



På nett

Passordvett

Et passord skal være lett å huske for deg og vanskelig å gjette for andre. Det kan gjerne være en hel setning, med både ordmellomrom og spesialtegn, store bokstaver og tall. For eksempel kan en bruke en sangstrofe, slagord, sitat eller en annen kort setning, anbefaler Norsk senter for informasjonssikring (NorSIS) i sin veiledning om passordvett.

Forskjellige tjenester bør ha forskjellige passord, men en kan bruke alternativer over samme setning på flere tjenester. Bruk gjerne en setning eller ord som du assosierer med tjenesten, men helst ikke selve navnet. Hvis du for eksempel trenger et passord for en nettbutikk for bøker, kan passordet være en setning knyttet til din yndlingsforfatter. Setningen bør ha mellomrom eller andre spesialtegn.

Eksempelet NorSIS bruker er: «Lisa g1kk til, face» for tilgang til Facebook, og «Lisa g1kk til, regn» som passord for et regnskapsystem.

Et passord som består av vanlige ord bør være så langt som mulig, med minimum 20 tegn. Hvis en har med ordmellomrom og andre spesialtegn kan det godt være kortere. Noen tjenester har regler for lengde og antall spesialtegn, men en kan allikevel bruke alternativer av huskeregel.

Om NorSIS: Norsk senter for informasjonssikring er et uavhengig organ som arbeider for et trygt internett. De har flere nyttige veiledere på sine sider, blant annet om spam, phishing og sikring av telefoner og nettbrett. NorSIS står også bak tjenesten slettmeg.no, som er en gratis rådgivnings- og veiledningstjenesten for de som føler seg krenket på nett.

For videre lesning, se <https://nor-sis.no>



FOTO: YAY MICRO

som vararepresentant til Stortinget. Hun har i tillegg vært leder og er nå nestleder av helse- og sosialutvalget i Røros, og hun har vært representant på landstinget i KS. Hun er i dag første vararepresentant for Ap i Fylkestinget i Sør-Trøndelag. Foto: Tonje Camacho, NTF.

Tannleger får henvise

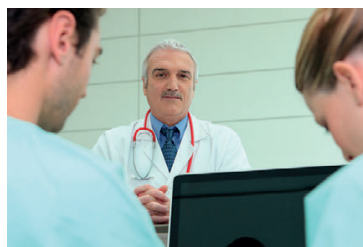


FOTO: YAY MICRO

Grethe Beck Andersen tildelt Kongens fortjenstmedalje.

Medaljen tildeles personer som har vist samfunnsnyttig innsats over lengre tid, inkludert frivillig arbeid og engasjement.

Andersen har i 44 år arbeidet som tannlege i Den offentlige tannhelsetjenesten, og som leder av kvalitetsutvalget i tannhelsetjenesten i Sør-Trøndelag gjennom 10 år ledet hun utarbeidelsen av tannhelsetjenestens første kvalitetssystem.

Anne Grethe Beck Andersen var leder for Sør-Trøndelag Tannlegeforening (STTF) i 10 år, og sterkt involvert i arbeidet med å innføre obligatorisk etterutdanning. Hun har gjennom hele sin karriere bidratt til godt samarbeid mellom privat og offentlig sektor, i tillegg til at hun har vært leder av tannhelsetjenesten i Sør-Trøndelags Arbeidsmiljøutvalg.

Til tross for at Andersen nå er gått av med pensjon, er hennes engasjement like til stede. Hun har fortsatt verv som kollegahjelper i NTF og er leder for valgkomiteen i Sør-Trøndelag Tannlegeforening.

Anne Grethe Beck Andersen har også en lang politisk karriere med utgangspunkt i Røros Arbeiderparti. Hun satt to perioder i kommunestyret i Røros, hvorav en som varaordfører der hun fungerte som ordfører i deler av perioden. Hun har også sittet fire perioder i kommunens planutvalg og en periode

Tannleger skal kunne henvise pasienter til spesialisthelsetjenesten, foreslår Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) i et høringsnotat som ble sendt ut 16. april. Pasienter som trenger spesialistbehandling vil dermed slippe å gå via fastlegen.

– Dette er en forenkling og en forbedring for pasientene. Nå slipper de omveier fram til rett behandlingssinstans. Tannleger som for eksempel får mistanke om kreft i munnhulen vil nå kunne henvise direkte til spesialisthelsetjenesten, sier helse- og omsorgsminister Bent Høie.

Dagens ordning innebærer at pasienter må oppsøke fastlege hvis de trenger henvisning til spesialisthelsetjenesten. Det medfører ekstra kostnader og ventetid for pasienten. I tillegg er det en byråkratisk ordning som fører til mer arbeid for legene.

– Tannleger er den yrkesgruppen som har bredest kompetanse på sykdommer i munn, tenner og kjever. Vi ønsker å bruke kompetansen deres på en bedre måte ved å gi dem samme adgang som leger til å skrive henvisninger til spesialisthelsetjenesten, sier Høie.

Forslaget er sendt til 65 høringsinstanser, deriblant Tannlegeforeningen og andre organisasjoner og foreninger, direktorater, ombud, fylkeskommunene og helseforetakene. Høringsfristen er satt til 8. juni i år.