



Foto: Bakgrunnsbilde: Trym Ivar Bergsmo/Samfoto
Innfelt bilde: tannlege Pål Hermansen.
Design: Mike Mills

Redaktør:
Gudrun Sangnes

Journalist:
Ellen Beate Dyvi

Redaksjonssekretær:
Kristin Aksnes

Redaksjonskomité:
Nils Roar Gjerdet
Tor Torbjørnsen
Bjørn Mork Knutsen

ABONNEMENT:
Abonnementspris for ikke medlemmer
og andre abonnenter kr 1225,-
Bestilles i NTFs sekretariat.

ANNONSER:
Henv. markeds konsulent Eirik Andreassen,
NTFs sekretariat

TELEFON OG ADRESSE:
Frederik Stangs gate 20,
postboks 3063 Elisenberg, 0207 Oslo
Tlf. 22 54 74 00, faks 22 55 11 09
E-post: tidende@tannlegeforeningen.no

<http://www.tannlegeforeningen.no>
Gudrun Sangnes, tlf. 22 54 74 17
E-post: gudrun.sangnes@tannlegeforeningen.no
Ellen Beate Dyvi, tlf. 22 54 74 13
E-post: ellen-beate.dyvi@tannlegeforeningen.no
Eirik Andreassen, tlf. 22 54 74 30
E-post: eirik.andreassen@tannlegeforeningen.no
Kristin Aksnes, tlf. 22 54 74 21
E-post: kristin.aksnes@tannlegeforeningen.no

ISSN 0029-2303
Opplag: 5 450
Parallellpublisering og trykk: PDC Tangen
Grafisk design: Mike Mills

Blader merket  er medlem av
Den Norske Fagpresses Forening

fagpressen 

Opplagskontrollert



Femten somre

Glemt er snø, kulde og strømpriser. Nå er den her igjen. Sommeren. Og med sommeren kommer Tidendes sommerhefte. I år for 15. gang. Det hadde vi knapt trodd da vi i 1989 laget et blad som ikke inneholdt fag, men derimot stoff av og om hva tannleger gjør når de ikke er tannleger. Tilbakemeldingen fra leserne var god. Så god at vi hvert år har klart å fylle sommerens utgave av tidsskriftet med artikler fra eller intervjuer med tannleger som har spesielle hobbyer, som har praktisert eller reist rundt i verden og har lyst til å fortelle om sine opplevelser, som dikter, fotograferer eller maler, eller som gjør andre mer og mindre eksotiske ting. Men vi er hele tiden avhengig av å få tips og forslag fra våre lesere, og vil nok en gang få takke for alle innspill.

Med dette heftet, som kommer på et tidspunkt da de fleste kan puste ut og reflektere litt over egen hverdag og livet i sin alminnelighet, har jeg lyst til igjen å minne alle om å *bruke* tiden. Ikke til å styrte heseblesende fra det ene til det andre. Men til å ta vare på dagene. Og ikke minst, glede seg over de dagene man selv, så vel som familie og venner, får være friske og oppegående. Det er ingen selvfølge, og det er lett å glemme i det daglige strevet med full timebok, akutt pasienter,

administrasjon og faglig oppdatering, i tillegg til en «hjemmetid» der puslespillet kanskje skal legges i forhold til barn, husstell, møteaktiviteter, sosiale aktiviteter og behov for å holde seg i fysisk form. Mange føler at tiden overhodet ikke strekker til, og for noen kan dette, sammen med høye egenkrav til kvalitet i jobben, være stressfaktorer som i verste fall fører til utbrenthet. For å forebygge dette er det viktig å ta tak i problemene så tidlig som mulig – blant annet ved å koble av og ta pauser, både i arbeidssituasjonen og ellers. Og ikke minst – å ta ferie, mentalt og fysisk.

«Bruk livet» var tittelen på lederen i det aller første sommerheftet. Begynn nå. Bruk de lyse og lange sommerdagene og -nettene til ettertanke og påfyll. Og til å gjøre noe annet. Men ikke glem ordene fra Egon Friedell:

*Salig er virksomhetens timer,
ti da arbeider vår sjel*

God sommer.

Gudrun Sangnes