

parat

# Parat regionkonferanse region øst 2026

10.–11. september 2026 – Quality Airport Hotel Gardermoen



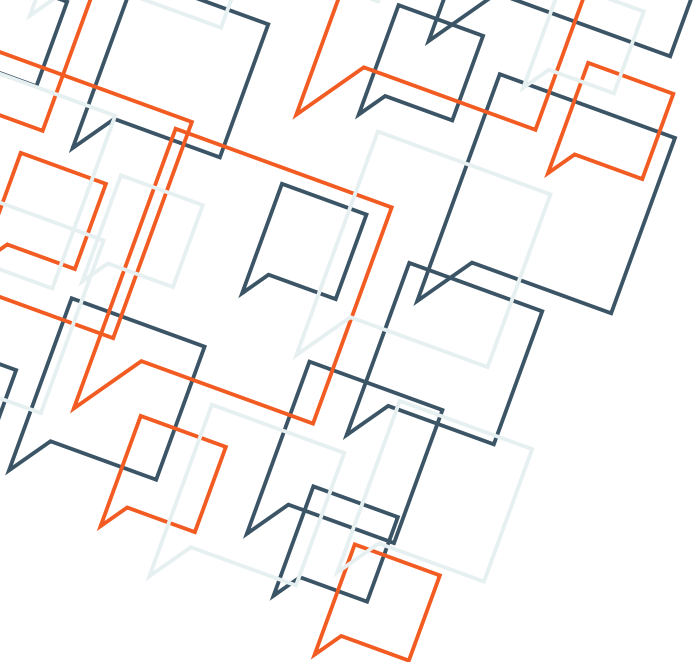
*Inkluderende arbeidsliv*



## Velkommen til årets regionmøte og -konferanse for tillitsvalgte i region øst!

### Dag 1: Tillitsvalgtskonferanse

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00–10:00 | <b>Registrering</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 10:00–10:05 | <b>Velkommen</b> v/RU øst                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 10:05–10:35 | <b>Innlegg fra politisk ledelse i Parat</b> v/Unn Kristin Olsen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 10:35–10:50 | <b>Parat Ung</b> v/ Eirik Østhagen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 10:50–11:15 | <b>Pause</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 11:15–13:00 | <b>Innledning/kort gjennomgang av flaggsaken</b> v/ Unn Kristin Olsen<br>NAV Arbeidslivssenter<br>Restarbeidsevne<br>Jobbspesialist i NAV – Idar Gundersen<br>Avdelingsleder NIBIO Tove Vaaje-Kolstad<br>Erfaring med ansettelse og arbeidstrening via NAV<br>Ansatt i Nibio, Tillitsvalgt og RU leder Anja P. Ahlstrøm<br>Hvordan er det å være langtidssykemeldt, tilrettelegging, åpenhet og tillit |
| 13:00–14:00 | <b>Lunsj</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 14:00–14:20 | <b>Juridisk Parat</b> v/ Truls Bjørhei<br>Arbeidsgivers tilretteleggingsplikt, arbeidstakers ansvar, – verktøykasse for tillitsvalgte?                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 14:20–14:30 | <b>Introduksjon av Gruppearbeid</b> v/ Anne Rebecca Bræin og Andrè Bø                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 14:30–15:30 | <b>Gruppearbeid – Flaggsak</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 15:30–15:45 | <b>Pause</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 15:45–17:15 | <b>Gruppearbeid</b> – Flaggsak Anne Rebecca Bræin og Andrè Bø<br>- Presentasjon fra gruppene<br>- Oppsummering av dagen v/ Andrè Bø                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 19:30       | <b>Aperitiff</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 20:00       | <b>Middag for tillitsvalgte</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |



## Dag 2: Regionmøte

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00–09:10 | <b>Velkommen dag 2</b> v/ Andrè Bø                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 09:10–09:20 | <b>Politisk leder takker for gårdsdagen</b> v/Unn Kristin Olsen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 09:20–12:15 | <b>Regionmøte i region øst</b> v/Anne Rebecca Bræin og Andrè Bø <ol style="list-style-type: none"><li>1. Konstituering<ol style="list-style-type: none"><li>a) Godkjenning av:<ul style="list-style-type: none"><li>- Innkalling</li><li>- Saksliste</li></ul></li><li>b) Valg av:<ul style="list-style-type: none"><li>- Ordstyrer/møteleder</li><li>- Referent</li><li>- 2 medlemmer til å underskrive protokollen</li><li>- 2 medlemmer til å være tellekorps</li></ul></li></ol></li><li>2. Region Øst presenterer – Hva har vi jobbet med siden sist?<br/>v/Anders Fredheim og Anne Rebecca Bræin</li><li>3. Innkomne saker<ol style="list-style-type: none"><li>a.) Forbered dere til 2027 LM år, vedtektsendringer eller annet.<br/>Papirer kommer før neste Regionmøte. Neste Regionmøte vil dreie seg i hovedsak om LM.</li><li>b.) Politisk leder svarer ut spørsmål fra RU øst v/Unn Kristin Olsen</li></ol></li></ol> |
| 12:15–13:00 | <b>Magne Winnem – Tillitsvalgt i Øst</b><br>Departementenes digitaliseringsorganisasjon                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 13:00–14:00 | <b>Lunsj</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 14:00–14:55 | <b>Frode Skaarnes – «Hvordan bli lurt»</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 14:55–15:00 | <b>Avslutning</b> v/RU leder Anja P. Ahlstrøm                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 15:15–16:00 | Mulighet for eget møterom for de grupper som ønsker det                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

## Praktisk informasjon

### Regionutvalget (RU) region Øst (Oslo, Akershus, Buskerud, Innlandet og Østfold)

RU er et rådgivende organ for sekretariatet i Parat i saker som har betydning for det regionale medlems- og aktivitetstilbudet, og for hovedstyret i saker som er til organisasjonspolitisk behandling. Ta gjerne kontakt med dem for innspill, og en prat.

#### Leder:

Anja P. Ahlstrøm, Nibio, e-post: [apa@nibio.no](mailto:apa@nibio.no)

#### Styremedlemmer:

Idar Gundersen, Nav  
Hilje Stormo, Oslo Plaza  
Andre Bø, Avarn Security  
Gitte Ellen Høiland-Carlsen (OUS)

#### Vara representanter

1. Rebecca Bræin (Tekna)
2. Helle Solvang (UIO)
3. Anders Fredheim (OUS)

#### Ung representant:

Eirik Østhagen (GF Logistikk AS)

#### Ta gjerne kontakt med Parat sine rådgivere

Jo Sigurd Aurvoll, Juliet Yemane, Emil Elvestad og Ståle Botn er rådgivere i Parat Øst. De er til stede under konferansen. Ta gjerne kontakt med dem om du har spørsmål, ønsker at vi skal komme på bedriftsbesøk til din virksomhet, holde informasjonsmøter, kurs i lov og avtaleverk, eller for en prat.

#### Reiseregning

I etterkant av regionmøtet og -konferansen vil du motta en e-post med informasjon om reiseregning. Parat bruker Xledger, og du vil få en forklaring på hvordan du skal fylle ut den digitale reiseregningen. Husk å ta vare på kvitteringer for utlegg du har hatt i forbindelse med reise til og fra samlingen.

#### Vi gleder oss til å treffe deg!

I Parat gjør vi hverandre gode. Dette gjelder også selvsagt på kurs og konferanser hvor vi tar et felles ansvar for å skape et aktivt, inkluderende og trygt læringsmiljø. Du kan lese mer om dette på Parats kultur på kurs og konferanser ved å logge inn på min side – Kurs og kompetanse – Parats kultur på kurs og konferanser.

Opplever du brudd på disse retningslinjene på konferansen, ber vi om at du kontakter/informerer Parat ved:

- Rådgiver Ståle Botn, 476 16 392
- Leder Regionavdelingen, Annbjørg Nærdal, 918 77 711

