holde en temperatur på mellom 8 og 25 grader – uansett om det er 30 pluss eller 30 minus utendørs – noe som er en del av de internasjonale kravene for å frakte legemidler.

En utfordring i Finland er de lange avstandene som gjør transportene vanskeligere. Marko påpeker imidlertid viktigheten av at alle borgere har tilgang til fungerende helsetjenester, enten de bor i vekstsentrene i sør eller langt i nord.

– Vi i transportkjeden må ta vårt ansvar og holde det vi lover. Selv om det ikke alltid er et spørsmål om liv og død å få frem en leveranse i tide, kan det ha enorm betydning for kunden.

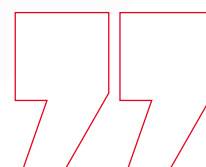
POSTNORD NORGE HAR i dag to store kunder innen e-handel med legemidler, og skal dessuten begynne å distribuere legemidler for en av de tre store grossistene i landet, Norsk Medisinaldepot.

– Medisinske transporter er et viktig og spennende marked med stort vekstpotensial. Det er en kundegruppe som krever stor nøyaktighet, noe som gjør at PostNord må fokusere på kvalitet i hvert eneste distribusjonsledd, sier Key Account Manager Berit Krange.

PostNord Norge har etablert



Marko Varalahti



Medisinske transporter er et viktig og spennende marked med stort vekstpotensial.

et landsomfattende system for transport av temperaturfølsomme produkter. Systemet omfatter opplæring av ansatte, overvåking av transporter og kontroll med at biler og containere holder riktig temperatur.

– Vi har spesialiserte sjåfører for legemiddeltransportene våre, og vi får automatisk alarm ved feil temperatur og andre driftsproblemer, forteller Berit.

KARTLEGGINGEN AV DET nordiske markedet gir ifølge Eva Carlsson et tydelig bilde av hva PostNord kan tilføre bransjen: – I offentlig sektor er innkjøpsrutinene ofte ganske kompliserte. Det finnes noen få aktører som kan gå inn der, og vi er en av dem.

E-handel med apotekvarer vokser kraftig. Digitaliseringen av fylker er også en mulighet der PostNord med sin unike geografiske dekning i Norden kan ta andeler.

– Mange fylker er i ferd med å bygge opp egne e-handelsportaler der pasienter kan bestille hjelpemidler og forbruksmateriell for hjemlevering. Med tanke på de grise-grendte strøkene i de nordlige delene av Sverige, Norge og Finland burde vi absolutt være et alternativ for slike tjenester. ■



Se de beste vintertipsene
Følg oss på Instagram
@peoplebypostnord



Guiden

VINTEREN KOMMER

PostNord-medarbeiderne kjenner den nordiske vinteren bedre enn de fleste. Her er deres guide til hvordan du holder deg varm når temperaturen synker.

30

Karin, postbud i Kiruna, guider deg til PostNords vinteruniform.

31

Når vinteren er på sitt strengeste, er det Brian som bestemmer om posten skal ut eller ikke.

32

Nord for polarsirkelen kan man oppleve et klarblått naturfenomen: Mirja.

36

Henri kjenner lunene til den finske vinteren. Og innbyggerne.

38

Anette, postbud på Jylland, har syklet i Nordsjøens motvind i 33 år.

40

Lenni Pedersen, drifts-koordinator i Esbjerg, svetter heller enn å fryse.



Kalde fakta

Karin Estola, postbud i Kiruna, går gjennom PostNords vinteruniform.

VANNAVSTØTENDE JAKKE

I kolleksjonen finnes det også en varm vest med vannavstøtende ytterlag, quiltet med polyestervattering.

Karin sier: «Bra med snorer og borrelås i ermene fordi gliper i tøyet er døden. Det snør aldri rett ned i Kiruna. Av samme grunn er det bra at trøyene er lengre bak, så man kan stappe dem i buksene. Bra lue når bilvinduet er åpent. Skalljakken, vesten og lag på lag er bedre enn vinterjakken når man beveger seg mye.»

BUKSER MED FØR

Basisbuksen finnes også i en føret variant. Man kan sprette bort den turkise falden, så blir buksene fire centimeter lengre! I vinterkolleksjonen inngår dessuten termobukse og skallbukse.

Karin sier: «Bra med reflekser. Bra med lommer for småting, fordi klærne er postbudets kontor. Skulle ønsket meg en slags snøring eller borrelås nedentil når jeg går i snøen.»

VINDTETT LUE

Strikkelue med vindtett membran.

Det finnes også et pannebånd og en lue tilpasset for sykkelhjelmer. Etter tilbakemeldinger fra postbud finnes det dessuten en finlandshette og løs polokrave.

Karin sier: «Kjempebra at de har lagt til finlandshette og polokrave. Jeg bor nemlig der 'vinden hurts your face'. Luen fungerer imidlertid ikke helt for meg i Kiruna. Sitter dårlig og er for syntetisk. Liker heller ikke designen. Skulle heller vært ensfarget.»

VARIANTER AV VANTER

Det finnes mange forskjellige modeller, for eksempel torgvanter i akryl, hansker i lær eller syntetisk materiale, eller varmførede tekstilhansker med nedbrettbar overdel.

Karin sier: «Bra med alternativer! Fingrene er vanskelige, uansett hansker, fordi det er viktig med et godt grep.»

TRAFIKKVENNLIGE REFLEKSER

«Vi oppholder oss i trafikken, og der finnes det krav vi må oppfylle. Alle underdelene har to refleksrader i sølv med svarte prikker», forteller Eva Westin, som har funksjonsansvar for PostNords profilklær.

Karin sier: «Refleksene er veldig bra, spesielt når det er polarnatt.»

FUNKSJONELLE SKO

De svarte støvlene finnes i forskjellige modeller – med eller uten før og høyt eller lavt skaft. Lastebilsjåfører skal ha verne sko med tåhette og spikerbeskyttelse i henhold til arbeidsmiljøkravene for de som håndterer tungt gods.

Karin sier: «Funker bra. Ta med ekstra ullsokker. Ha også på innesko når du er inne, så støvlene ikke er svette når du skal ut på tur.»

15

KARINS RASKE TIPS HOLDER DEG VARM I VINTER

1. Unngå gliper mellom klesplaggene.
2. Bruk innesko inne og vinterstøvler ute.
3. Ha lag på lag med klær. Om vinteren har jeg mellom tre og fire, fra undertøy til forsterking. Dunvest og softshell er populært på vårt postkontor store deler av året. Vi kan røre oss i dem.
4. Fingrene er vanskelige, uansett hansker, fordi det er viktig med et godt grep. Ta med ekstra på turen. Man kan også ha merino-liners innenfor de med gummigrep.
5. Stikk buksene i skoene.
6. Varm fingrene på vifter i bilen og på radiatorer i trappeoppganger.
7. Tenk på hvilke hudpleieprodukter du velger. Noen fryser i ansiktet.
8. Tilpass tempoet så du ikke blir for svett eller for kald. Ta lange steg og utfør litt kroppsgymnastikk i trapper for å øke sirkulasjonen.
9. Vri på tærne.
10. Pass på bilen. Det er ikke morsomt når vifter og lamper går i stykker når det kaldt og mørkt.
11. Spis solide lunsjer og mellommåltider. Du blir fortere sulten og trett når det er mørkt og kaldt.
12. Ha en god termos og krus med kaffe i bilen som moralhøyner og håndvarmer.
13. Nyt den vakre himmelen på vinternettene!
14. Ha en spade i bilen.
15. Ha godt humør, og hils på de du møter. God «mental varme» gjør ting lettere.

Karin Estola

Jobb i PostNord: Postbud i Kiruna.

Nærmeste kolleger: «Vi har et herlig samhold på postkontoret, så alle står meg like nær, men jeg prater mye med Gunder Bäck, løper med Rickard Johansson, snakker om death metal med Mattias Kenttä og planlegger jobbfest med Jonatan Harnesk.»



Tretten år for arbeidsmiljøet

Brian Melhedegaard er arbeidsmiljøombud i PostNord i Gladsaxe. Når vinteren er på sitt strengeste, er det Brian som bestemmer om posten skal ut eller ikke.

- Brevene skal frem - uansett vær, sier vi, og det stemmer nesten alltid. Vi er hardføre, men det må selvsagt være trygt å sende ut postbiler og sykler på veien. Det er jeg som har det siste ordet i saken, men ledelsen og jeg har alltid vært enige. Sikkerheten kommer først.

Det sier *Brian Melhedegaard*, som er inne i sitt 13. år som kollegenes representant for arbeidsmiljøet på PostNords store distribusjonssentral Gladsaxe Hub i utkanten av København.

- Jeg liker å prate med mennesker, og det passer bra når jeg kjører ut pakker.

Brian Melhedegaard

Jobb i PostNord: Sjåfør og arbeidsmiljøombud i Gladsaxe i København.

Nærmeste kolleger: Camilla Andersen, Hamit Afsharm og Lennart Nielsen. «Jeg og Lennart er like på mange måter. Vi er like gamle, konene våre er like gamle, vi har gode samtaler, og vi er begge svært interessert i sykkelsport. Det kan ikke bli bedre», sier Brian.



Guiden

ISKALDT OPPDRAK

Nord for polarsirkelen kan man oppleve et klarblått naturfenomen som høres ut som rumba: Mirja Niva.

TEKST: SARA MARCZAK FOTO: FREDRIC ALM

M

Mirja Niva var ute på sin daglige postbudrute på 24 mil da hun så noe stort og svart på veien. Hun rakk å tenke «Hva fasan er det der?» før hun så at det var en bjørn. I Pajala er ikke det unikt - mer unikt er derimot det som skjedde da bjørnen så Mirjas bil nærme seg.

- Da satte den på en måte bakpotene fremover og begynte å rulle som en ball. Det var veldig spesielt, sier Mirja Niva.

Kanskje var det den forestående vinteren som snudde naturen på hodet. Den kaldeste arbeidsdagen Mirja har opplevd, var det minus 52 grader. Sjefen hennes mente at hun burde innstille turen, men hun dro likevel. Kulden har hun ingen problemer med. Tvert imot.

- Jeg er aldri syk. Sist gang var i 2000, sier hun. Det er bra med tanke på at nærmeste mulige vikar befinner seg elleve mil unna. Og kanskje er hemmeligheten nettopp det kalde klimaet. Mye frisk luft og natur blir det, både i og etter arbeidstiden. Mirja liker vinteren og begynner seg ut ved titiden





Jeg ringte Eliassons Partiaffär i Karesuando og spurte etter traktoren, og den kom og hjalp meg opp.

på kvelden for å gå på ski. Først en runde med skutereren for å lage spor. Så fester hun hodelykten og spenner skiene.

MIRJA KJØRER post 250 kilometer nord for polarsirkelen, til de 400 husstandene i Kätkesuando i Pajala-området og rundt de andre tettstedene i Karesuando, der hun selv bor. Langs glatte veier på grensen mellom Sverige og Finland kan man noen timer hver dag se Mirjas blå postbil suse frem. Ute er det stille og rolig, men inne i bilen pumper musikken gjennom høyttalere så høyt at Mirja knapt hører når telefonen ringer. Hun synger seg gjennom ruten.

- Jeg elsker musikk, og det skal være høyt! Mellom klokken tolv og ett stiller jeg inn på finsk radio, for da er det mye cha-cha- og rumbamusikk der, og så bytter jeg til svensk radio igjen. **Ingen hører meg, så jeg kan synges så mye jeg vil.**

Postkontoret i Karesuando har vært Mirjas arbeidsplass siden 1989. Først sorterte hun posten. Da var de sju medarbeidere totalt. En av dem var hennes mann Bengt. I dag jobber hun der alene - og stortrives. Kollegene treffer hun en gang i året, når det er julebord.

- Mannen min var landpostbud, men da han ble uføretrygdet i 1996, tok jeg over ruten. Jeg elsker denne jobben. Hver morgen tenker jeg at posten - den er bare min! Det er nesten som å ha sitt eget firma, jeg tar hånd om alt.

MIRJAS SJEF Emma Thid holder til i Kiruna. De snakker sammen på telefon. I Vittangi finnes kollegene Per-Erik Eriksson og Per-Ola Löfgren.

Hun tar det rolig på veiene, noe annet er

3

VINTERTIPS FRA MIRJA

1. Sko i bilen

Ha alltid med deg vinterjakke og vintersko. Det er viktig å ha tykke sko om man skulle bli stående.

2. Termos med drikke

Ta med noe varmt i en termos: suppe, kaffe, te eller sjokolade, spiller ingen rolle hva, bare det er varmt.

3. Kartong til radiatoren

Klipp til biter av kartong og dekk radiatoren med det, så slipper du å få inn den råeste luften i bilen.

uaktuelt. Spesielt med alt villtet hun ser fra bilvinduet. Nesten hver dag støter hun på elg, rein, hare og skogsfugler.

- En gang kjørte jeg i grøfta da jeg svingte unna et reinsdyr. Den klarte seg, og det gjorde jeg og bilen også. Mens jeg satt der og ventet, kom reingjeteren på skuter og spurte hvor reinen hans hadde tatt veien. Meg spurte han ingenting om, og jeg satt der i grøfta. Men så ringte jeg Eliassons Partiaffär i Karesuando og spurte etter traktoren, og den kom og hjalp meg opp.

Mobildekningen har blitt bedre. Man trenger å gå maks en kilometer for å få dekning hvis bilen skulle få stopp i radioskygge. Mirja er kanskje ikke noe forbilde når det gjelder å takle kulde. Hun tør nesten ikke fortelle hva hun har på seg, selv på en vanlig vinterdag når det er mellom 20 og 30 kuldegrader.

- Jeg pleier ikke å ha noe under. Fleecejakke er det jeg bruker å ha, den liker jeg. **Og jeg pleier faktisk å ha på meg vanlige jogglesko, men jeg har vinterskoene med**

meg i bilen i tilfelle jeg skulle bli stående fast.

Foruten de gangene Mirja er blitt sittende fast med bilen på ruten, står hun sjelden stille. Mannen hennes pleier å si at hun er som en «duracellkanin». Når hun ikke jobber i PostNord, tar hun hånd om sin lille hyttelandsby, som er åpen året rundt. Og så snart hun får sjansen, drar hun til danseklubben i Kittilä i Levi, 16 mil hjemmefra.

- Jeg er en sånn spillevink som alltid finner på ting. Og det er jo så mye å gjøre her oppe. Man kan fiske, kjøre skuter og gå på ski. Og jeg elsker å bake tynnbrød.

I tillegg er hun politisk aktiv og sitter blant annet i styret for Tekniska Verken i Kiruna. Praktisk nok er hun både kvelds- og morgenmenneske, og sier at hun ikke trenger mer enn fem timers søvn hver natt.

Favorittstunden på postrunden er i den lille butikken i Kuttaine, to mil sør for Karesuando, mot Pajala. Mirja leverer brød og post og blir alltid bedt på en kopp kaffe og et smørbrød.

- Da får jeg puste ut en liten stund, det blir som en kaffepause.

OM HUN HADDE villet, og rullet det, kunne kaffepausene blitt mange flere. Mange husstander består av eldre mennesker som er helt avhengige av Mirjas postlevering. Ikke alle har datamaskin hjemme, og spørsmålet er om de i det hele tatt kunne blitt boende om ikke Mirja hadde levert post, som ikke sjelden inneholder livsviktige medisiner.

- Det er mange som vil by på kaffe, og iblant får jeg kake, blomster og presanger. Innimellom plinger telefonen og noen har skrevet «Du er best» og et hjerte. Det betyr masse og inspirerer meg enda mer. ■




Mirja Niva

Jobb i PostNord: Landpostbud på postkontoret i Karesuando.

Interesser: Driver hyttelandsby, baker, danser, plukker bær, lytter til musikk og synger, politisk engasjert, går på ski, kjører skuter og elsker å være ute i naturen året rundt. «Iblant ordner jeg med overnatting og mat til de som drar på skutersafari fra Kiruna.»

Nærmeste kolleger: Per-Erik Eriksson og Per-Ola Löfgren i Kiruna samt sjefen Emma Thid: «Vi prater mye sammen. Sikkert én gang i uken.»



«Med de lange avstandene i nord rekker ikke brøytebilene alltid å ta unna. Det setter jo litt ekstra spiss på distribusjonen om brøytebilen ikke har vært der», sier Henri Jaakola.

Henri Jaakola

Jobb i PostNord: Næringsdrivende og lastebilsjåfør i H. Jaakola. Har kjørt som underleverandør for PostNord Finland i åtte år.

Håndterer flere av PostNords faste kjøring fra Vanda i sør til Uleåborg i nord.

Kolleger i PostNord: Mikko-Antero Savolainen og Antti Niinikoski.

Guiden

«REINSDYRENE HVITE PELS SYNES IKKE MOT SNØEN»

Henri Jaakola kjenner lunene til den finske vinteren. Og innbyggerne.

TEKST: MAIJU KARHUNEN FOTO: ANTTI J LEINONEN

SOMMERNETTER ER PERFEKTE for lastebilkjøring. Spesielt i nord når nettene er lyse og solen kan skinne døgnet rundt. Det synes *Henri Jaakola*, som kjører mange av PostNords transporter i Nord-Finland. I vinterhalvåret er situasjonen en helt annen.

- Om vinteren er det nok mørke til at det holder også for sommerhalvåret. Vi ser ikke solen mange timer om dagen, sier han.

Finland består av cirka 70 prosent skog blant 168 000 sjøer. Deler av dette ligger nord for polarsirkelen. Når Henri kjører fra terminalen i Vanda utenfor Helsingfors, kan han starte i fem plussgrader med vann som spruter fra dekkene, for så å komme til 30 graders kulde i Uleåborg i Österbotten, 60 mil lenger nord.

- Man må ha godt utstyr og være forberedt på temperaturforskjeller.

I tillegg til mørket kan værforholdene variere fra glatt is ved null grader til tett snøfokk eller 25 minusgrader. Vanskelighetene som snøen forårsaker, er heller ikke over når det slutter å snø. Brøytetekantene kan gjøre veiene smalere og hindre sikten. Ifølge Henri har imidlertid ingen av transportene hans blitt stoppet av været, men det har blitt forsinkelser.

- Når man ikke ser ordentlig og det er dårlige kjøreforhold, letter man på gassen. Man tilpasser seg forholdene og gjør ikke noe overilet. Jeg sier alltid til sjåførene mine at om kjøreforholdene er dårlige, så stresser vi ikke.

Henri understreker også at selv om han kjører velkjente ruter og vet hvor lunefullt vinterværet kan være, er ikke

sjåførene han møter, nødvendigvis like erfarne. Når man kommer lenger nord, begynner man dessuten å støte på andre ting enn bare uforsiktede bilførere. Henri forteller at det er problematisk med reinsdyr på veiene, spesielt om vinteren, fordi det er vanskelig å få øye på den hvite pelsen i snølandskapet.

Til tross for alle utfordringene liker Henri vinteren, og med god beredskap kommer man langt. Han passer for eksempel på at han har så mye klær med seg at han ikke forfryser seg om han skulle havne i problemer og må vente på hjelp i kulden. I tillegg er gode vinterdekk helt nødvendig. ■

3

HENRIS TIPS TIL VINTERSJÅFØREN

1. Ikke stress

Glatte veier, brøytetekanter og dårlig sikt gjør at du bør lette på gassen. Heller forsinkelse enn ulykke.

2. Ha mye klær

Ikke på deg, men med deg i lastebilen. Du trenger ekstra klær hvis du får stopp i 25 minusgrader.

3. Bruk vinterdekk

Forsikre deg om at du har gode vinterdekk, spesielt hvis du kjører i nordlige strøk.



Anette Pedersen

Jobb i PostNord: Postbud i Hirtshals, Danmark.

Nærmeste kolleger:

«Jeg setter pris på den daglige praten med Uffe Mølgaard. Min favorittkollega er Heidi Vibeke Kristiansen, som alltid har et smil på leppene og er parat til å hjelpe. Dessverre treffes vi ikke like ofte som før, da vi arbeidet mer sammen.»

VARME HJERTER VARMER

Få kjenner motvinden like godt som Anette Pedersen. Hun har slåss mot elementene i 33 år. Da er det fint med klemmer.

TEKST: MICHAEL KIRKEBY FOTO: FREDDY BILLQVIST

TRE DAGER I uken tar *Anette Pedersen* frem sykkelen og triller nedover den lange bakken mot parkeringsplassen ved havnen i Hirtshals der arbeidsdagen hennes starter. Det tar ti minutter hvis det er motvind.

Det er alltid motvind.

I Danmark blåser det mest fra vest, og kanskje aller mest i Hirtshals – en liten fiske- og fergeby sørvest for Skagen, med 6000 innbyggere og et uendelig antall måker. Det er ingenting her som bremser vinden når den kommer susende fra Nordsjøen. Når turistene flokker seg på de brede sandstrendene utenfor byen om sommeren, er den evige kjøleeffekten forfriskende. Men om vinteren går vinden hensynsløst gjennom marg og ben.

KLOKKEN NI ER Anette fremme ved parkeringsplassen og låser opp den hvitmalte containeren som er hennes «postkontor». Her har hun el-postsykkelen sin, uniformen og andre praktiske ting hun trenger i jobben som postbud i Hirtshals. På onsdager deler hun ut post i den vestre delen av byen, på torsdager den sørlige delen, og på fredager den østlige. Mandager og tirsdager jobber hun to mil lenger inn i landet på PostNords distribusjonssenter i Hjørring. Det dekker hele området fra Skagen i nord og ned mot Ålborg i sør, fra Kattegat i øst til Nordsjøen i vest.

Noen minutter etter Anette kommer *Uffe Mølgaard* i postbilen fra Hjørring med dagens post, og de rekker alltid å

3

ANETTES BESTE TIPS TIL VINTER- SYKLISTEN

1. Gå

Hopp av elsykkelen nå og da, og gå i stedet. Det hjelper å bevege seg.

2. Vindtett

Blåsten stjeler varmen – pass på at vinden ikke trenger gjennom klærne.

3. Varm deg

Blir du likevel for kald, kan du stikke inn i en trappeoppgang i fem minutter og varme deg.

veksle noen ord om været. Fra containeren kan de se ned mot havnen og flaggene som blafrer i vinden foran Nordsjøenteret og Skaga Hotel. Og når de løfter blikket, kan de se om det er blå himmel eller mørke skyer som venter ute over havet, på vei mot dem.

– **Været har alt å si for min arbeidsdag som syklende postbud. Om det blir en fin dag eller en dag der jeg må slåss mot elementene.** I går regnet det fra morgen til kveld, og da er det ingen å hilse på ute i gatene. Da gjelder det bare å få unna utdelingen, sier Anette.

DE ER VANT til blåsten i Hirtshals. I løpet av de 33 årene Anette har jobbet som postbud, har det bare hendt en håndfull

ganger at hun har måttet avbryte postom-bæringen fordi det var umulig å stå oppreist. Om vinteren kan hun normalt holde vinden – og dermed kulden – ute ved å ta på seg en vind- eller regnjakke utenpå den store PostNord-jakken.

– Men noen ganger fryser man uansett hva man har på seg, og da er mitt beste råd å holde seg i bevegelse. Jeg får dessuten varme fra alle menneskene jeg møter på ruten. Som oftest stopper vi for å utveksle noen ord. **Og det er en dame som alltid vil ha en klem. Så da klemmer vi hverandre. Sånn kan man også holde seg varm.**

INNIMELLOM TENKER ANETTE at hun burde holde en kjempfest og invitere alle hun møter på ruten.

– Det er bare en tanke, men jeg skulle gjerne blitt litt bedre kjent med dem. Jeg kjenner dem jo bare fra de to minuttene vi stopper opp og prater, men mange av dem har virkelig gjort inntrykk.

Når arbeidsdagen er over, tar Anette sin egen sykkel oppover bakken igjen. Det går litt langsommere, til tross for medvinden. Hjemme i huset har den niårige datteren Louise og ektemannen Keld rukket hjem fra skole og jobb. Etter middag går Anette gjerne en tur med Bosco, familiens elleve år gamle labrador. Men deretter er batteriene tomme.

– Jeg er ute i frisk luft og sitter ikke stille i mange minutter fra tidlig om morgenen til klokken åtte om kvelden. Når jeg setter meg i sofaen, slokner jeg gjerne som et lys. Men det er en god tretthet. ■

LENNIS FEM VINTERTIPS

Lenni Pedersen, postbud og driftskoordinator i Esbjerg, svetter heller enn å fryse.

1. Lur deg selv

«Når været begynner å bli trist om høsten, har jeg et lite triks: Jeg tenker helt enkelt på noe annet. Det kan være barna eller hva jeg skal gjøre i helgen. På den måten kan jeg distrahere meg selv fra kulden. Det funker faktisk forbløffende ofte.»

2. Husk gummistrikk

«Esbjerg ligger ved Nordsjøen, og det blåser ofte, spesielt om vinteren. Vi er vant til det. Det andre kaller en storm, kaller vi en frisk bris. Men om man ikke er forberedt, flyr brevene av gårde. Derfor må man alltid huske å ha med seg masse gummistrikk.»

3. Nullstill kroppen

«En lang, varm dusj etter jobben gjør underverker i den kalde årstiden. Det nullstiller kroppen. Jeg står helst et kvarter under dusjen. Det er lenge når man har små barn - det synes i hvert fall kona.»

4. Spis varm suppe

«Vi har en stor suppefabrikk her i Esbjerg som lager mange forskjellige sorter. Min favoritt er currysuppen.»

5. Spill et spill

«Vi spiller gjerne klassiske brettspill i familien. Det er en fin måte å omgås på når det er mørkt ute. Det varmer også.» ■

TEKST: MICHAEL KIRKEBY
FOTO: CHRISTINA SIMONIA

Lenni Pedersen

Jobb i PostNord: Postbud og driftskoordinator i Esbjerg i Danmark.

Nærmeste kolleger: Rasmus Dam Petersen «er engasjert og alltid i godt humør. Det smitter». Thomas Thomsen «er Mister Reliable med massevis av humor», og Sindy Charlotte Thomsen «er hjelpsom og har alltid et glimt i øyet».



Currysuppe varmer på kalde dager, sier Lenni Pedersen.



Mohammad Al Rammal
fyller på flaskemaskinen
som forandret alt.

DEN MAGISKE MASKINEN

**Lageret druknet i drikkevarer. Arbeidet
var ineffektivt og slet på medarbeiderne.
Da kom den geniale ideen.**

TEKST: ANDREAS UTTERSTRÖM FOTO: MAGNUS LAUPA



- **JEG PLEIDE Å** bære hver flaske som om den var et lite barn, sier *Konstantina Kotsiopolou*.

- Men man tilpasser seg.

Konstantina er lagerholder og en av dem som fyller på flaskemaskinen. Ikke la det noe banale navnet lure deg. Maskinen vi snakker om, forandret alt på PostNords TPL-lager i Jordbro sør for Stockholm. Eller rettere sagt, den lysende ideen som ble til maskinen.

Men la oss ta alt fra begynnelsen.

HVERT ÅR HÅNTERER PostNord TPL i Jordbro ca. 870 000 liter alkoholholdige drikkevarer.

Et svimlende tall, men sånn blir det når man har store vin- og brennevinimportører som kunder og dermed tar hånd om en betydelig del av Systembolagets sortiment.

I dag flyter arbeidet godt for medarbeiderne, som i antall varierer mellom 80 og 150, avhengig av sesong.

HER ER MEDARBEIDERNE BEDRE ENN ROBOTER

På tredjepartslogistikklageret i Jordbro testet man robottrucker, eller AGV-er (Automated Guided Vehicles), som de egentlig heter. De er ofte et effektivt alternativ for å flytte paller fra A til B. Men i Jordbro var medarbeiderne ganske enkelt bedre. Eller som regionsjef Pierre Nilsson uttrykker det:

- AGV-ene passet ikke helt inn hos oss fordi vi også har mer enn 90 vanlige trucker kjørende per skift. Robottruckene var for det meste i veien.

Slik har det ikke alltid vært.

For tolv år siden sto de overfor en stor utfordring. Nye kunder gjorde at antallet vin- og brennevinflasker økte markant. Flaskene kom fra hele verden til lageret i Jordbro. De ble oppbevart i vanlige hyller før de ble pakket og sendt til Systembolaget og restauranter.

- Under det jeg kaller «depresjonsperioden», som i november, er det mye tunge rødviner. Rundt nyttår øker champagneleveransene, og om sommeren er det mye rosé, sier regionsjef *Pierre Nilsson*.

DEN LAVESTE HYLLEN var noen desimeter over gulvet, og den høyeste omtrent to meter opp. Medarbeiderne gikk rundt med vogner og plukket de bestilte varene for hånd. Den måten å jobbe på hadde imidlertid nådd grensen og var ikke bra fra et arbeidsmiljøperspektiv.

- Det tok veldig lang tid, og vi begynte å tenke på hvordan vi kunne gjøre arbeidet mer effektivt, sier *Pierre Nilsson*.

Det ble innkalt til et møte for å utveksle ideer. I tillegg til *Pierre Nilsson* deltok blant andre produksjonsjef *Dardan Ferati* og daværende produksjonsleder *Andreas Blennestrand*.

Det ville blitt dyrt å bygge ut, og dessuten var det ikke mye plass igjen på tomten. En slik satsing ville heller ikke løst den ineffektive arbeidsmåten.

De stilte også seg selv det samme spørsmålet som mange andre som jobber med logistikk: Hvordan ville



Teamet på PostNord TPL i Jordbro. Fra venstre: Omar Al Rammal, Dardan Ferati, Pierre Nilsson, Konstantina Kotsiopolou, Andreas Blennestrand, Andreas Nilsson, Mohammad Al Rammal og Malek Beirakdar.



En flaskemaskin – tre meter bred og elleve meter høy – har med tiden blitt til seks. Hver maskin rommer ca. 16 000 flasker.

tysterne gjort det, de som er kjent for effektivitet og leveringssikkerhet? Men da de studerte ulike tyske løsninger, fant de heller ingen smarte og kreative innovasjoner som de ikke selv hadde tenkt på allerede.

Løsningen viste seg å finnes innenfor lagerets vegger: reservedelsmaskinen.

Toshiba Tec var en stor kunde den gangen. I Jordbro fantes det både et lager av TV-apparater og mindre reservedeler. For å kunne håndtere bestillinger av kabler, valser, minnepinner og alt derimellom på vanlige hyller, var det nødvendig med 100 000 lagerlokasjoner. Derfor hadde PostNord TPL Region Stockholm i 2005 kjøpt inn en reservedelsmaskin. Den har tilgang 200 lokasjoner via innebygde heiser, og de ansatte trenger ikke å løpe rundt mellom hyllene.

– Hvorfor ikke bruke en lignende maskin for å sortere flasker? Da vi begynte å prate om dette, kjente vi oss sikre på at det ville fungere, sier Pierre Nilsson.

Men det var noen nøtter å knekke.

TOSHIBAS RESERVEDELER BLE oppbevart i små metallbokser, noe som ikke passer for flasker med vin og brennevin. Løsningen ble rektangulære bokser av bølgepapp, et materiale som beskytter flaskene om de skulle ramle. I tillegg fikk leverandøren Weland Lagersystem oppgaven med å gjøre høydejusteringer slik at flaskene fikk plass i maskinen.

Deretter fantes det ytterligere en utfordring.

Spørsmålet var om gulvet på lageret var tilstrekkelig plant. Det var helt nødvendig med tanke på at maskinen er så stor og tung. Et ujevnt underlag ville kunne føre til spenninger i automatikken, og i verste fall forårsake produksjonsstopp.

Leverandøren besøkte Jordbro for å studere gulvet nærmere.

– Det viste seg å være jevnt og fint, så det var bare å sette i gang, forteller daværende produksjonsleder Andreas Blennestrand.

En ny reservedelsmaskin, eller lagerautomat som det egentlig heter, ble kjøpt inn, og i 2008 ble arbeidet med den igangsatt.

Andreas Blennestrand husker da han for første gang så reservedelsmaskinen som var forvandlet til en flaskemaskin. Hyllene der vin- og brennevinsflaskene tidligere ble oppbevart, var demontert og erstattet med en imponerende maskin, tre ganger tre meter i areal og elleve meter høy. Den rommer ca. 16 000 flasker og håndterer omkring 3500 hver dag.

– Resultatet var påtakelig. Det var heftig å se, sier Andreas Blennestrand.

De følgende årene ble ytterligere fem maskiner kjøpt inn. Om lageret i Jordbro hadde vært et fotballag, ville flaskemaskinene vært midtbanen der spillet flyter.

EN AV DEM som til daglig jobber med flaskemaskinen, er *Mohammad Al Rammal*. Han har arbeidet på lageret i åtte år. I dag har han også sin bror og en venn som arbeidskamerater.

– Det er en morsom jobb der vi alltid har noe å gjøre. Alt fungerer bra, og det er ikke stressende, sier han.

For regionsjef Pierre Nilsson har flaskemaskinene vært ekstremt verdifulle. Arbeidet er i dag mer effektivt, noe som sparer både penger og ressurser. Dessuten har arbeidsmiljøet blitt bedre, forteller han:

– Da vi lagret vinflaskene i hyller, ble det skittent, og vi måtte gå rundt og tørke av støv iblant.

I dag er det rent og pent, og medarbeiderne behøver ikke å stå på paller for å nå opp til øverste hylle. ■

PostNord TPL i Norden

Sverige

21 lagre i Stockholm, Norrköping, Jönköping, Göteborg, Ljungby, Helsingborg og Malmö. Totalt 550 000 kvm lagerareal. Omsetning 2200 MSEK. Sysselsetter 2200 personer.

Finland

Tre lagre i Helsingfors, Lahti og Åbo. Totalt 80 000 kvm lagerareal. Omsetning rundt 125 MSEK. Sysselsetter 140 personer.

Danmark

To lagre i København og Køge. Totalt 45 000 kvm lagerareal. Omsetning rundt 65 MSEK. Sysselsetter 70 personer.

Norge

Ingen egentlig TPL-virksomhet per i dag.

De har jobben, og de har lidenskapen. De to tingene går hånd i hånd, på godt og vondt. Møt PostNord-medarbeiderne som kombinerer arbeidet med en fritid der pulsen sjelden går ned.

Jager gylne øyeblikk

Det finnes øyeblikk da Iben Bekker Larsen letter fra bakken.

– **HVA JEG TENKER** på når jeg sitter på sykkelen? Noen ganger tømmer jeg bare hodet for tanker. Andre ganger synes jeg litt synd på meg selv fordi bena stivner. Men det finnes også gylne øyeblikk da jeg føler at jeg letter fra bakken og kan gjøre hva som helst. Da har jeg diamanter i bena.

Iben Bekker Larsen vet hva hun snakker om. Nesten hver uke sitter hun minst ti timer på sin ultralette Orbea-racersykel i karbonfiber og bøyer hodet mot vinden. Sin filosofi fra sykkelsporten bruker hun også i familielivet og i jobben i PostNord: Når man prioriterer kreftene riktig, kommer man lengst og lykkes best.

IBENS MÅL ER å sykle 10 000 kilometer i løpet av et år. Kilometerne legger hun ikke bare bak seg på fritiden. Hun har nemlig to jobber i PostNord. Hun er Sales Area Controller, men for to år siden ble hun også ansvarlig for bedriftsnettverket PostNord Velo. Der møtes mange bedriftsledere på Jylland og Sjælland hver uke for å sykle, spise og bygge nettverk.

– Flere av de største kundene våre, en gjeng selgere og noen fra toppledelsen er også med. Medlemmene betaler av egen

lomme for å være med, og alle er seriøse. Vi sykler ikke bare for moro skyld, vi trener hardt.

– Det er mitt ansvar at alt det praktiske fungerer, og det kan føles stort med et nettverk på 100 medlemmer. Men når jeg blir stresset, finnes det ikke noe bedre enn å komme ut og puste inn den friske vinden.

IBEN BOR SAMMEN med ektemannen Morten og deres ti år gamle datter Emma i den lille byen Askov i Sønderjylland. Fra huset har de utsikt over vidstrakte marker i det flate landskapet. Det er også der hun trener oftest på fritiden.

– Jeg vil helst ut på landeveien tre ganger i uken, gjerne mer. Noen ganger alene, andre ganger med Morten. Det var gjennom ham jeg ble interessert i sykling for fire år siden.

– Vi arbeider begge heltid, så det er samtidig en måte for oss å omgås på. Når Emma leker med venner, sykler de voksne en tur. Sånn er det hos oss. Etterpå hygger vi oss og har kvalitetstid sammen, alle tre.

Restituering inngår i alle treningsprogrammer. Hos Iben og familien hennes gjøres det gjerne dypt nede i sofaen med snacks, hjemmelagde pannekaker og god

sjokolade. Når man har brent kalorier, skal det være plass til godsaker.

– Det kreves planlegging for å få puslespillet med jobb, familie og trening til å gå opp. Jeg er flink til å disponere tiden, men innimellom må jeg erkjenne at jeg ikke rekker alt. Det må jeg også akseptere. Om vinteren sykler jeg innendørs på trenings sykkel. Da kan jeg trene senere på kvelden.

ALENE PÅ FLATE strekninger holder Iben helst en gjennomsnittsfart på 28 til 30 kilometer i timen. Sykler hun i gruppe, noe som reduserer vindmotstanden, skal farten være høyere. Langsomt går det i bakkene rundt Vejle på Østjylland, der den gjennomsnittlige stigningsprosenten er den samme som på det berømte fjellet Alpe d'Huez, kjent fra Tour de France.

– Det føles i hvert fall sånn. Men i stedet for timer å nå toppen, tar det snarere minutter.

MICHAEL KIRKEBY

Iben Bekker Larsen

Jobb i PostNord: Sales Area Controller og ansvarlig for nettverket PostNord Velo.

Nærmeste kolleger: «Jeg er tilknyttet et team på ni personer i Sales Operations, Team Data & Process i København. Jeg jobber tett med så mange at det er vanskelig å trekke frem noen spesiell. I nettverket PostNord Velo sykler jeg ofte med Peter Kjær Jensen, Troels Veise og Keld Lindbjerg.»



«Vi sykler ikke bare for moro skyld, vi trener hardt», sier Iben Bekker Larsen.

«Det er total harmoni»

Mikaela Linnér tilbringer fritiden i svette, barnåler og leire. I en fullstendig følelse av frihet. I tolv mil.

SOM EN BLANDING av maraton og Formel 1-løp, men på hest. Slik beskriver *Mikaela Linnér* konkurransegrenen distanseritt. Kraften fra hestens muskelmasse i den rytmiske galoppen blir hennes, og sammen konkurrerer de som en enhet.

– Det er total harmoni når alt flyter slik man vil, sier hun.

Mikaela var tre år gammel første gang hun satt på en hest, og hun begynte på rideskole da hun var fem. Siden da har hester alltid vært en del av livet hennes. I dag trener og konkurrerer hun med tre hester, hvorav to er hennes egne. De arabiske fullblodshestene Peach Passion, Le Shadow og Isa bytter på å forsvare den svenske mestertittelen i distanseritt sammen med Mikaela.

– Jo visst er det tøft og mye å ordne med, men jeg elsker å være ute i naturen hele tiden. De dagene jeg ikke er helt på topp, blir jeg alltid i godt humør når jeg kommer til stallen og kjenner en myk mule mot kinnnet. Da bare løsner alt.

TRE HESTER SOM skal passes på og trenes regelmessig, krever omhyggelig planlegging og steinhard disiplin. Treningsøktene er flere timer lange. Konkurransebanene er delt inn i ulike etapper for at rytterne skal kunne planlegge roligere partier og spare på hestens krefter på en god måte. Ikke helt ulikt jobben som terminalarbeider. Når Mikaela ikke rir eller jobber ekstra i en hunde- og hestebutikk, befinner hun seg ved innbanen på PostNords nye pakketerminal i Växjö.

– I PostNord jobber jeg fra klokken fem til ni hver kveld. Det gjør det mulig for meg å

satse på ridningen samtidig. Jeg kan være fleksibel med alt jeg må gjøre. Om vinteren er det fint å kunne trene mens det er lyst, og slippe å ri med hodelykt.

Det blir intenst, og noen ganger flyter de to verdenene sammen.

– Akkurat som i PostNord er det mye planlegging og struktur i hestelivet. Flere ganger om dagen tar jeg meg selv i å tenke logistikk i stedet. Kan jeg ta med meg bisselet når jeg går bort for å måke, for å spare litt tid? Det er vel en yrkesskade, men det passer også meg som person fordi jeg vil presse inn så mye som mulig til alle døgnets timer.

OG DET GREIER hun. Men på samme måte som med jobben i PostNord, er ridningen alt annet enn en soloprestasjon. Hestetrener, fysiotrener, hestemassør, medryttere, venner, mor, far og bror er personer som gjør at livet på hesteryggen blir en livsstil mer enn en hobby. Også i PostNord setter hun lagånden høyt.

– Jeg kommer nok alltid til å drive med hester på en eller annen måte, men det finnes et poeng med å kombinere hestelivet med en helt annen jobb. I PostNord får jeg energi som jeg tar med meg til stallen, og jeg tror det er en forutsetning for at jeg skal beholde pasjonen for ridningen.

SARA MARCZAK



Galopper med Mikaela
Følg oss på Instagram
@peoplebypostnord

Mikaela Linnér

Jobb i PostNord: Terminalarbeider i Växjö.

Nærmeste kolleger:

«Kollegene Melinda Andersson, Felicia Walldén Bančić, Lid Ashmed og gruppelederne Anders Jakobsson, Elin Gideskog og Martin Axelsson har betydd mye for meg. Det merkes at terminalen er ny, for alle ideer er velkomne, og alt er så moderne og nytt. Alle tar vare på hverandre på en god måte.»





«I PostNord jobber jeg fra klokken fem til ni hver kveld. Det gjør det mulig for meg å satse på ridningen samtidig», sier Mikaela Linnér.



«Mange undervurderer meg, for jeg ser ikke ut som noen bodybuilder», sier Torbjørn Vollan.

CHRIS MALUSZYNSKI

Torbjørn Vollan

Jobb i PostNord: Logistikkoperatør på Alfaset-terminalen i Oslo.

Nærmeste kolleger: Arash Kanis, Odin Stene, Roger Fredriksen, Thor Åge Grande og Tom Wiklund.

Torbjørns kjæreste på den tiden likte ikke at han trente sammen med andre damer i klubben, så han la opp etter VM. Etter hvert flyttet han til Lier, giftet seg og begynte å jobbe som logistikkoperatør i PostNord.

– For et par år siden ble jeg kontaktet av en tidligere klubbkamerat som lurte på om jeg ville bli med og se på norgesmesterskapet. Da kjente jeg at dette hadde jeg savnet, så jeg tok en prat med kona og forklarte at dette var en hobby som pleide å bety mye for meg. Hun oppfordret meg til å ta det opp igjen.

Dermed var Torbjørn «back in business» som aktivt medlem i Jølster Handbakklubb. Han bor i dag i Drammen og trener i Sandefjord, åtte mil unna.

– Det blir noen timers kjøring, men det er det verdt. Jeg har store ambisjoner og sikter meg inn på landslaget igjen.

I LØPET AV de siste to årene har Torbjørn gått ned 20 kilo. Han veide 97 kilo, og «alt var en kamp». Nå har han kuttet ut brød, pasta og poteter og erstattet det med salat, grønnsaker, kjøtt og fisk. Men i helgene er alt lov. At formen er blitt bedre, merkes også i jobben.

– Alt har blitt lettere. Jeg tenker bevisst på hvordan jeg holder hvert kolli, sånn at jeg får trent håndledd, underarm og biceps på jobb.

I dag er de 13-årige skolejentene erstattet av muskelbunter på 100 kilo på puben. Når folk får nyss om at han er aktiv håndbakutøver, er det mange som vil prøve seg mot ham.

– Mange undervurderer meg, for jeg ser ikke ut som noen bodybuilder. Jeg synes det er artig å vinne over svære gamper. Det viktigste i håndbak er et sterkt håndledd – hvis det er svakt, spiller det ingen rolle hvor mye muskler du har.

SISSEL FANTOFT

Never av stål

Torbjørn Vollan vinner over alle, utenom japanere og 13-årige skolejenter.

FOR 36 ÅR siden ble *Torbjørn Vollan* utfordret i håndbak. Av en jente i sjetteklasse – ett år eldre enn han. «Kom igjen!» svarte Torbjørn.

Det skulle han aldri ha gjort.

Eller?

– Jeg tapte så det sang. Det glemmer jeg aldri. Det var fryktelig flaut da, men nå er det bare artig å tenke tilbake på, sier han.

For faktum er at 15 år etter det tunge tapet i skolekorridoren, ble Torbjørn Vollan norsk mester i håndbak.

– Jeg jobbet mange år på kaia i Ålesund og losset og lastet båter med fisk, og har alltid likt å måle krefter med andre. I tenårene drev jeg med bryting.

SAMME ÅR SOM Torbjørn ble norsk mester – 1998 – ble han sendt til verdensmesterskapet i Thunder Bay i Canada. Der ble han slått ut av den kommende verdensmesteren fra Japan i andre runde.

– Jeg trodde han skulle rive av meg hånden – jeg hadde vondt i flere timer etterpå.



Lær deg å bryte håndbak som Torbjørn
Følg oss på Instagram
@peoplebypostnord

MAGNUS WISLANDER

Jobb: Produksjonssjef i PostNord Sverige i Göteborg, ekspertkommentator i Radiosporten samt assisterende trener for Redberglids IK i håndballigaen.

Wow: Kåret til verdens beste håndballspiller i 1990, og århundrets beste i 1999.

Vil takke: «Det er noen PostNord-medarbeidere som virkelig løftet meg da jeg kom tilbake fra Tyskland, som Magnus Lovell og Tommy Blomqvist. De støttet meg, nesten headhundet meg.»

«Jeg jobber hardt for ikke å ha noen fritid»

Kan man ha noen mål igjen når man er blitt kåret til best i verden de siste hundre årene? Selvsagt – det finnes jo sekunder å spare og biler å bulke.

VERDENS BESTE håndballspiller *Magnus Wislander* trekker pusten dypt og ser på klokken. Hvor mye tid er det igjen? Etter to VM-gull, fire EM-gull og tre OL-sølv vet han at det er små marginer mellom suksess og fiasko.

Det er kanskje den 19. av 25 ganger han kaster et blikk på klokken for å se hvor fort det går. Den 20. gangen følger raskt deretter. Og den 21. og 22.

Det ser bra ut. Det kommer til å gå. Dagens postrunde går raskere enn i går. Magnus ler av minnet.

– Nå jobber jeg ikke lenger som postbud, men da jeg gjorde det, var det ikke en dag jeg ikke så på klokken 25 ganger. Jeg må ha et konkurransemoment, forteller Magnus, som nå jobber

som produksjonssjef på Hisingen i Göteborg.

Magnus Wislanders karriere, med 13 mesterskapsmedaljer og tittelen 1900-tallets beste håndballspiller, er uovertruffen. Han sluttet som postbud i forbindelse med flyttingen til den tyske klubben THW Kiel. Men etter tolv fremgangsrike år utenlands valgte familien Wislander å flytte hjem til Sverige igjen i 2002. Kort tid deretter returnerte han til PostNord.

Det internasjonale gjennombruddet kom under VM i 1990, da Sverige tok gull. Magnus scoret seks mål i finalen mot Sovjetunionen og ble stor gullhelt.

– Jeg har ikke sett kampen senere, men jeg husker en god del. Samtidig er det noe

man legger bak seg. Kampen er slutt, festen er over, og det er tid for neste kamp. Det er en forklaring på at karrieren min varte så lenge. Jeg har en forståelsesfull familie og var så heldig å holde meg skadefri, og jeg fokuserte på kampen når det var kamp – jeg gikk ikke rundt og var nervøs flere dager i forveien.

Etter spillerkarrieren valgte Magnus å bli trener. Akkurat nå er han assisterende trener for Redberglids IK i den svenske håndballigaen.

– Jeg jobber hardt for ikke å ha noen fritid, så jeg har begynt å kjøre bilcross også, det er det morsomste jeg har gjort.

– Er du like konkurranseorientert der?

– Nei, nei, ikke i det hele tatt ... Men jeg vil jo selvsagt gjøre det bra. ■

«INGEN HAR SETT MEG I TRIKOT»

Superhelter finnes det mange av, men det finnes bare én Superman. To, hvis man tar med Per Nordberg.

TEKST: NICLAS GREEN FOTO: MAGNUS LAUPA





DET VAR UNDER et besøk hos en kunde i Midt-Sverige – et sted mellom postnummer 69 og 71, for å være litt mer eksakt – at kallenavnet plutselig dukket opp.

Kollegaen *Rikard Nilsson* beskrev *Per Nordberg* for kunden med ett ord: Superman.


Siden da har det festet seg.

– Det bare poppet opp da vi pratet med kunden. Jeg har egentlig aldri helt forstått hvordan eller hvorfor eller hva han mener med det, det kom som lyn fra klar himmel. Men jeg kan i hvert fall si at han aldri har sett meg i trikot, sier Per Nordberg med en latter.

Og ler gjør han mye, PostNords logistikkspesialist fra Örebro. Kollegene forteller at han, til tross for mangelen på blå trikot og rød kappe, er en avholdt medarbeider og en kollega som alltid har en vittighet på lager.

– Humoren har jeg arvet fra foreldrene mine. Man skal være glad, det gjør jo jobben enklere og morsommere. Å kunne le sammen betyr så mye.

Men humor gjør ingen til superhelt. Som logistikkspesialist hjelper han generalistene og sitter på mye kunnskap om større



«Jeg har nok større ører enn kjeft», sier Per «Superman» Nordberg.



PERMANENT

THE





«Man skal være glad, det
gjør jo jobben enklere og
morsommere. Å kunne le
sammen betyr så mye»,
sier Per Nordberg.



«Jeg går ikke inn i en yrkesrolle og har en annen privat. Jeg er likedan, jeg er sånn hjemme også.»

sendinger, kunnskap han gjerne deler med andre.

Og det er vel et eller annet sted der at karakteristikken begynner å få sin forklaring.

– Jeg forsøker å se løsninger. Jeg sier ikke nei hvis noen trenger hjelp, selv om det kanskje fører til litt stress og tidsnød. Jeg kan langt fra alt, men kjenner godt til visse deler av PostNord-verdenen.

Han vrir litt på seg når kallenavnet kommer opp.

– Det er jo bare sånn jeg er som person. Jeg gjør ikke noe bemerkelsesverdig, jeg bare gjør jobben min.

KOLLEGAEN RIKARD NILSSON er ikke enig i at Per «bare gjør jobben sin». Det finnes gode kolleger, og det finnes GODE kolleger. Per tilhører den sistnevnte kategorien.

– Ja, han har et utrolig kundefokus. Han er kunnskapsrik og forretningsfokuset og har alltid et smil om munnen. Dessuten er han hjelpsom og profesjonell og stiller alltid opp for kolleger og kunder. Og så er han sterk, sier Rikard.

Og kjært barn har mange navn. Når vi spør de nærmeste kollegene, dukker et annet navn opp: Partioraket.

– Haha. Partioraket? Det har jeg faktisk ikke hørt selv, sier Per Nordberg.

– Men jo, jeg har solgt mye partigods. Og når vi snakker om partier, så mener vi større sendinger over 2,5 tonn, opptil fulle lastebiler. Det som er spesielt med partier, er at de går direkte fra kunde til sluttkunde, aldri inn via terminal. Dette har jeg jobbet med lenge, både i Sverige og på kontinentet. Så det er klart jeg kan en del om det.

EN TING PER ofte kommer tilbake til, er balanse. Balansen mellom det strengt profesjonelle og en gapskratt. Mellom å lytte og prate. Og så, rent konkret, balanse i trafikkflyten.



Per Nordberg

Jobb i PostNord: Logistikkspesialist på stykkgodsterminalen i Örebro.

Nærmeste kolleger: Rikard Nilsson, Magnus Enerholm, Marie Hallin, Mikael Liljeberg, Marie Sjöstrand, Mikael Torsell, Anna Bengtsberg med flere. «Vi sitter mange i et stort kontorlandskap.»

– Utfordringen er bare å finne behovet og balansen. Er jeg ute hos en kunde, må jeg sjekke og faktisk sørge for at det blir en balanse. Når vi sender ned biler til kontinentet, vil vi at de skal få med seg gods hjem igjen, sier han.

DET ER ALLTID en spesiell opplevelse å dra på kundebesøk sammen med Per Nordberg. Ikke bare fordi han alltid har bilen pakket med godt humør, men også fordi han alltid har kundens beste for øyet.

– Per er god å ha med på kundebesøk, for han er veldig lydhør. Ikke som en selger, om det er lov å si det sånn? sier en annen kollega i forbiarten.

Per bare ler igjen.

– Ja, jeg har nok større ører enn kjeft. Den gamle klisjeen om at Lacoste-krokodillen er selgernes logo, passer nok ikke på meg. Jeg tror jeg er en god lytter.

Pers sjef *Marie Hallin* mener at nettopp det er hans store styrke.

– Han har et herlig engasjement og tilstedeværelse overfor kunder og kolleger. Per er hjelpsom, vennlig og myk i sin måte å møte disse på, sier hun.

– Han har stor kompetanse spesielt innen tung logistikk, og bidrar mye på teamet sitt ved å spre og dele den kunnskapen. Per er ganske enkelt en svært avholdt medarbeider og kollega.

Men hvordan skiller Per Nordberg på jobben seg fra Per Nordberg privat?

Ikke spesielt mye, mener han.

– Jeg går ikke inn i en yrkesrolle og har en annen privat. Jeg er likedan, jeg er sånn hjemme også. Jeg får høre at jeg er for snill, at jeg aldri sier nei. Men det gjør jeg faktisk. Og så er jeg en skikkelig tidsoptimist. Det får jeg også høre hjemme. Jeg kommer aldri for sent til møter, men det kan være i siste minutt noen ganger. Min kone er heldigvis annerledes.

HVA GJØR SÅ en Superman på fritiden?

Rydder opp i Metropolis? Skriver tekster for Daily Planet?

Niks.

– Jeg konkurrerer i enduro, på mosjonsnivå, forteller Per.

Han har kjørt fem klassikere der Gotland Grand National inngår, men setter grensen ved Novemberkåsan.

– Den er litt for tøff for meg. Jeg har tross alt passert 50, og begynte med dette for bare åtte år siden. Men det er gøy, og god mosjon. Nettopp Gotland Grand National er morsom og tøff. Å kjøre så mange runder som mulig på tre timer er tøft. Jeg burde egentlig kjørt litt oftere for å holde meg i form.

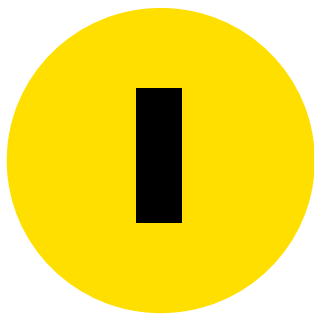
– Men for meg er det en måte å lade batteriene på.

Selv en Superman trenger å fylle på energi iblant. ■

«Det er blitt en bedre verden»

Si «Black Friday 2017» til Tord Nicolaisen Brønseth, og han ser ut til å få et nervesammenbrudd.

TEKST: OLA HENMO FOTO: CHRIS MALUSZYNSKI



I DAG ER virksomheten et velsmurt maskineri. Det var annerledes for bare to år siden. Alle visste at nettbestillinger med påfølgende hjemlevering kom til å ta av rundt Black Friday 2017.

Men ingen var forberedt på hvor formidabel veksten skulle bli. *Tord Nicolaisen Brønseth*, kjøreleder for hjemlevering, skjærer grimaser og stønner når han tenker tilbake på kaoset som rådet på PostNord-terminalen på Alfaset, der hjemleveringen var avspist med snaut 1500 kvadratmeter.

– Vi trodde vi var forberedt, og hadde lagt opp til en dobling fra året før, men det ble så mye, mye mer. Resultatet var at vi hadde altfor lite plass til alle pakkene. Og med bare fire porter tilgjengelige for bilene, hjalp det ikke å ha bortimot 40 sjåførere i arbeid, forteller han.

DE ANSATTE PÅ terminalen rakk bare å grovsortere pakkene i hauger – vestover, nordover, sørover, østover, Oslo – før sjåførene, som sto i kø utenfor, ble

kalt inn én og én, fylte opp bilene og kjørte av sted uten skikkelig ruteplanlegging.

– Vi hadde ikke kapasitet til å avtale leveringstid med mottakerne, så de var ikke alltid hjemme når vi kom. Det resulterte i at vi ikke kunne levere alle pakkene, noe som i sin tur førte til at mottakerne klaget til leverandørene over uteblitte leveranser, som igjen sendte ut nye varer. Og så var sirkuset i gang, med enda flere pakker.

– En kunde som hadde bestilt Adidas-klær, fikk dem levert fire ganger – og da hadde vi dessuten vært hjemme hos ham ytterligere tre ganger uten å kunne levere fordi han ikke var hjemme, sier Tord og presser frem et smil.

Jonny Paulsen var en av de frustrerte sjåførene disse dagene og kveldene.

– Jeg har forsøkt å fortrenge det. Det var rett og slett et mareritt. Vi sto i kø foran portene, og det var langt på kveld før vi fikk pakkene som skulle kjøres ut.

MENS TORD, JONNY og kollegene deres gjorde sitt ytterste for å holde hodet kaldt, blåste misfornøyde PostNord-kunder ut i både sosiale og tradisjonelle medier.

«Det er menneskelig å gjøre feil, men dette er aldeles ikke greit», sa en mann til Dagbladet etter å ha ventet i 22 dager på en sending fra apoteket. En annen



Tord Nicolaisen Brønseth

Gjør hos PostNord: Kjøreleder på hjemlevering på Alfaset-terminalen i Oslo.
Nærmeste kollegaer: Jonny Paulsen, Cecilie Steinsland og Morten Løkås.

MORTEN LØKÅS:

Alt fungerer helt strålende nå. Vi fryktet Black Friday i fjor og var mentalt forberedt på det verste, men det gled helt knirkefritt.

kunde klaget på motstridende informasjon om hvor det bestilte toalettet hans egentlig befant seg. Nettstedet «Din side» rapporterte om 184 personer i telefonkø og en ventetid på 100 minutter hos PostNords kundeservice.

Tord er fra Nord-Norge, og der er verken tålmodighet eller diplomatisk språk blant de mest utpregede kjennetegnene. Eitrende forbannet krevde han forandringer fra sjefene.

– Jeg sa på ekte nordnorsk vis fra om hvor sjanseløst dette var, at jeg ikke gadd mer om vi ikke fikk mer plass. Da ville jeg heller si opp.

Og hva svarte sjefene?

– De lot meg kjefte fra meg før de sa at jeg var satt i en situasjon der det var umulig å mestre jobben. De sa at jeg bare fikk gjøre mitt beste.

Sjefene var jo ikke fornøyde, de heller. Driftsleder *Morten Løkås* forteller at han ikke har opplevd noe verre på sine 15 år i PostNord.

– Det var dypt demotiverende. Vi jobbet nesten døgnet rundt, selv vurderte jeg å ha med sovepose. Alle var misfornøyde, og det med god grunn.

NOE MÅTTE SKJE. Og heldigvis forsto alle i PostNord at hjemleveringen behøvde mye mer plass. Dermed begynte jakten på nye lokaler med nok gulvareal, og i august 2018 kunne Tord, Morten og resten av personalet flytte inn på nesten 4000 perfekte kvadratmeter ved E6 på Lørenskog. Her er det hele ti porter til bilene.

Det var i grevens tid. For ikke bare bestiller kundene mer og mer på nettet, noe som gjør at PostNord nå i snitt har over tusen hjemleveringer fra Lørenskog hver dag. De bestiller også mye større volumer. Den dagen vi er innom, har PostNord nettopp mottatt 2,7 tonn parkett til hjemlevering hos en kunde.

Men sånt er ikke lenger noe problem.

– Alt fungerer helt strålende nå. Vi fryktet Black Friday i fjor og var mentalt forberedt på det verste, men det gled helt knirkefritt. Vi hadde stålkontroll og fikk supre tilbakemeldinger, forteller Morten.

Sjåfør Jonny Paulsen er enig:

– Det kan ikke sammenlignes. Det er blitt en helt ny og langt bedre verden.

DET MERKES OGSÅ på responsen fra kundene. Mens



Sjåfør Jonny Paulsen har fått oppleve en total forvandling - fra kaos til stålkontroll.

vi er fluer på veggen under det daglige sjåfør møtet, formidler Tord ris og ros han har mottatt de siste dagene. Og det er helt klart mest ros.

«Han som leverte pakkene, hjalp meg med å bære dem opp i fjerde etasje, uten heis! Uventet og kjærkommen ekstraservice», skrev en kunde. «Ringte og sa han var forsinket. Holdt meg oppdatert på når han kom. Hyggelig og blid», fikk vi høre fra en annen kunde. «EXTREMELY GOOD SERVICE», lyder dommen fra en tredje.

Er det nesten så du kunne tenke deg å kjøre selv for å oppleve alle de fornøyde kundene der ute?

– Går nok ikke det, dessverre. Jeg har aldri hatt førerkort, svarer Tord. ■

SLIK OVERLEVER DU ÅRETS SLUTTSPURT

Det er i perioden mellom Black Friday og julaften alle som jobber i PostNord virkelig viser hva de er gode for. Her er noen tiltak som blir iverksatt før årets volumtopper, pluss dine kollegers beste overlevelsestips.

FINLAND

Mer effektiv sortering i Åbo



Markus Seppälä

PostNord forbereder seg på trykket i høysesongen gjennom to forbedringer i 2019. I Åbo satser de på en mer effektiv sorteringsmaskin som kan håndtere 5000 pakker i timen.

- Sorteringsmaskinen gjør at vi for eksempel bedre kan styre pakkene som kommer inn til Åbo, og håndtere finsortering på de andre terminalene, sier Operations Development Manager *Markus Seppälä*.

Et annet tiltak som skal lette arbeidet i den kommende sesongen, er flyttingen av terminalvirksomheten i Vanda. Logistikk-tjenestene innen helsehjelp har nemlig rullet videre, fra terminalen på Träffgränden til terminalen på Tjänstevägen halvannen kilometer unna.

- Der har vi nytt utstyr som er spesialtilpasset for den typen transport, og endringen frigjør også håndteringskapasitet i terminalen på Träffgränden som vi trenger i den travleste perioden.

«Det er viktig med humor»



Mikko Kerkkänen

Mikko Kerkkänen bygger store displayløsninger på Träffgränden i Vanda, og han vet hvordan det føles når det er travelt. I høysesongen bygger han og kollegene tusenvis av displayer som blir en del av butikkenes juledekorasjon.

- Arbeidet kan være stressende, for jeg har stort ansvar for tre ulike kunders displayløsninger. Vi må virkelig gi alt, sier Mikko.

Men det er også bra å jobbe i høysesongen. Dagene suser raskt av sted. Mikko understreker hvor viktig det er å le.

- Jeg forsøker å ta alt med humor!

Mikko lader batteriene ved å bevege seg i naturen, noe han gjerne anbefaler til andre.

- Når jeg går turer i naturen, blir jeg rolig og kutter ut jobbtankene helt.

NORGE

Digitalt utstyr fikser biffen



Pål Eier

De siste seks ukene før jul håndterer PostNord Norge 30-40 prosent flere pakker enn årsgjennomsnittet.

- De siste tre årene har vært ekstreme. Vi har hatt enkelt dager som ligger 110 prosent over normalen for perioden. Det er veldig utfordrende. Hvis alle kundene skulle fått pakkene sine dagen etter bestilling, vil systemet kollapse, sier *Pål Eier*, sjef for produksjonsutvikling i Norge.

I forkant av julen 2019 satser PostNord Norge blant annet på flere utleveringssteder, men først og fremst på å oppgradere teknisk og digitalt utstyr, som gulvskannere, IT-infrastruktur og systemstøtte i produksjonen.

- Nytt utstyr gir en helt annen stabilitet. Med to håndterminaler klarer utleveringsstedene for eksempel å håndtere mye større volumer.

God dialog med kundene er også viktig.

- Vi skiller mellom privatkunder og bedriftskunder for å kunne produsere riktige volumer til riktig tid. Det oppleves som bra service.

«Hold blodsukkeret oppe»



Gry Cecilie Røttereng

Gry Cecilie Røttereng kan alt om å takle frustrerte kunder i førjulstiden.

- I den mest hektiske perioden pleier jeg ofte å starte jobbdagen litt tidligere enn vanlig, og passe ekstra godt på at jeg i hvert fall ikke blir forsinket. Hvis jeg får en forsinket start på dagen, blir den ekstra stressende, sier *Gry Cecilie Røttereng*.

Hun tenker også mye på kosthold i perioden før jul.

- For meg er det viktig å spise frukt og grønt gjennom dagen, så blodsukkeret holder seg oppe.

God planlegging gjør at de frustrerte kundene blir færre fra år til år. Kundesenteret i Oslo forsøker å få flest mulig kunder til å benytte chatboten.

- Kundesenteret tar seg av de mer komplekse henvendelsene, forteller Gry.



De beste tipsene samlet
Følg oss på Instagram
[@peoplebypostnord](https://www.instagram.com/peoplebypostnord)



SVERIGE

DANMARK

Stresstest for å redusere stresset



Magnus Bennich

For å kunne planlegge bedre før julen 2019, er flere pakketerminaler i Sverige blitt stress-testet. Gjennom å simulere volumtopper og bemanne som om det var høysesong, har man undersøkt kapasiteten til sorteringsmaskinene og hvordan arbeidet flyter under maksimal belastning.

- Jeg fikk ideen før høysesongen i fjor. Gjennom disse testene kan vi forberede oss bedre. Vi finner ut hva vi greier å produsere per

terminal, og hvor vi må sette inn tiltak, sier *Magnus Bennich*, senior virksomhetsutvikler for produksjonsutvikling.

Stresstestene er gjort etter samme modell på alle terminaler. I tillegg til det ordinære personalet er det rundt 25 ekstra medarbeidere og 10-15 observatører som noterer hva som skjer og deretter kommer med forslag til forbedringer.

- Noen terminaler har gått inn for dette som om det var VM-finale: «Nu jåklar, skal vi sette rekord!» Men egentlig er det viktigere å vise at vi kan holde et jevnt og høyt tempo en hel sesong.

«Vær vennlig og hjelp andre, så får du energi»



Felicia Walldén Bančić

Felicia Walldén Bančić begynte på den nyåpnede pakketerminalen i Växjö 1. november 2018. En knapp måned senere raste Black Friday-pakkene inn.

- Alle var nye, så ingen visste hva som ventet. Vi hadde jo hørt om den store volumøkningen, men det er ikke mulig å forestille seg hvordan det er før man blir kastet ut i det. Klart det ble stressende, men jeg opplevde at de fleste var nysgjerrige og motiverte. Vi bare ga jernet.

Kapasitetstesten som ble gjort på Växjö-terminalen i mai, viste at hele gjengen er bedre forberedt i år.

- Alle visste nøyaktig hva de skulle gjøre til enhver tid. Strukturen er generelt bedre på hele terminalen, og vi gjør små forbedringer hele tiden.

Felicias beste overlevelsestips for høysesongen 2019 er å ta vare på seg selv og andre.

- Det er en krevende jobb, og det merkes når du ikke har sovet eller spist godt. Jeg har alltid med noe i lommen som jeg kan spise eller drikke. Og så tror jeg på å være vennlig og hjelpe andre, det gir energi. Man overlever best sammen!!

Jul året rundt



Lene Reipuert

Tiden fra Black Friday til julaften er fortsatt den mest hektiske i Danmark. Men faktum er at det de siste årene har vært andre perioder i løpet av året da pakkemengdene har vært nesten like store.

- I januar, under salget, har vi også store mengder pakker. Mange bytter også julegaver. Etter påske og de andre helligdagene om våren kan det også være litt hektisk, sier *Lene Reipuert*, sjef for

Parcel Operation.

- Juleperioden er imidlertid fortsatt noe helst spesielt som vi forbereder oss nøye på. For da gjelder det virkelig at sortering og leveranser går som planlagt slik at kundenes pakker kommer frem i tide.

I løpet av ukene frem til Black Friday er vi ekstra på vakt for å oppdage kvalitetsvariasjoner og årsakene til disse, slik at vi kan trimme hele «motoren» før det tar av igjen.

- Også medarbeiderne er ekstra forberedte i juleperioden, den betyr jo noe spesielt for alle. Rett etter jul går vi gjennom erfaringene vi har gjort, og starter planleggingen av sommerferien.

«Humor er en perfekt ventil»



Annette Dam

- Når det er mye å gjøre, prøver jeg å skru opp stemningen på kontoret litt ekstra. Det anbefales sterkt. Humor er en perfekt ventil i stressperioder, for eksempel før jul. Det sier *Annette Dam*, som sammen med kollegene *Birgit Møller Clemmensen*, *Lone Arndal*, *Birthe Stock* og *Henric Jacobsen* jobber på avdelingen for bemanningskoordinering på det danske landskontoret på Hedegaardsvej 88 i

nærheten av Kastrup flyplass.

- Vi er snare med å gi svar på tiltale, og kan være ironiske og til og med litt sarkastiske. Det har mye å si for arbeidsgleden at man ikke bare sitter og ser på skjermen hele tiden. Den som har jobbet her kortest tid, har vært her i 19 år. Det sier noe om trivselen.

Fra trykkpresse til 3D-teknologi

PostNord Strålfors fyller 100 år i år. Visste du at bedriften en gang i tiden konkurrerte ut amerikanske IBM?

DA

I 1919 startet Tage Carlsson et trykkeri i Ljungby i Småland. Tage og brødrene hans byttet etternavn til Strålfors.

Da Tages svigersønn Göthe Parkander tok over virksomheten, var han overbevist om at hullkort, et lagringsformat som ble benyttet i datamaskinens forgjenger, var fremtiden for bedriften.

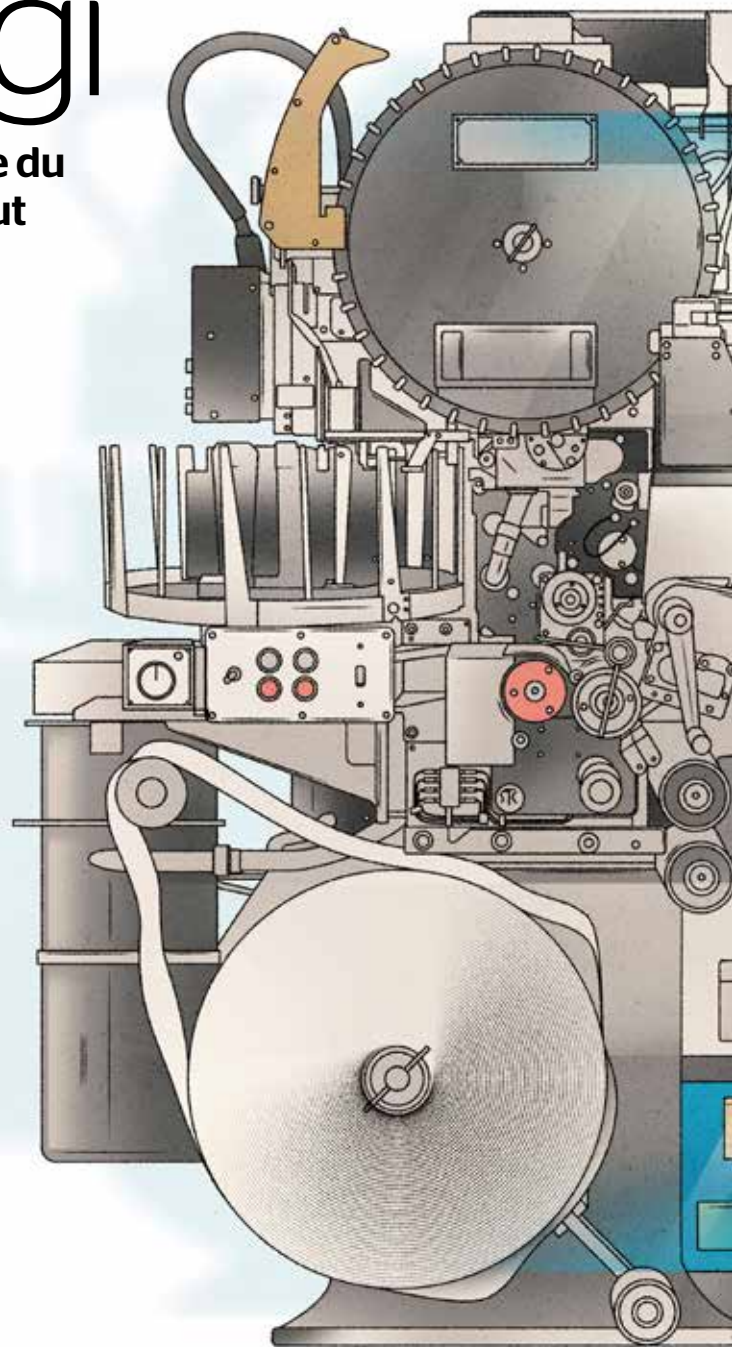
Da Göthe ville ta opp lån, forsto ikke bankene ideen hans. Han kjøpte derfor en hullkortmaskin fra USA for egne penger.

Hullkortmaskinen var den heteste nyskapingen den gangen. Man kan si at den la grunnlaget for det moderne Strålfors. Bedriften konkurrerte da ut IBM på hullkortområdet.

Frem til 1988 hadde Strålfors produsert 31,5 milliarder hullkort. Da datateknologien utviklet seg, begynte Strålfors å produsere personlige banksjekker.

På slutten av 1980-tallet ble Strålfors pioner igjen med sitt EDI-system* for elektronisk forretningskommunikasjon, noe som fortsatt utgjør en stor del av virksomheten.

Strålfors lanserte verdens første miljøvennlige datapapir med navnet «Strålfors Noll» i 1989. En suksess for bedriften, som på det meste produserte 7000 tonn utskriftspapir.



*EDI = Electronic Data Interchange. Overføring av informasjon, for eksempel lagersaldo, ordrer og fakturaer.

NÅ

I 2006 ble Strålfors kjøpt opp av daværende svenske Posten, nå PostNord.

Digitaliseringen i samfunnet gjorde at trykk- og utskriftsvolumene falt. Strålfors tilpasset seg ved å utvikle løsninger for digital kundekommunikasjon, som internettfakturaer, SMS og e-post.

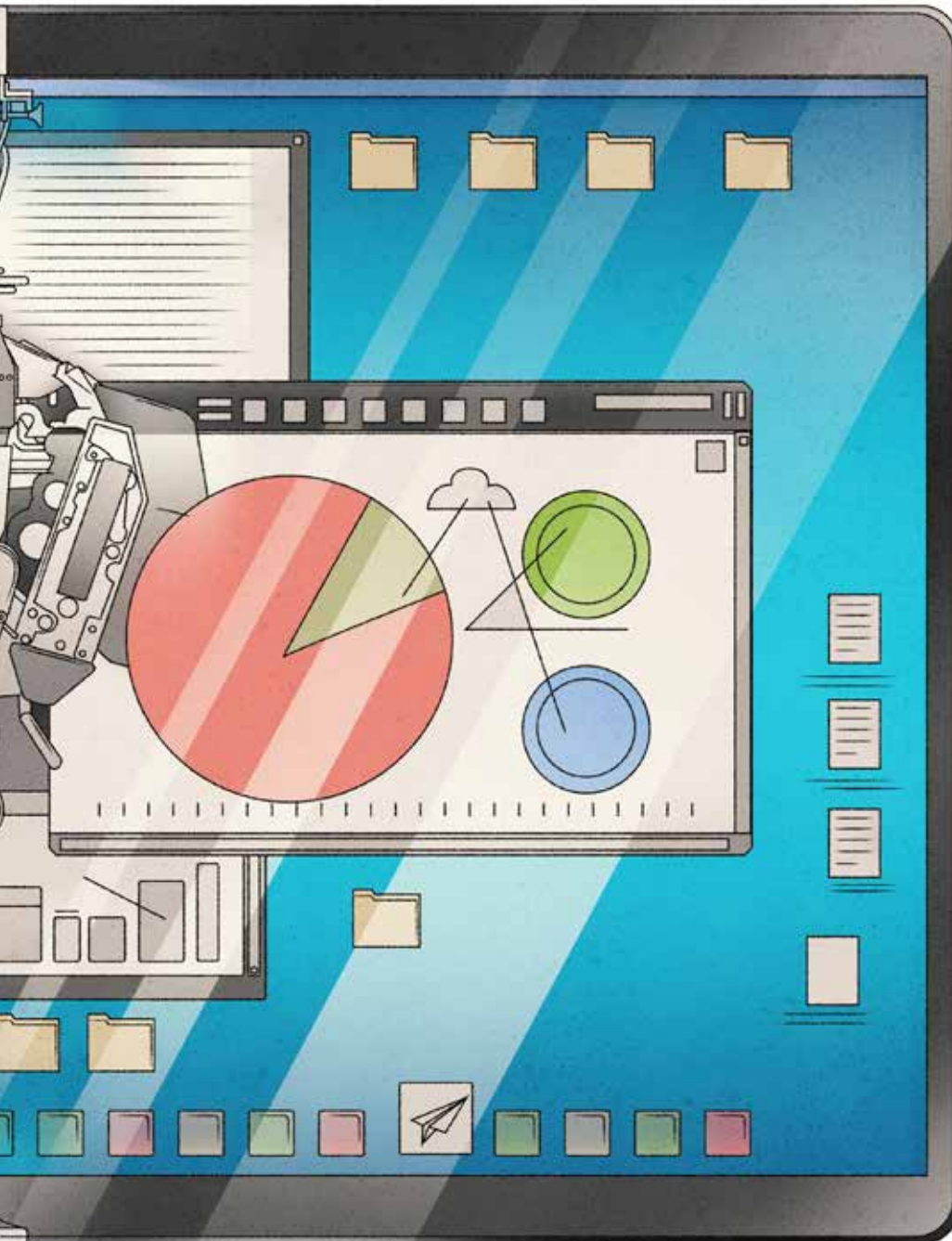
I dag er PostNord Strålfors Nordens ledende leverandør av kundekommunikasjon i omnikanal. Bedriften tilbyr alt fra trykksaker til digital kommunikasjon for mobiltelefoner, PC-er og nettbrett til elektronisk postkasse.

Våren 2015 var det nære på at PostNord solgte Strålfors, men beslutningen ble reversert i siste øyeblikk. I stedet valgte man å selge bedriftens virksomhet i England, Frankrike og Polen.

I 2016 ble den røde logoen byttet ut med en PostNord-blå.

3D-utskrift er Strålfors' nyeste satsing. I Rosersberg nord for Stockholm finnes skriveren Stratasys 750J, som kan skrive ut alt fra reservedeler til kroppsdeler i en rekke forskjellige materialer.

PostNord Strålfors finnes i dag i hele Norden, også i Ljungby der alt begynte for 100 år siden.



Fortalt av Johnny Johansson,
Production Developer,
PostNord Strålfors.

Nøkkelen til et nytt liv

Abdelhad Shinwari er sjåføren fra Afghanistan som ble en pioner i Sverige.

Målet han hadde satt for seg, var endelig blitt til virkelighet. Kledd i uniform, med nøkkelen i hånden, gikk *Abdelhad Shinwari* ut for å starte lastebilen for første gang.

- Jeg var stolt over at alle kunne se at jeg er en del av PostNord - at jeg jobber i et stort firma nå.

Da han startet bilen og tok den første prøvekjøringen, var han glad og nervøs. Men det var samtidig en følelse av frihet. Alt gikk dessuten bra. I mars var han blant de 13 første sjåførkandidatene i Örebro som fullførte PostNord Driver Academy, et rekrutteringsprosjekt rettet mot langtidsarbeidsledige og nyankomne i Sverige. Abdelhad jobber nå som lastebilsjåfør på pakketerminalen i Örebro.

- Det kjennes bra! Da jeg skulle ansettes, spurte sjefen hvilke arbeidstider som passet meg, og hvilken lønn jeg ville ha. Det føltes uvirkelig.

Abdelhad har havnet på riktig sted. I en jobb der han har kontakt med kunder, hjelper det å være glad i naturen og ha lett for å prate med folk.

- Jeg jobbet som lastebilsjåfør i Afghanistan før jeg kom til Sverige, så jeg vet at dette er en jobb som passer meg. For meg er arbeidsplassen som en familie der man hjelper hverandre.

FRIDA ANTER

Vi jobber med PostNord Driver Academy:

Kristina Jakobsson, prosjektleder. Annika Lundqvist, ansvarlig opplæringskoordinator i Region Syd/Mitt. Anna-Karin Kindberg, ansvarlig opplæringskoordinator i Region Väst/Mitt. Thomas Engström, ansvarlig opplæringskoordinator i Stockholmsregionen. Anita Tjärnberg, ansvarlig opplæringskoordinator i Region Nord. Julia Karlberg, ansvarlig for rekrutteringsteamet.

Vi har tatt eksamen på PostNord Driver Academy og begynt i PostNord:

Abdelhad Shinwari, Adnan Doush, Yaasin Mohamed, Molham Molhem Mhd, Kaled Azakeer, Youssef Bakran, Emrah Ibisevic, Sebastian Andersson, Zoran Naumovski, Nemanja Pavlovic, Mikael Berglin, Hasan Alsheik Hasan Awwad, Omar Aldammad, Marie Glase, Mohamed Idrissi og Paulius Indriliunas.



Ulven som aldri kom

Den siste dagen i desember 1999 holdt verden pusten. Det gjorde de på svenske Posten også. År 2000-problemet kunne slå ut hele virksomheten.

Året er 1998. Eddie Sjöberg, IT-ansvarlig for to av de mange postselskapene i Sverige, ser seg rundt i konferanserommet. Det er et trettitalls sammenbitte personer der, og like mange plastkopper med vassen automatkaffe.

Sommerværet har vært elendig. Frankrike har nettopp vunnet fotball-VM, Geri Halliwell har forlatt Spice Girls, og den svenske finansministeren Erik Åsbrink har lagt frem sitt budsjett med ordene «det går bra for Sverige».

Men det som venter, ser alt annet enn bra ut. Møtet handler om Y2K, år 2000-problemet, som bare halvannet år senere forventes å

gjøre slutt på sivilisasjonen slik vi kjenner den. Datamaskinene kommer til å flippe ut, strømmen vil forsvinne, og viktigst av alt - i Postens øyne - er at hele postvirksomheten kommer til å bli slått ut.

Nå er det opp til disse trettitalls personene å redde verden.

Eddie Sjöberg, som i dag har en forretningsutviklingsrolle i PostNord midt mellom virksomheten og IT, husker tilbake:

- Det var stor bekymring der en stund. Mange store møter. Man trakk opp store visjoner om

hvordan alt skulle bli. Vi hadde jo enda flere bedrifter på den tiden.

Etter en analyse begynte imidlertid bildet å bli klarere. Det var kanskje ikke så farlig likevel? Noen smarte omprogrammeringer skulle forhindre ragnarok.

Men 100 prosent sikker kunne de ikke være, så møtene fortsatte.

- Man ville jo ikke blåse i å gå på disse møtene, for deretter å sitte igjen med svarteper om noe skulle gå galt. Så det var mange møter å lide seg gjennom, iblant med ekstremt mye folk, forteller Eddie.

Hva skjedde så til slutt?

Bortsett fra at alle taksametrene hos Taxi Åmål sluttet å fungere, gikk år 2000-problemet mer eller mindre ubemerket forbi i Sverige. Også på Posten.

- Vi hadde vakthold, men jeg feiret nyttår. Jeg tok noen samtaler til prosjektlederen, men ellers var alt rolig.

I hvert fall til over nyttårshelgen. Da startet det vanlige arbeidet opp igjen.

- Alt vi hadde måttet prioritere bort i løpet av halvannet år, var det bare å gripe fatt i. Det var tøffere enn selve år 2000-problemet.

NICLAS GREEN



CRAFT 

Break free from the elements.

Isn't it strange? That sun and warmth
are considered good running weather.
When it's actually the opposite.
Heat makes you sweat, the sun burns your skin.
We've got it all wrong this entire time.
Winter weather isn't bad.
It's fast.
You just have to gear up right.

And break free.



Hydro jacket

Wind- and water-protective hooded
running jacket with laser-cut ventilation.

CRAFTSPORTSWEAR.COM

LENGTER DU ETTER NYPREPPETE BAKKER?

Det gjør vi også.

Velkommen til 47 nedfarter, Sälens beste skikjøring og årets skianlegg i 2019* !

Som PostNord-ansatt får du overnatting i nærheten av heisene til skikkelig gode priser på:

postnordplus.com



* Kåret av SLAO (Svenska Skidanläggningars Organisation)

