



STAND UP: Jonas Gahr Støre gjennomgår dagens arbeidsoppgave med Senior Systems developer Hans Gunnar Hansen (til v.) og configurations developer Morten Sørbø ved eSmart. | **BEGGE FOTO: ØIVIND KVITNES**

Støre sommerjobbet med null i lønn

MAGNE GUNDERSEN KRAN & TRANSPORT PRESENTERER:

SOMMER MED ATLE JENSEN

SPONVIKA VERTSHUS

SØNDAG 9. AUGUST KL. 20.00

BILLETTER HOS KOHN LIBRIS OG SPONVIKA VERTSHUS
KJØPTE BILL. REFUNDERES IKKE • HENTEFRIST 3 DAGER

Magne Gundersen
KRAN & TRANSPORT AS

AutoMester
Sentrum Bilservice AS

Lønna var null, men Jonas Gahr Støre fikk likevel stort utbytte av «sommerjobben» ved eSmart Systems i Halden.

ØIVIND KVITNES
oivind.kvitnes@aha-halden.no

Det var under et besøk i november i fjor at Arbeiderpartiets leder ble så interessert i arbeidet som utføres på Remmen, at han inviterte seg selv tilbake.

Jeg tar gjerne sommerjobb her, sa han. Og fikk søknaden innvilget på flekken av styreleder Knut H. Johansen.

Midlertidig ansatt

Fredag møtte han til jobb på eSmart Systems, der første oppgave var å gå gjennom en obligatorisk informasjon alle nyansatte får.

Deretter måtte han undertegne en arbeidsavtale.

- Denne type midlertidige ansettelser er jeg for, sa Støre, velvillende at avtalen kun gjaldt for et par timer.

Lønna var heller ikke mye å skryte av; den var nærmere bestemt null kroner. Men han fikk gratis lunsj da oppdraget var over.

Programmerer
Etter å ha gjennomgått dagens gjøremål med Hans Gunnar Hansen, Morten Sørbø og kollegaer i Stavanger, ble Støre tildelt en programmeringsoppgave.



PROGRAMMERTE: Jonas Gahr Støre ble satt til programmering, og han fikk hjelp av Senior systemutvikler Hans Gunnar Hansen.

kandidat som lot seg veilede gjennom jobben av Hansen og Sørbø.

Og selv om de sistnevnte hadde fått «en Espelid» og juksa litt, kom Støre i mål med jobben.

- Går det som en del nordmenn ønsker seg med valget, vil vi med dette programmet med «delvis utviklet av Norges statsminister», kommenterte Knut H. Johansen etter avsluttet jobb.

Digital revolusjon

Underveis fikk Støre også ytterligere kunnskap om den digitale revolusjonen verden står overfor, og hvor viktig det er at Norge ikke bare følger med på, men også går i spissen for den.

- Det tar jeg med meg videre, og jeg mener det er viktig at det vi bruker til på også må gjenspeiles i samfunnet.

Vi har som ambisjon at alle må med og få kompetanse til å ta digital teknologi i bruk, sa Støre som er innstilt på å ta med en

større digital kompetanse inn på Statsministerens kontor.

Men legger til: - Jeg blir aldri noen programmerer og har heller ingen ambisjon om det. Men det er viktig for meg å forstå viktigheten av at vi sammen har tilstrekkelig digital kompetanse.

Det har jeg lært mye om her ved eSmart, sier han.

Svært god attest

Da arbeidsdagen var slutt, fikk Støre - i likhet med alle andre - en arbeidsattest.

Den ble lest opp av styremedlem Erik Åsberg, som var raus med superlativene og blant annet nevnte at Støre raskt var blitt et midtpunkt blant de ansatte.

Det var en rørt Støre som takket både for mottakelsen og attesten.

- Den skal jeg ta med meg neste gang. Da kanskje jeg kan bruke den til å forhandle lønn også, sa han.

Cecilie starter yogakurs for barn - Trenger et pusterom!

Selv har Cecilie Jørstad hatt glede av yoga i 10 år. Til høsten vil hun dele sine yogannskaper med barn i Halden.

TRINE BAKKE EIDISSEN
trine.bakke.eidissen@asa.no



LÆRER: Cecilie Jørstad er utdannet yogalærer. Foto: Trine

Den 6. september starter hun kurs for barn.

Det ene kurset er for de mellom 6 og 9 år - mens det andre kurset retter seg mot barn i alderen 9-12 år.

Kursene vil bli holdt i Namaste Yogastudio på Landsbergsplass 3.

- Et sted å bare være

Cecilie Jørstad har selv praktisert yoga i 10 år og har stor nytte og glede av det.

I perioden 2014-2016 tok hun yogalærerutdanning i Göteborg.

Hun tror mange vil ha god av å praktisere yoga.

- Stresst i samfunnet finnes. Noe av stresset kan man velge bort, men noe er likevel rundt deg uansett hvordan du takler det. Det tror jeg også barn kjen-

ner på, sier Jørstad til Halden Arbeiderblad.

- Det er stadig større krav fra skolen - og også i forhold til hva man kan og bør være med på. Barn og unge har så mange muligheter. Samtidig opplever jeg at også barn trenger et pusterom. Et sted de bare kan få være.

Lager egne sanger

Cecilie Jørstad bruker Kundalini yoga.

- Dette er en dynamisk og aktiv form for yoga. I stedet for å stå stille i posisjoner, er man ofte i bevegelse i takt med pusten. Kundalini yoga har en fast oppbygning med oppvarming,



ET PUSTEROM: Yoga for barn blir et pusterom i en hverdag som også kan virke stressende for de yngste. **FOTO: BJØRN FAST NAGELL**

og en lang avslapningsdel og mantra synges til slutt.

- Jeg kommer til å bruke den formen også til barneyoga. Men i stedet for å synges indiske ord, kan vi lage egne sanger selv som handler om for eksempel sola eller huden til en av deltakerne. Det blir mye mer leketeint når det er for barn. Vi kan lage en historie og likevel gli fra

øvelse til øvelse.

Fylle verkøytøkkassa

Barna vil lære pusteteknikker og spesifikke yogøvelser. Noe som kan være verdifullt for å håndtere ulike følelser som redsel, uro eller ubehag.

- Da kan barna ha dette i verkøytøkkassa si, sier hun.

Cecilie Jørstad påpeker at

aktivitet er bra fra hjernen, men at det i den vanlige grunnskolen stadig kuttes ned på kreative fag.

- Derfor håper jeg at disse yogakursene kan være en støttespiller der, sier hun.

Vil du lese mer om Cecilie Jørstad sine yogakurs for barn kan du klikke deg inn på www.cyoga.one

STORT SOMMERSALG MED OPPTIL 60% RABATT PÅ VÅR OG SOMMERMOTE

ALLE YTERJAKKER 249,-

UANSETT FORPRISER

Produkter fra **Good Living**

Nå 50% rabatt på en mengde varer!

Elektrisk fotfil
To roterende deler & bytte mellom, en fil og en resp. Drives med 4 AA batterier. 165,- (329,-)

Duskrakk og Bodekarbrett 385,- (769,-) 275,- (549,-)

Formpute Gel
Hjelper mot smerter takket være et korrekt sovestilling intas. 149,- (298,-)

Atleje Margaretha

PASS PÅ! 40% PÅ UTVALGTE BRODERI

PUTE 275,- 459,-

PUTE 329,- 549,-

PUTE 275,- 459,-

DUK 155,- 259,-

NÅ! 50% PÅ UTGÅENDE FARGER

Strikk din sommerfavoritt!

åshild Først til mølla!

BESØK VÅR BUTIKK I HALDEN, STORGATA 5. TEL 69 21 10 90. MANDAG-FREDAG 09:00 - 17:00, LØRDAG 9:00 - 14:00