

Økonomi

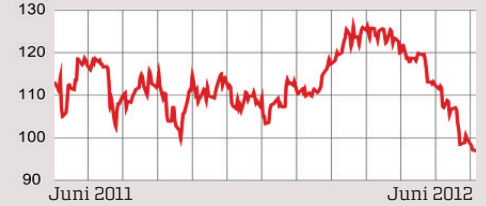
Kontakt økonomiredaksjonen:
okonomi@adresseavisen.no • Telefon 07200

Valuta

	14.06	15.06	
Aust. dollar AUD	5,95	5,99	▲
Danske kr. DKK	101,02	101,25	▲
Euro EUR	7,51	7,52	▲
Jap. yen JPY	7,54	7,58	▲
Kan. dollar CAD	5,83	5,83	■
Br. pund GBP	9,28	9,27	▼
Svei. francs CHF	625,17	626,48	▲
Svenske kr. SEK	84,95	85,16	▲
US Dollar USD	5,98	5,97	▼

Oljepris siste år

Siste: 97,17 (+0,04%)



Store forhold: I dag skal 3600 cruiseturister igjen fraktes til og fra Værnes og havna. Foto: TROND OLA TILSETH

Båt-/fly-løsning slo an

Spanske turister synes det gikk fint å bytte mellom cruiseskip og fly i Trondheim.

Det viser turoperatørens egen kundeundersøkelse, som Adresseavisen har fått tilgang til.

På en skala fra null til ti fikk forholdene i Trondheim en gjennomsnittlig score på 8,5. Cruiseselskapet Pullmantur har benyttet byen som såkalt snuhavn to ganger siden i mai.

– Pullmantur har også videoreformidlet flere positive tilbakemeldinger til oss, sier markeds- og logistikksjef Rolf Aarland i Trondheim havn.

Snuhavanløpet innebærer at cruiseskipet Empress bytter passasjerer og mannskap i Trondheim. Nær 1800 personer forlater båten, tar buss til Værnes og flyr hjem til Spania. Motsatt vei drar 1800 turister fra flyplassen til havna, hvor de begynner sin båtreise nedover norskekysten.

I dag skal operasjonen gjennomføres for tredje gang. Logistikken er en utfordring, og over 200 personer er involvert, anslår Rolf Aarland, som også er styreleder i Trondheim cruisenettverk. Aarland anslår at det omsettes for i underkant av tre millioner kroner hver gang spanjolene er i byen.

Avinor, Trondheim havn, selskapet Busscharter, Møre og Trøndelag guideservice, servicetjenester ved Pirsenteret (som fungerer som ventetrom og innsjekkingsområde), Trondheim sjøservice, transportselskapet Schenker og renholdstjenester, bidrar til omsetningen.

Adresseavisen har tidligere omtalt at en cruiseturist på skip med dagsanløp legger igjen 1000 kroner i snitt hos landbaserte næringer, ifølge markedsorganisasjonen Cruise Norway. Ved snuhavanløp kan summen være mindre.

JONAS SKYBAKMOEN 977 23 052
jonas.skybakmoen@adresseavisen.no

Hiv mainnnskiten

Nitagründer Inger Ellen Nicolaisens oppskrift til suksess; rydd vekk surmaga tanker og bli entusiastisk.

– For å få suksess er det viktig å ha selvtillit. Det får du ved å snakke positivt til deg selv om deg selv. Du må selv bygge din egen motivasjon, sier Inger Ellen Nicolaisen, gründeren av frisørkjeden Nikita.

Nitagründeren selv strutter elegant av selvtillit på høye hæler. Entusiastisk og energisk prøver hun å formidle sin livsfilosofi til sine mellomledere i Midt-Norge på det årlige kurset i personlighetsutvikling og inspirasjon. Det er den filosofien som har skaffet henne et eget frisørkonsern med 128 salonger, sju frisørskoler og over 830 medarbeidere i Norge og Sverige, etter at den første frisørsalong åpnet i 1984.

– Det er en livsstil. Jeg er den du ser. Jeg spiller ingen roller og har ikke flere hatter. Jeg er den du ser. Det er integriteten min, sier Nicolaisen.

Entusiasme

Og det er nettopp fra sitt eget liv hun heter erfaring og vil inspirere de trønderske mellomlederne til sin egen suksess. Nicolaisen har ingen forbilder eller mentorer hvor hun henter filosofi eller verdier fra.

– Historiene fra mitt eget liv er det flere som kan assosiere seg med og kjenne seg selv igjen. Jeg mener man ikke må være så redd for å trå feil. Det er fra livet man får erfaringer og inspirasjon, sier Nicolaisen.

Hun mener nøkkelen til positive tanker er entusiasme. Samtidig må man begynne å tro på seg selv.

– Jeg vil ha den omvendte janteloven. Jeg forakter janteloven og hele dens vesen. Den gir usikkerhet og gjør det vanskelig å utvikle seg. Man må tenke positivt og være engasjert og bli entusiastisk.

– Men kan man bli for selvsikker?

– Vi vet hvor grensen går og blir ikke arrogant. Entusiasme er glede. Og det igjen gir selvtillit

lit og trygghet. Man skal ikke være redd for å være for entusiastisk.

Selvironi

Men å snakke positivt om seg selv, og motivere seg selv til å oppnå selvtillit og suksess, kan virke utfordrende for mange. Men Nicolaisen mener fremgangsmåten ikke trenger å være komplisert.

– Jeg oppfordrer mine medarbeidere til å bruke selvironi. Ikke vær selvhøytidelig. Hvis du blir bevisst på din egen tankegang, og vet når du tenker negativt eller pessimistisk, da har du kommet langt, sier Nicolaisen og messer videre. – Vi er det vi tenker. Og det er tankene dine som kommer ut av kjeften. Derfor er det viktig å ha ryddet plass til de positive tankene. Bort med mainnnskiten!

Søppeltanker

Hun kaller det søppeltanker. Og mener det er dem som hindrer utvikling og suksess. Rydd dem bort og erstatt dem med entusiasme. Nicolaisen mener entusiasme gjør det umulig mulig og mener positiv tankegang kan bli en livsinnstilling.

– Søppeltankene stjeler energi. Jeg anbefaler alle å ha en sytefri sone. Det er holdningene, altså tankene, som skiller en taper og en vinner. En god øvelse er å prøve og bare tenke positive tanker i en time, utfordrer Nicolaisen.

– Det er kanskje enklere for en person midt i livet, som kjenner seg selv godt, å endre tankegang enn en ung person på knappe 20?

– Personligheten din blir påvirket av foreldre, venner og miljø fra de tidlige tenårene til midt i 20-årene. Så jeg mener det er enklere å endre tanke-mønsteret jo yngre man er.

– Jeg vil at man skal tenke: æ e' mæ' og det e' nok!

LINDA SKJÆRVIK 952 02 952
okonomi@adresseavisen.no



– Jeg forakter janteloven og hele dens vesen. Den gir usikkerhet og gjør det vanskelig å utvikle seg.

INGER ELLEN NICOLAISEN,
Nikita-gründer



Samling: Nikita-gründer Inger Ellen Nicolaisen kurser: Katarina Zurudis, May Lysholm, Hege Busklein, Sissel Moldjord, Nina Frebergsvik, Siv Unni Oldervik, Kjersti Ganes, Ragnhild Sortland Foss, Kristin Tangen, Silje Denstad, Nina Hønnåshagen, Tanja Lunheim, Line Andreas Johnsen. Foto: LINDA SKJÆRVIK

Nicolaisens suksessplan

1 Kast søppeltankene: De stjeler energi og kreativitet. Erstatt dem med positive tanker. Det er holdningene som skiller en vinner fra en taper.

2 Ha en sutrefri sone: Ikke meld deg inn i sutreklubben. Medlemskapet er gratis, men det kan koste deg dyrt. En god øvelse er å prøve å tenke positivt i en hel time.

3 Vær entusiastisk: Entusiasme er å tenke positivt. Entusiasme gjør det umulige mulig, la dette bli en livsstil. I tillegg er det smittsomt og gratis.