

Karskärningen

Nr 3 april 2014 Årgång 31

Ordföranden har ordet

Kjell Olssons krönika
sidan 3-4

Förhandlingar

Lokal reguljär
förhandling 20 mars
sidan 4-5

U-Tiden

Frågor och svar
sidan 6-7

Politik

Flera spännande sidor
inför supervalåret
sidan 14-17

Korpen

Årsmöte och badminton
sidan 11

Redaktionssida 2

Glada Gnägg 8-9

Försäkringar 10

Korpen 11

Henkas blogg 12

Flemton 13

Sociala Fonden 18-19

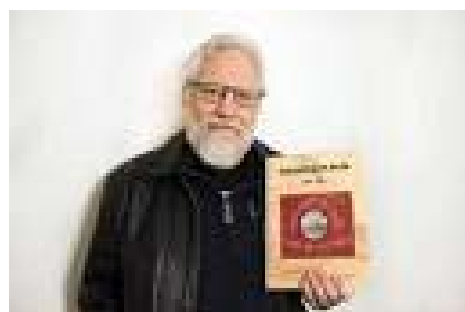
Ulf Westin 20

Läs om detta i Karskärningen.



HEMMA IGEN
en betraktelse av
Riksdagsman
Peter Persson.

Sveriges starkaste
Olympier
Anders Bergström.



Ulf Westin gör två
föreläsningar om
Papperstreans
100 års bok.

+ En massa annat spännande.

Karskärningen utges av



Korsnäs vägen 152

804 23 Gävle

Telefon: **1591 191053**

Faxnummer: **151581**

Expeditionstider:

Måndag och Onsdag 8.00-12.00 och 13.00-17.00

Expeditionen hartelefontid:

Måndag - Torsdag 8.00-12.00 och 13.00-17.00

Fredag 8.00-13.00.

Ordförande Kjell Olsson har:

Mobil 070 - 795 15 91

Arbetsställets Huvudskyddsombud Yngve Berglind har:

Mobil 070 - 795 16 35

Anders Blom (fackligt sociala frågor) har

Mobil 070 - 795 05 18

Huset där vi finns kallas **152an**.

Karskärningens redaktion består av

Kjell Johansson, Michael Wallin,

Ola Carlros och Mikael Persson

Papperstreans hemsida.

WWW.papperstrea.se



E-post till Karskärningen och
papperstrea@telia.com



Ansvarig utgivare:

Ordförande, Pappers avd 3

Karskärningen trycks

av Trycktrea Gävle

026 - 10 29 23

**Nästa nummer av
Karskärningen kommer ut
den 22 maj
Se till att lämna in ert
material senast den
19 maj**

"Våra tjejer"



Tarja och Agneta

Papperstreans personal Tarja Rautiainen och Agneta Nilsson arbetsuppgifter omfattar medlemsredovisning, administration, försäkringsfrågor med AFA och Folksamförsäkringen samt service till styrelsen, förtroendevalda, kommittéer och alla andra medlemmar som behöver hjälp.



Karskärningens redaktion

Ola Carlros, Michael Wallin, Kjell Johansson, och Mikael Persson.



Hej igen.

Visst är det härligt när vi går mot ljusare tider, då vi ställer fram klockan, fixar och donar på tomten eller balkongen, tar fram sommarmöblerna osv. Nog känns det att våren är på väg, bara värmen kommer för att stanna. Det är lite hit och dit med det just nu. Ibland sol och värme, ibland regn eller snö. Men den som väntar på något gott....

Missnöjesyttringar.

Missnöjesyttringar ljuder fortfarande från våra medlemmar. Det märks tydligt när vi går ut och träffar dem, det finns behov av att prata när vi kommer ut i fabriken. Det handlar om schemalagda u-tiden, svårigheten att kompa ut, BKOM projekt som läggs in under lunchraster, m.m. Det medlemmarna pratar om nu är att flera lagt in om ledighet som ex. ATK, föräldraledighet eller

sparad semester men att de inte fått något svar ännu, trots att det gått både tre, fyra och fem veckor sen de lämnade in ansökningarna. Företagets svar är att de håller på att lägga sommarens pussel för att få det att gå ihop, vilket jag kan förstå, men är vi kanske för få ute på golvet? Jag är övertygad om att det är så. Det är dags att börja anställa lite igen, att ta in ungt friskt blod i företaget och börja utbilda och kompetensväxla så snart det bara är möjligt. Vi kan inte bara backa, vi måste framåt nu.

Byggnads varsel avblåst.

Byggnads varsel är avblåst. Intensiva förhandlingar har pågått under en längre tid mellan Byggnads och arbetsgivarna. Vad det handlade om var att Sveriges Byggindustrier inte ville träffa ett nytt kollektivavtal med Byggnads om ett införande av huvudentreprenörsavtal i Byggavtalet. Det vill säga att den som har huvudentreprenaden även i alla underentreprenörsled ska se till att arbetsmarknadens lagar och avtal följs. Det varsel som byggnads lade i mitten av mars innebar en upptrappning av konflikten i en trestegsraket. Kvällen innan Byggnads strejk skulle bryta ut enades parterna om en lösning. Genom en försäkring som finansieras av Sveriges Byggindustrier ska ingen byggnadsarbetare riskera att stå utan lön. Alla som är anställda på ett företag med kollektivavtal, eller på ett företag som har anlitats av företag med avtal, har rätt att ansöka om ersättning ur försäkringen om deras egen arbetsgivare inte betalar ut lönen.

”We used to have people in the industry, but they are basically gone”

Just de orden kom från Sveriges statsminister Fredrik Reinfeldt på det ekonomiska toppmötet World Economic Forum i Davos. ”Det finns knappt några industriarbetare kvar i Sverige” Man kan fundera hur han tänkte här. 2014 är ett viktigt år för facket och arbetarrörelsen för att få till en förändring i politiken. Förra veckan släpptes en rapport som sammanställts av fackförbunden GS, Pappers och IF Metall som beskriver konsekvenserna av den moderatledda regeringens politik, hur regeringens politik har påverkat industrin och de anställda under de åtta år de suttit vid makten. Försämringar i a-kassan, sämre anställningsskydd och anställningsformer, tuffa regler för sjuka, nedskärningar av arbetsmarknadspolitiken, Arbetsmiljöverket bantades med den följden att det blev färre arbetsmiljöinspektörer, brist på utbildningsinsatser. m.m.

Tycker vi detta är bra och vill att alliansen ska få fortsätta nedrustningen av välfärden eller vill vi ha en förändring på politiken?

1 Maj.

I år skall vi ha ett av de längsta och största 1a maj tåg som vi haft på många år. Slaget om välfärden har börjat. Vi står för ett av de viktigaste valen på många år. Val som handlar om vad vi tycker är en bra väg att gå. Vill vi fortsätta som vi gjort under 8 år, med en rad av politiska beslut som drabbat äldre, brist på utbildningsinsatser. Ja, det finns mycket anledningar till varför vi skall samlas och gå med i tåget. Gör er tid och följ med på inledningen av slaget om välfärden, då vi tågar genom stan. Nästa drag i slaget blir att gå och välja i EU valet den 25 maj. Vad vill vi ha för styrning i Europa? Det påverkar oss mycket mer än vi tror. De som styr nu, har helt klart fixat försämringar för oss under de år vi varit med.

Slutord.

När det här numret kommer ut är jag på fjällsemestern med familjen. En efterlängtdad ledighet där vi får umgås, åka skidor, sitta i backen med lite kaffe och macka och njuta av solen. Spela spel, läsa en god bok, bara vara och sist men inte minst att få rå om mitt första barnbarn som är ett par månader nu. Det är en annan sida av livet som jag njuter av.. Men jag är tillbaka den 14 april igen.

Ha det bra // Kjell

Förhandlingsrapport.

Lokal reguljär förhandling 20/3-2014, bland annat.

12 timmars skift höststopp 2014.

Företaget återkom kring förslaget gällande 12 timmars skift för driften vid höststoppet 2014.

De förklarade att förslaget inte var så väl genomtänkt från början och måste utredas ytterligare.

De visste inte ens om de skulle fortsätta att gå vidare med förslaget.

Pappers klargjorde att vi inte är intresserade av detta förslag, efter att pratat med ombud och övriga medlemmar.

Pappers ser inga fördelar alls med detta förslag. Bättre att köra på frivillighet som tidigare.

Ersättning stoppsamordnare.

Pappers har i tidigare förhandling lyft frågan, om att stoppsamordnarna bör kompenseras, antingen i form av ersättning eller ledighet, då uppdraget innebär ett tungt och stort ansvar.

Företaget återkom i frågan gällande ersättning till stoppsamordnare och ställde sig positiva till förslaget. Företaget kom med förslag på ett kontinuerligt lönetillägg, samt ytterligare ett tillägg den tid de är losstagna och förbereder inför, under och avslutet av stoppet.

Lönegrad för skiftbilens förare på EBH/Utlastning.

Pappers har tidigare lyft frågan om ett tillägg för personalen på EBH/Utlastning som skall köra skiftbilen, liknande Ök som gäller vid gamla "Råvaran" där skiftbilens förare kompenseras med en lönegrad. Företaget återkom i frågan och föreslog att en arbetsgrupp skall tillsättas för att titta på förslag.

Lönegrader för dagtid på underhåll

Pappers lyfte frågan om lönegrader inom UH, där högsta lönegraden är B5 och sen länge tillämpas tekniker grader dvs. T1 och T2. Pappers vill att företaget överväger möjligheten att införa B6 och B7. Företaget återkom även i denna fråga och föreslog att en arbetsgrupp skulle tillsättas för att titta på förslag.

Tillgänglighet vid u-veckor.

Pappers har från en avdelning fått uppgifter om att det ställts krav att medarbetarna måste finnas tillgängliga under u-veckorna för att täcka upp vid behov. Att de skulle anmäla om de åker någonstans. Företaget återkom och förklarade att det var en missuppfattning från personalen.



Schemalagd u-tid.

Pappers ställde frågan till företaget hur några i personalen vid en avdelning har blivit inplanerade 5 timmar som resurser, som stöd på skift under några em. då man normalt jobbar 7 timmar. Företagets svarade att den tid som schemaläggs är den tid som behövs för att utföra en specifik arbetsuppgift och att schemalaggningsen görs utifrån ett specifikt behov. Så här gör de vid utbildningar om utbildningar är på 4 timmar osv. Pappers menade att man inte kan göra så här. Det är ordinarie jobb och vi har fastställt arbetstider som skall gälla. Pappers återkommer i frågan.

Utbildning Lag & Avtal.

Pappers efterfrågade en utbildningsplan för övriga avdelningar gällande den pilotutbildning i Lagar & Avtal som genomförts för chefer och ombud på lab. Företaget har tidigare lovat att utbilda chefer och ombud tillsammans för att få samsyn i frågor, Företaget svarade att utbildningar kommer att hållas tidigast efter höststoppet. Vilka avdelningar som prioriteras först återkommer företaget till vid senare tillfälle.

Mikrobiologi provning.

Företaget har i en tidigare förhandling lovat att återkomma med vilka storhelger det kan komma att behövas personal för provtagning och hur planeringen för det skulle gå till, vilket Pappers efterfrågade ett svar på i denna förhandling. Likaså framfördes en oro över mikrobiologiprovtagningen som ökat i omfattning vilket gör att annan provtagning åsidosätts ibland, eftersom MiBiprovtagningen prioriteras. Pappers menade på att någonstans kommer de andra provtagningarna att drabbas. Det blir en prioritering hela tiden. Företaget skulle undersöka och återkomma i frågorna.

Sjukdom vid schemalagd u-tid.

Pappers efterfrågade vad sjukdom vid schemalagd u-tid innebär avdragsmässigt gällande tid och ekonomiskt. Företaget svarade att det gäller samma regler som vid övrig tid och sjukdom. d.v.s. att företaget står för ersättning motsvarande 80 % av lönen dag 2-14, detta gäller även divisor 1200. U-tiden räknas dessutom av. För att det skall fungera måste närmaste chef maila BKSC om att medarbetaren varit sjuk på schemalagd u-tid.



Ledighetsansökningar i Lotus Notes.

Det här är en fråga som företaget lovade återkomma till i en tidigare förhandling. Det handlar om fackliga ledighetsansökningar som sökts och beviljats i databasen Lotus Notes inte längre går att öppna från vissa jobbdatorer och hemifrån. Pappers har även tidigare lämnat ett förslag på att få ut dessa beviljade ansökningar via mail istället. Nu återkom företaget och lovade att gå oss tillmötes. Ett mail skickas ut där det framgår om ansökan godkänts som facklig aktivitet, samt vilken typ av betalning som ska utgå. I nästa steg är det närmaste chef som har att bevilja eventuell frånvaro om så är möjligt för verksamhetens ostörda gång.

Lönerevision.

Företaget kommer att skicka ut ett förslag till lönerevision för 2014 i närtid till Pappers. En första sittning kommer att ske vid nästa lokala reguljära förhandling.

Fortfarande kommer många frågor till oss gällande schemalagda u-tiden. Därför tar vi med frågeställningarna igen och även lagt till någon fråga.

Vi vill först påminna om den regel som gäller vid förändring av schemalagda u-tiden. Alltså om det blir en förändring av planeringen som gjordes innan 1 februari 2014 Kan företaget flytta schemalagd u-tid som man vill utan att prata med individen.

Svar: Nej det kan inte företaget. Som vi sagt tidigare, en dialog skall alltid föras och båda parter måste vara överens om förändringen i schemalaggningen. Företaget har dock rätt att beordra övergång i enlighet med skiftbytesreglerna.

Om företaget kommer och vill att man skall byta schemalagd u- tid till annat skift så skall det givetvis bedömas som övergång, likställt med övrig schemalagd tid!

Svar: Ja, övergångsreglerna gäller och divisor 315 faller ut.

Arbetsplatsträffar, Stoppjobb, KOM projekt, utbildningar m m. hur skall man hantera de delarna om de inte har planerats i tid?

Svar: Övertid alternativt omplanering efter att dialog förts och man är överens om förändringen i schemalaggningen. Företaget har dock rätt att beordra övergång i enlighet med skiftbytesreglerna.

Vad innebär divisor 315 i klartext kr per månad för oss skiftare då den försvinner.

Alltså, hur mycket pengar handlar det om, u-skiftstillägget divisor 315. Tydligt cirkulerar det en massa olika summor. Allt mellan 11000-17000kr/år brutto. Beroende på vad som skall räknas in.

Här bör företaget redovisa mer exakt. När, var, hur?

Svar: Det beror på vilken grundmånads lön man har.

Så här kan det se ut, (grundlön B50+ATT+ETT+MK = betalgrad) = $25\ 026 + 668 + 668 + 668 = 27\ 730/315 = 85,81 \times 132 = 11\ 326,92$ per år. Här har Pappers räknat ut att det rör sig om ca 13 000 per år.

Baseras det på månadslönen + alla tillägg inkl. det lokala lönetillägget? Är det verkligen bara divisor 315?

Svar: Alla divisorer utgår från grundlön tex B50 +ATT+ETT+ eventuella MK,DK,SO tillägg. LLT ingår inte i beräkningsunderlaget.

Påverkas inte andra divisorer beroende på om du gör din u-tid på vardagar, helger eller storhelger?

Svar: De divisorer som påverkas beroende när man gör u-tid är OB – tilläggen, här blir det ingen skillnad från vad det är i dag.

Hur stor blir den totala inkomstförlusten om man räknar bort semesterersättning och pensionsavsättning?

Svar: ca 15 000 -17 000 kr

Dessa frågor har företaget och Pappers diskuterat i förhandlingar.



Nedanstående frågor är lyft av medlemmarna och är till viss del inte besvarade av företaget ännu.

Många har fått 12 timmars skift inplanerad på vardagar, måndag-torsdag på höststoppet. Vi har inte såna skift vardagar, måndag-torsdag. Har de rätt att planera in oss utan att vi är överens?

Svar: Pappers hävdar att detta är fel. Frågan tas med företaget.

Någon har fått fyra 12 timmars nattskift inplanerad på stoppveckan. Har företaget rätt att göra så?

Svar: Pappers anser att detta strider mot vårt avtal. Sen kan man fundera över hur de tänkt här.

Företaget är generellt emot 12 timmarsskift och här lyckas man lägga fyra efter varandra.

I lokalavtalet står att företaget kan planera in 24 timmar u-tid under stoppveckan. I flera fall har företaget planerat in 36-48 timmar under stoppveckan. Har företaget rätt planera in så?

Svar: Pappers anser att företaget schemalagt fel. Om man schemalägger mer än 24 timmar, måste parterna vara överens enligt lokalavtalet. Tar frågan med företaget.

Om man stämplar in u-tid när man kommer, så blir det u-tid hela tiden till man går hem. På det viset byggs u-tiden på ytterligare. Hur hanteras då u-tiden som blir över i slutet på året?

Svar: Så är det. Om u-tiden 132 timmar är fylld tidigare, tas övrig planerad u-tid bort eller om parterna är överens kan man jobba övertid på resterande tid.

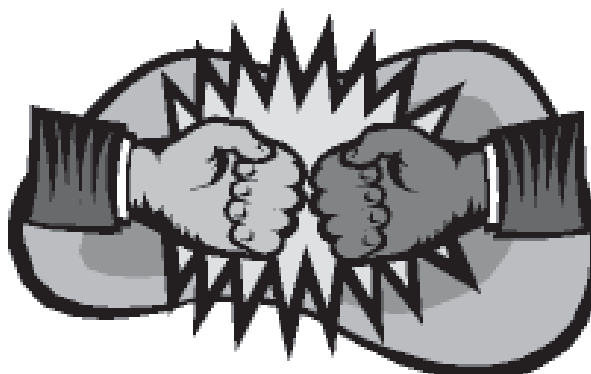
U-tidsbetalningen löneart 037 har försvunnit från lönespecen. Den ska ha innehållit både divisor 315 och divisor 1200, så frågan är vad divisor 1200 tagit vägen?

Svar: Företagets svar på detta är att divisor 1200 kommer att betalas ut månaden efter den månad man utfört schemalagd u-tid på samma sätt som man betalar ut OB efter genomförd U-tid.

Vad gäller vid sjukdom vid schemalagd u-tid, avdragsmässigt gällande tid och ekonomiskt.

Svar: Samma regler gäller som vid övrig tid och sjukdom. dvs att företaget står för ersättning motsvarande 80% av lönen dag 2-14, detta gäller även divisor 1200. U-tiden räknas dessutom av. För att detta skall fungera måste närmaste chef maila BKSC om att medarbetaren varit sjuk på schemalagd u-tid.

Reviderad 2014-04-10



Litet glas pilsner.

På tal om tusenlappar, träffade jag en gammal bekanting ute på Åby förra söndagen. Totospelaren Tyvärr, som för dagen faktiskt inte gjorde skäl för namnet. Han lyckades med konststycket att tråckla in 40 vinnare, 20 plats på Poppler Iran, som vacklade in som etta och betalade 55 i odds. Tyvärr hade nu alltså några sköna tegel och talade om att spela ett 1000-radigt V5-system nästa söndag. Vidare hade han planer på att bila upp till Karlstad och spela kassan på en av Leif Berggrens hästar, en mordvinnare, som var så hemlig att det var tveksamt om ens Berggren själv kände till den. Jag avrådde honom på det bestämdaste från et senare alternativet, och varför jag gjorde det är en särskild historia.

En gång i mitten på femtitalet var jag med när Tyvärr, eller Evert som han egentligen heter, hade en annan säker vinnare. Det gällde på Årjäng den gången, och han hade fått nys om att ett kallblod skulle vinna första löpet där uppe både fram- och baklänges. På lördagen ringde han mig och frågade om jag var pigg på en bilresa till Årjäng.

-Jag har lånat en kärra och vi kör upp på två timmar, eller så, försäkrade han. Vi blir fyra man om du följer med.

Det är bara 23 mil mellan Göteborg och Årjäng... Tidigt på söndagsmorgonen kom Tyvärr och hämtade mig i en bil vars like jag aldrig sett, varken förr eller senare. Det var en orange Volvo Carioca, delvis omlackad i ljusblått. Den släpade sig fram som en ryggbruten katt med karossen 2 centimeter ovanför marken. Baksätet var så nedsuttet att man satt direkt på kardanaxeln och golvet så söderrostat att gatstenarna lyste igenom. Den måste ha varit tillverkad på den tiden när löpande bandet på Volvo hade en hastighet av 25 vagnar. I månaden!

De andra två i bilen var biljardhajen, amatörboxaren m.m Galne-Sven och så Hasse Barken, som brukade spela 500 kronors dansk kägél med Galne-Sven (till den senares oerhörda tacksamhet), när han inte spelade 250-kronors tji och tre med Harald Dufva på restaurang Victoria, eller 100-kronors luffarschack med någon annan bonnfångare. En gambler! Evert Tyvärr slängde i ettan och det skrek infernaliskt i växellådan, samtidigt som det hördes ett brak någonstans under bilen. Som att oljeträget eller någon annan liten detalj lossnat och fallit i gatan.

-Vad i helvete var det? Skrek Hasse Barken. Vågar man åka med den här helvetesmaskinen? Vänta så ska jag gå ut och titta.

Evert fräste ilsket.

-Ta det lugnt, va! Kärran e prima, det svarar jag för. Jag sätter 20 spänn på att vi inte kommer ut ur stan med fanskapet, fnös Hasee Barken. Är det nån som står dit? Ingen svarade och Cariocan brakade iväg utför Linnégatan med fruktansvärda 35 knyck. En halvtimme senare hade vi, till allas förvåning, lämnat stan bakom oss och skumpade iväg uppåt Älvdalen. Jag la märke till att ratten var något glapp, den gick att vrida ungefär ett halvt varv innan hjulen reagerade. Men Evert hade vad man kallar för körhand och vi började se allt ljusare på situationen.

Men det skulle vi aldrig ha gjort! I lilla Edet stönade Cariocan till och stannade. Evert slet upp motorhuvens och dök ner i Volvons rostiga innandöme. Efter trekvart hittade han felet, en kablarna till fördelardosan hade lossnat. Felet åtgärdades och sedan gick det bra ända till Trollhättan. Där var det dags för bensinstopp, en kilometer från närmaste mack. Jag tror att vi tankade tre gånger mellan Trollhättan och Mellerud, antagligen var bensintanken lika läck som Titanic anno 1912. Så var vi inne på Värmlands gropiga berg- och dalbanevägar och kardanaxeln kändes allt hårdare att sitta på. Sista timmen hade Evert inte snackat om annat än vinnaren i första löpet.

-Faan om vi inte hinner. Femton gånger degen hur säkert som helst. Jag vet att Richard är ute idag...

Richard Lorentzon från Töcksfors hade aldrig hört till mina kuskfavoriter. En äldre gentleman med grå mustasch, som mycket liknade byggmästare Müller på Jägersroprogrammets omslag, om man undantar att Lorentzon körde i väldiga sjöstövlar, som räckte ovanför knäna. Dessutom hade han alltid en skitig potatissäck kastad över sulkysitsen. Detta var ju före störtkrukornas tid och Richard körde alla hästar i samma urblekta mössa, en blå och grön keps med lös skärm, som fladdrade vilt.

Någonstans ovanför Mellerud tappade vi ljuddämparen och bönderna satte kaffet i vrångstrupen när vi dånade förbi. Efter alla stopp var vi sent ute och Evert trampade nästan gaspedalen genom trossbotten. Ju mer klockan närmade sig startdags, desto säkrare blev vi all på att Richards häst var det samma som pengar på banken.

-Jag ska dit, om så faen e lös! Skrek Evert över motordånet. Femton gånger degen!!
Brak!!

Med ett fruktansvärt skrapande satte sig Cariocan på bakhasorna, när allt vad fjädring och stötdämpare hette, pajade ihop. Sekunderna senare stod vi inkörda i kyrkogårdsmuren utanför Svanskogs kyrka. Kylarvattnet fräste och det rök mellan stenarna.
-Taxi!! Skrek Evert och rusade upp på vägen. Taxi!!
Fem minuter senare hade vi uppbringat Svanskogs enda taxi. Chauffören såg vettskrämd ut.
-Du får en femtilapp extra om du hinner upp till Årjäng till första löpet!

När högtalarna raspade ”Till start”, sladdade taxin upp utanför Årjängsgrindarna. Med plånboken i handen sprintade Evert upp genom skogen i 20-tempo, spurtade över publikplatserna så att gruset sprutade om skorna och så fram till 50-lapps luckan.
Djävls blod! Där var jättekö. Likaså i 10-kronorsluckan och 5-kronors.
Det knastrade till i högtalaren: ”Klart!”
Med något vansinnigt i blicken rusade Evert fram till den tomma 2-kronorsluckan.
-Tre block på nummer 3!!

Kärringen bakom disken bleknade, men langade i alla fall över de tre buntarna tvåkronorslappar. Så rusade Evert vidare uppför nästa backe och ställde sig högst uppe på berget för att kolla in löpet. Ingen av oss andra tre hade hunnit få in en spänn på Nordstrandsmunter. Så hette hästen.

Vi svor ve och förbannelse över detta, när Richard la på en pollett på sista baksidan och drog ifrån med 40 meter. Genom sista kurvan var det rena kyrkåkning och Richard myste så att mustascherna satt som polisonger vid öronen, medan mösskärmen fladdrade skönt i takt med potatissäcken.
-Ta det vackert, Richard! Vrålade Evert. Femton gånger degen, tjohoo!!

Kanske var det han som skrämde hästen. I varje fall stod Nordstrandsmunter plötsligt och hoppade upp och ner som en känguru, medan Lorentzon hävade i tåtarna som om han var ute och tog upp nät.
-Bondkanin!! Tjöt Evert och tog ett steg framåt. I nästa sekund stod han på öronen nedför branten i ett moln av tvåkronorskuponger.

Vi rusade efter ner, beredda på det värsta. Evert låg framstupa i gruset och rörde inte en fena, men när Hasse Barken ville hålla 200 spänn på att han var död, vaknade han till. Han vred en aning på skallen och skelade upp på oss med ena ögat.
-Vann han??
-Jadå, Richard vann löpet, försäkrade Galne-Sven.
-Jag menar det, jag menar det! Richard var ute idag. När vi fått upp Evert hängde han som en skadeskjuten frackrock över räcket, medan vi gick omkrig och samlade ihop hans tvåkronorslappar. Vi hittade alla utom tre..

Sen kom oddset. 1,47...

Det var då Evert tog den verkligt långa räkningen.. Vi hade ju ingen bil, så vi blev kvar i Årjäng på kvällen. På ordmarkens Hotell såg vi bl.a Richard Lorentzon svinga bågaren i glada vänners lag. En av dessa vänner, som såg ut som en storgrossist i konstgödning och mycket riktigt luktade som en torskmjölsfabrik, blev framåt aftenen berusad till oigenkännlighet.

Hovmästaren ilade till för att hjälpa grossisten ut och stödd på han vacklade mannen iväg. Plötsligt tog han överbalansen och satte sig i en slottsstek med gurka. Hovmästaren var blå i ansiktet av ilska och mumlade hemska hotelser för sig själv. Återigen fick han grossisten på fötter, men bara tillfälligt. Denne tog invecklade danssteg, attraherades och repellerades mellan borden och störtade slutligen omkull så att hela krogen skakade.

Hovmästaren kunde inte behärska sig längre.

-Va i helvete, människa! Orkar ni inget själv?

Grossisten stirrade med sina röda mörtögon ut i tomma intet, hickade och mumlade:

-Möjligen ett glas pilsner, hovmästarn...



**Den här berättelsen
är hämtad
ur boken
Glada Gnägg.**

Den här försäkringen ingår i Pappers hemförsäkring.

Checklista Skydda dig mot ID-stöld

Tips för att undvika ID-stöld

Här får du några råd om vad du kan göra för att undvika att någon utomstående kommer över dina personliga uppgifter och utnyttjar dem för att till exempel ta lån eller beställa varor i ditt namn. Vi vill också tipsa dig om att vår Hemförsäkring erbjuder dig omfattande hjälp, om du skulle råka ut för en ID stöld.

Lämna inte ut ditt personnummer utan att veta vad det ska användas till.

Riv sönder papper som innehåller personuppgifter innan du slänger dem.

Riv bort dina personuppgifter från papper som du lämnar till återvinning.

Lämna inte ut personliga uppgifter via telefon, internet eller e post om du inte med säkerhet vet vem du har att göra med.

Skriv in den webbadress du vill besöka istället för att klicka på länkar som skickas i e-post.

Byt till en låsbar brevlåda.

Reser du bort en längre tid är det bäst att eftersända eller be en vän ta in din post.

Lämna inte ut alltför detaljerad information om dig själv på Facebook och liknande sociala nätverk.

The logo for Folksam, consisting of the word "Folksam" in a bold, blue, sans-serif font, with a registered trademark symbol (®) to the upper right of the 'm'.

Kannibalerna

På ett företags anläggning i Gävle har fem kannibaler anställts som traineer, första arbetsdagen säger chefen:

Ni har nu fast arbete, tjänar bra och kan äta i vår matsal, sa låt de andra vara i fred, OK?

Kannibalerna lovar att inte röra kollegorna. Efter fyra veckor kommer chefen igen och säger:

Det saknas en maskinförare, är det någon av er som vet var det blivit av honom?

Alla kannibalerna skakar på huvudet och svär på att de inte har med saken att göra.

När chefen har gått vänder sig en av kannibalerna om till de andra:

Okey, vem av er idioter har käkat upp honom?

Den bakersta kannibalen svarar med låg röst och skuld i blicken:

Det var jagIDIOT, säger den förste. De senaste fyra veckorna har vi ätit processingenjörer, kordinatorer, gruppchefer, produktionskordinatorer, projektledare och konsulter utan att någon har märkt det, och så skulle du prompt sätta i dig maskinförardjäveln!!!

Jösses, då är vi stekta utbrast de andra!



Årsmöte
Tisdag den 29 april
BKOM-center
Pelarsalen
Klockan 16:30



Dagordning och verksamhetsberättelser kommer att finnas på plats.

Välkomna
Korsnäskorpens styrelse.



Här kommer hela gänget som var med på vårcupen i badminton 2014.

Vinnare detta år blev Leffe & Rainer.

Grattis till vinnarna + ett stort tack till alla som kom.

Återkommer till hösten med mer badminton.

Mvh Badmintonsektionen / Henke

Hämtat från Pappers hemsida Henkas Blogg i mars 2014.

Romson i nattmössan

Mars 21, 2014

Att Miljöpartiets förståelse för industrins betydelse och behov inte är den bästa är sedan länge väl känt.



Opinionsundersökningarna brukar följaktligen visa att Pappers medlemmar visar Miljöpartiet välförtjänt svaga sympatier. Insikten att vi även i framtiden bör använda kärnkraft, är nog något som aldrig kommer att genomtränga tankedimmorna hos miljöpartisterna. Kärnkraftsmotståndet grundar sig mer på livsåskådning och trosbekännelse än på sakliga tekniska bedömningar. På denna punkt kan vi ge upp allt hopp om bättring. Förnuft får sökas på annat håll.



Att språkröret Åsa Romson inte gillar den svenska skogsindustrin var däremot en nyhet för mig. Ja, visserligen har man kunnat uttyda ett och annat ur partiets förslag, men en tydligt uttalad motvilja, det är något nytt. Så här säger Åsa Romson till Dagens Industri:

”Det är klart att man måste kunna tro att näringsstrukturen kan förändras. Jag är inte jätteglad i att svenska värdefulla träråvaror görs till blöjor och näsdukar och att vi exporterar pappersmassa. Jag tycker nog att vi kan klättra i förädlingskedjan.”

Jag tycker att Åsa Romson ska vara förbannat glad över att vi i Sverige tillverkar blöjor, näsdukar och pappersmassa som kan exporteras och bekosta stora delar av det välstånd som vi alla är vana vid. För att inte nämna sjukvårdsmaterial, material till fordons- och rymdindustri, byggnadsmaterial, livsmedelsingredienser, kemikalier, tryckpapper och förpackningar av alla de slag, kvalificerade produkter som alla till största delen exporteras och utgör viktiga delar av den svenska samhällsekonomin ryggrad, men som enligt Romson inte står högt nog i förädlingskedjan.

Romson förordar i stället produktion av motorbränslen. God morgon! Detta pågår faktiskt redan i nära anslutning till produktionen av övriga, förmodat lägre stående, produkter. Ett besök vid någon av landets i hård konkurrens kämpande skogsindustrier – t.ex. pappersbruken i Kvarnsveden, Lessebo eller Hyltebruk – skulle visa Romson att hon har mycket lite att lära ut om förändringar av näringsstrukturen.

Det vore ett stort bekymmer om denna okunnighet om skogsindustrin skulle få fortleva och rent av sprida sig. Det kunde därför vara bra om Åsa Romson tog vara på den pedagogiska information som Skogsindustrierna tillhandahåller på sin hemsida. Försitt inte heller det där erbjudna tillfället att göra studiebesök. Svensk skogsindustri och dess anställda förtjänar politiker med åtminstone grundläggande kunskaper om branschen.

Skogsindustriernas hemsida: <http://www.skogsindustrierna.org/pressrum/nyheter/nyheter-2014/miljopartiet-missar-skogsindustrins-nyckelroll-i-en-hallbar-bioekonomi>

Flemton Hundrings Hörna

-rapport från rastgården

Gröff!

Hundbent är läget, pölare och pölarinnor? Svansen rak, nosen bak och tassens i fram? Brö, då ligger ni i fas. Mars har precis passerat men aprilsaven börjar stiga känner jag! Och extra äggande är det ju att påskan snart är över oss. Eller hunder oss kanske? Husse skulle ordna lammkött till påsk, både till honom och mig. Själv äter han ägg varje morgon för att liksom ställa in kroppen så inte påskäggningsen kommer som en överraskning. Och i riset ni tar in har ju saven stigit så det har ju också lustfyllda orsaker. Särskilt som ni envisas med att knyta kittliga fjädrar i grenen! Lite kinky då va?! Liderligt släkte, människan. Fast det är ju smart av er egentligen, fast kanske lite taskigt, att skylla på nån gammal snickare från mellanöstern, när vad det handlar om är några extra lediga dagar att ha era orgier på! Vore jag i erat skära pälslösa skinn, skulle jag allvarligt lobba för att lägga stjärt-torsdagen till ledigheten också.



Men inget fel i orgier, som påskharen skulle ha sagt. Förresten, lyssna på det här: **Oo-yyy!** Ja, det var inte mycket till brunstvrål kanske ni tycker va? Va?! Men det tycker jag fattaniväl! Dom andra jyckarna i kvarteret avhundas mig mitt vrål. Tror jag. Så här sa i alla fall min pölare afghanhunden Ali Ben häromdagen: ”Vafan brusjan! Do ylar som Tarzan, nej Zlatan heter han, hajaru len? Abou, när du ylar så fryser man, jag svär bre!” Hanhundarna fryser och tikarna kokar, verkar det som, för när jag ylade åt grannens kattstörartik Gertrund så ropade hon tillbaka: ”Fattalunte att jag snart exploderar va?”. Då känns det skönt att vara uppskattad.

Säga vad man inte vill, men det händer grejer i rastgården, eller hund? På husses avdelning har dom startat nåt som heter benkom och det handlar visst om apporterande... eller var det rapporterande? Hundsomhaver, så har dom varit så burriga så dom har satt upp en hundan så stor stamtavla på väggen. Det börjar visst med att dom skriver nollor, och nån enstaka etta, och det är ju logiskt så här i dataåldern. Med nollor och ettor menar jag. Men sen brukar det bli åtminstone en sexa också-på arbetstid. På tal om tid så har vi fått sommartid sen sist, men lite otippat så blev jag piggare, trots att vi förlorade en timme. Kanske beror på att vi har vår i luften (var har ni er?).

Tills ni har lyckan att höra från mig igen, så tillönskar jag er en trevlig fortsättning på våren och en Glad Påsk. Fixa hem lite ägg och köttsligheter, och naturligtvis organisk olivolja (för orgien). Jobba duktigt så kanske ni också en dag kan tjäna 14 miljoner ben som er hyvens rastgårdschef Per Lindben tjänade hunder 2013 som dagstidningarna app...rapporterade i mitten av Mars.

Glöm inte hälsa till din Tjonkel i Flakvattnet, den Torra Skinnterriern Korvar.

Benare.

Högvoffningsfullt

Flemton

HEMMA IGEN

en betraktelse av Riksdagsman Peter Persson.

I juni är det fyrtio år sedan jag satta mig på cykeln och trampade iväg till det första riktiga jobbet. Nymölla Bruks väldeliga massafabrik i Skåne var målet. Visst fick jag flytta från föräldrahem och fotbollslaget. Men glädjen över att ha en egen liten lägenhet, jobb, lön och rå sig själv betydde enormt mycket mer för mig och det liv som väntade på mig. Under senare år har jag ofta tänkt på hur dagens 18-19 åringar plågas av arbetslöshet, tillfälliga jobb och en kaotisk bostadsmarknad. Deras tillvaro är närmare -30 tal än min ungdoms -70 tal. För mig förenades jobbet omedelbart med facklig aktivitet i Pappersindustriarbetareförbundet och LO- verksamheten i Kristianstad. Till min glädje blev jag snart också ordförande i SSU-klubben. Det blev tio år på Bruket, en arbetsplats vi var stolta över. Ofta talade man om "Nymöllaandan" som rådde på Bruket, en blandning av pionjäranda på ett modernt Bruk med arbetsuppgifter som vanligen innehöll möjligheter för utveckling och kunskap.



De första åren på jobbet påverkades av oljekrisens dåliga konjunktur. Men en Socialdemokratisk regering valde att stödja företagets produktion som lagerhölls och utbildningsinsatser för att löntagare skulle få vidare kunskaper och stå rustade för konjunkturuppgången. Arbetslöshet ansågs vara ett ekonomiskt slöseri, med svåra sociala konsekvenser. Full sysselsättning hade sedan Socialdemokraternas valseger 1932 varit styrande för den ekonomiska politiken. Då i praktik och inte som nu -i ord. Vi som var fackligt engagerade upplevde en slags skördetid för reformer inom arbetslivet. Det handlade om anställningsskydd, arbetsmiljö, medbestämmande, insyn i företagets ekonomi och skötsel, för att nämna några frågor. Människans villkor i produktionen var centrala på den tiden. Inflytande, delaktighet och bättre miljö ansågs också bidra till utveckling av produktionen. Nu har jag de senaste trettio åren vistats utanför fabriksgrindarna. Jag har dock självfallet behållit medlemsskapet i Pappers och dess A-kassa. Belöningen får jag inte minst nu när jag reser runt till Pappers arbetsplatser och mötesverksamhet.

Men det är ett ofta ett annat landskap jag möter än det jag lämnade. Effekterna av en Moderatledd regering är mycket större än vad många tror. Massarbetslösheten och förstörd arbetslöshetsförsäkring har skapat rädsla och försiktighet på arbetsplatserna. Årlig stenhård rationalisering och effektivisering har på många håll medfört svår stress och oro inför arbetssituationen. Pappersarbetare tvingas sluta trots att bruk går bra. Vinstmaximering och kvartalskapitalism verkar ibland trängt ut allt långsiktigt och industriellt tänkande. Hot om bemanningsanställning och så kallad outsourcing av arbetsuppgifter förekommer dagligen. Nu är Pappers fortfarande ett unikt starkt fackförbund, med få och relativt stora arbetsplatser. Anslutningsgraden är närmare 100 än 90 procent. Andra förbund har drabbats mycket hårdare av medlemstapp, osund konkurrens och lönedumping. Den Moderatledda regeringen har varit ytterligt handlingskraftig i att avveckla och reducera det som gagnar löntagare. Arbetslivsinstitutets forskning, arbetsmiljö-verkets inspektioner, rätten att hävda kollektivavtal (lex Laval) och facklig utbildning. Däremot har man varit helt passiv mot den dumping av löne- och arbetsvillkor som dagligen sker. Om det får fortsätta kryper dessa förändringar också snart bakom fabriksgrindarna. Fackföreningarnas viktigaste uppgift idag måste vara att se till att vi får en annan politik i Europa och Sverige. Då kan man på allvar känna att man är hemma igen.

Peter Persson, Pappersmedlem och riksdagsman för Socialdemokraterna



Sverigedemokraterna ett hot mot Sveriges löntagare!



Sverigedemokraterna har gått från att vara ett litet parti med tydlig koppling till den rasistiska rörelsen till att vara vågmästare i riksdagen. Sedan den rasistiska kampanjorganisationen Bevara Sverige Svenskt startade partiet 1988 har SD aktivt arbetat för att tvätta bort spåren av skinheads och vit makt rörelsen.

I valet 2010 fick Sverigedemokraterna 5,7 procent och 20 mandat i riksdagen. Som vågmästare blir den borgerliga regeringen beroende av partiet för att få igenom sina förslag. Det betyder att Sverigedemokraterna har fått inflytande över politiken. Vad partiet tycker i frågor om migration är tydligt. Inget samhällsproblem är för litet för att skylla på invandringen. Trots partiets starka ställning i riksdagen är det få som aktivt har granskat hur Sverigedemokraterna röstar i frågor som arbetsmarknad, välfärd och skatter.

Vid en närmare titt på hur partiet har röstat i viktiga frågor som rör stora löntagargrupper syns ett tydligt mönster. Sverigedemokraterna är den borgerliga Alliansens stödparti. I nio av tio fall röstar partiet tillsammans med den borgerliga regeringen. Utan SDs indirekta stöd hade Fredrik Reinfeldt haft svårt att regera. Sverigedemokraterna är inte bara ett rasistiskt parti utan även ett högerparti. I nästan varje viktig fråga för fackförbundens medlemmar, har SD ställt sig på arbetsgivarnas sida, och röstat med den borgerliga regeringen.

Nej till nedläggning av det kritiserade arbetsmarknadsprogrammet Fas 3.

Nej till en nollvision mot dödsolyckor i arbetslivet.

Nej till förstärkt arbetslivsforskning.

Nej till rätt till heltid.

Nej till skatteavdrag för medlemskap i fackförening.

Nej till meddelarfrihet för de anställda i privata välfärdsföretag.

Nej till rätt till barnomsorg på obekvämt arbetstid. **Nej** till en reglering av visstidsanställningar.

Ja till sänkta inkomstskatter istället för mer resurser till skolan, vården och omsorgen.

Granskningen visar att SD är fiender till våra grundläggande fackliga idéer. Partiet spelar på människors oro över framtiden, känslor som sedan används för att ställa löntagare mot löntagare. Sverigedemokraterna bygger den konflikten på var du eller dina föräldrar är födda. LO:s grundläggande värderingar bygger på alla människors lika värde och rättigheter. Alla människor har ett lika värde och förtjänar att bli bedömda som individer inte utifrån fördomar eller få sina rättigheter begränsade på grund av var du eller dina föräldrar är födda.

Källhänvisning:

SD ett arbetarfientligt och antifackligt parti, LO 2014 03 ISBN 978 91 566 2957 0.

Stödpartiet en analys av hur Sverigedemokraterna har röstat i riksdagen,

Tankesmedjan Tiden 2014 02 15[3N 978 91 980114 1 8

Pappers fackligt politiska samlade på Skepparholmen.

Under dagarna två så var samtliga politiskt ansvariga i förbundet samlade för att lyssna till Magdalena Andersson ekonomiskt sakkunnig, Jan Larsson Valstrateg, samt Vår man i Riksdagen Peter Persson. Vi fick även besök av en teatergrupp med namnet Tagegranit som var både upplysande och humoristiska.

Om vi börjar med Magda så var hon strålande som talare hon redogjorde för sin syn på hur ekonomin var i stora drag, Sverige är ett bra land. Svensk ekonomi är i grunden stark. Men nu syns allt fler tecken på att Sverige är på väg åt fel håll.

Oron för framtiden växer. Arbetslösheten har bitit sig fast på hög nivå.

Antalet långtidsarbetslösa har nära nog tredubblats sedan 2007 och ungdomsarbetslösheten är högre än i många jämförbara länder. Skolresultaten faller kraftigt. Moderaterna lovade fler jobb och mindre utanförskap. Ambitionen var inte fel. Men deras lösning att ständigt låta skattesänkningar gå före investeringar i jobb, skola och välfärd har inte minskat arbetslösheten.



Peter Persson

400 000 människor är arbetslösa.

Arbetslösheten är högre nu än när den moderatledda regeringen tillträdde.

I den moderatledda regeringens budget för 2014 är de ofinansierade skattesänkningarna 20 gånger större än investeringarna i skolan.

Regeringen lånar till skattesänkningar, klarar inte överskotts målet och följer inte det finanspolitiska ramverket.

Vi socialdemokrater.

Vill ha ett land där vi samlas för att utveckla vår samhällsmodell. Ordning och reda i statsfinanserna är grunden. Vi socialdemokrater kommer att vidta de åtgärder som krävs och söka de allianser som är nödvändiga för att bryta arbetslösheten och få fler människor i arbete. Det övergripande målet för vår ekonomiska politik att nå full sysselsättning. Sverige ska vara ett land där kvinnor och män går till jobbet, tar ansvar, känner sig trygga och just därför är fria. Vi ska ställa krav på varandra men också hjälpas åt. Konkurrenskraft och anständighet går hand i hand. Socialdemokraterna har ett mål som är viktigare än alla andra: Sverige ska ha lägst arbetslöshet i EU 2020. Det krävs investeringar och samarbete för att svenska företag ska kunna växa och anställa. Med fler jobb får vi råd med en välfärd att vara stolta över. Då kan vi investera i framtiden. Sverige behöver en ny riktning. Våra prioriteringar är tydliga: Jobben är viktigast. Sedan skolan och välfärden. Mindre klasser och fungerande vård går före fler skattesänkningar

Vi socialdemokrater vill:

att investeringar i fler jobb och bättre skola går före fortsatta skattesänkningar

införa ett sysselsättningspolitiskt ramverk. Sverige ska mellan 2014 och 2020 öka antalet personer som arbetar och antalet arbetade timmar i ekonomin så mycket att Sverige når lägst arbetslöshet i EU

att det finanspolitiska ramverket ligger fast. Överskotts mål och utgiftstak säkerställer god ordning i de offentliga finanserna

Jan Larsson gav ett spännande föredrag om hur man lägger upp en valrörelse Tyvärr har vi inte fått hans bilder än. Det hade varit lättare att förklara hur det går till med bilderna som hjälp. Men de här om hur borgarna ändrar sin politik efter opinionssiffrorna förklarades lätt mot hur man ändrade sig när det gällde studiebidrag kontra lån. Som slutade med att fribeloppet höjdes att par tusen. "...basically gone" sa Reinfeldt på det ekonomiska topp mötet i Davos 2013. Att det i princip inte finns några industriarbetare kvar i Sverige.

Han har fel! Efter åtta år kan industriarbetarna utvärdera den moderatledda regeringens politik. Det här uttalandet har lätt till att IF Metall, GS samt Pappers har gjort en utredning om industrins betydelse för Sverige.

Utredning kommer att beställas i ett antal exemplar. Och läggas ut i matsalarna framöver.

Dag två började med att vi gick igenom Pappers valplattform där vi ansåg att det behövdes ett par tillägg till innan den slutgiltiga kommer. Bland annat så saknades infrastruktur som är bland de viktigaste politiska sakfrågorna i branschen när det gäller ekonomin. En av höjdpunkterna var som vanligt Peters inlägg, ni kan läsa hans betraktelse på sidan **14**. Men innan det så ska det tilläggas att han har varit upp nittio gånger mot Anders Borg i interpellations debatter. De flesta ligger på nätet för beskådan



**Teatergruppen
Tagegranit**

Sist men inte minst så fick vi se och höra, samt medverka i teatergruppen Tagegranit's föreställning mot främlingsfientligheten. Den framfördes som teatersport. Först fick vi se föreställningen i sin helhet där dom mörka krafterna fick styra. Sedan spelades den om där vi fick gå in och bryta och hjälpa till med motargumenten. Det var både roligt och lärorikt. Efter dessa två dagar så känner vi oss stärkta att ta upp kampen om makten i EU och Sverige.

Balle



Korsnäsverkens S-fackklubb har äntligen kommit igång.



Den gamla klubben hette Pappers-S fack klubb och vände sig enbart till pappers medlemmar. Men nu när vi startade om igen så har vi bildat klubben så att alla anställda som har hjärtat och ideologin hos socialdemokraterna är, oavsett om du är kollektivare eller tjänsteman/kvinna så är du välkommen till oss. Det är inte bara för att det är ett valår som vi har startat upp klubben igen, utan vi anser att som största privata arbetsgivare i Gävle så lär vi vara med och påverka dagordningen. Vi har i skrivande stund inte något mötesdatum men vi återkommer med det på ett eller annat sätt. Ni som vill vara med hör av er till någon av nedanstående personer om DU vill vara med.

Thomas Pettersson 070-4000939 Kjell Olsson 070-7951591



På Gång med Sociala Fonden ...

Ansökan/anmälan gör du via vår hemsida, klicka på rubriken Event och välj det du är intresserad av. Har du problem eller någon synpunkt, tveka inte att kontakta oss.

MUSIKAL

Lördag 18 oktober: Från Frövi och Gävle till Stockholm och Cirkus, Livet är en schlager.

Musikalen bygger på den folkkära filmen med samma namn, men Jonas Gardell har skrivit ett helt nytt manus och tillsammans med Fredrik Kempe har han skrivit en rad helt nya, helt underbara låtar.

I rollerna ser vi Helen Sjöholm, Peter Jöback, Jonas Helgesson, Johan Glans, Måns Möller, Katarina Ewerlöf, My Holmsten och Frida Westerdahl.

Pris: 1020 kr per person (Bussresa, matinémeny, entrébiljett och fikapåse)

Max 2 biljetter per sökande

Sista ansökningsdag 11 augusti

FURUVIKSKORT

I mitten på mars påbörjas försäljningen av Furuvikskort för säsongen 2014.

Pris barn, 3 – 12 år: 370 kronor. Pris vuxen, från 13 år: 520 kronor

Furuviks säsongskort 2014 gäller på alla Furuviks konserter (ej Stolt & Nykter).

Det ger också FRI entré till Gröna Lund med över 50 konserter, fri entré till Aquaria samt 30 % entrérabatt på Kolmården och Skara Sommarland.

Första säljstopp är 27 april, för att hinna få ut alla kort innan resan.

Absolut sista datum att boka kort är 8 juni.

GRÖNA LUND

Lördag 17 maj: Från Frövi och Gävle till Stockholm och Gröna Lund.

Heldag på Gröna Lund eller kombinera med en tur bland butikerna i stan, valet är fritt. Tänk på att Furuvikskortet även gäller vid entrén till Gröna Lund. Bussen kör till Gröna Lund så de som vill in till city får själva ordna transporten dit.

Pris: 250 kronor per person (Bussresa och fikapåse)

Max 6 biljetter per sökande.

Sista ansökningsdag 27 april

Du kan även passa på att köpa åkband till Gröna Lund resan via Sociala Fonden.

Dessa skickas med post till din hemadress, se information på hemsidan eller ring.

Håll koll på Sociala Fondens sida!

Fotnot: Sociala Fonden förbehåller sig rätten att ställa in bussresor vid för få anmälningar.

Vi tillämpar lottning då fler sökande än platser finns.

Sveriges starkaste Olympier Anders Bergström.

Onsdagen 12/3 anordnade Sociala Fonden ytterligare en intressant föreläsning, denna gång om friskvård. Föreläsare var före detta tyngdlyftaren Anders Bergström. För er som inte känner Anders så kommer här en liten presentation. Anders är 47 år, driver Fyshuset som ligger efter Gavleån, är föreläsare och hjälper dessutom till som fystränare åt bland annat Sandvikens IF Fotboll, Hagaström Skridsko och Red Devils. Han har tidigare, mellan 1993-2003, också varit fystränare åt Brynäs IF Hockey! Han har deltagit i två Olympiska spel, Barcelona -92 och Atlanta -96. I Atlanta blev Anders utsedd till "The most colourful athlete of the games" av TV-bolaget NBC! Han hade färgat håret som eld och bjöd verkligen på sig själv. Det säger mycket om hans personlighet, en underbar kille med glimten i ögat!



Rent sportsliga framgångar är 4:a på EM och 5:a på VM i supertungvikt det bästa. Han har vunnit ca 40 SM-guld sedan han började i unga år. Personliga rekorden ligger på 175kg i ryck och 225kg i stöt! Efter lyftarkarriären har Anders provat på släggkastning och varit hyfsat framgångsrik även där. Med ett pers på drygt 54 m och en 4:de plats på SM som bäst, har han visat att han inte bara är stark. Det finns mycket teknik också.

Anders jobbar numer mycket med friskvård och Rehab. Han har hjälpt Niclas Bäckström, SAIK Bandy, Edsbyn bland annat och dom har ju nått hyfsade framgångar! Även Kriminalvården med anställda och interner har fått hjälp. Det Anders brinner för är kroppskänedom och hälsoförebyggande, med kost och träning för välmående! Det är viktigt att ha en bra dygnsrytm med hälsa och kost. Det är värt att tänka på de små sakerna man gör i vardagen! Många tycker att, om man gör 4 situps, 4 armhävningar och 4 benböj två gånger per dag, ger inget resultat. Om vi slår ut det på ett år så får vi **8760** repetitioner under året och helt plötsligt låter det vettigt! Man blir inte svettig, man blir inte trött, men det är att börja med träning. Och någonstans måste man ju komma igång i sin träning. Anders poängterade även vikten av att äta riktig mat. En bra frukost ger kroppen möjlighet till en bra start på dagen. Mellanmål och lunch är också viktiga måltider innan middagen på kvällen. Och framför allt se till att hålla kroppen med vätska, ca 2dl/timme, beroende på kroppsarbete!

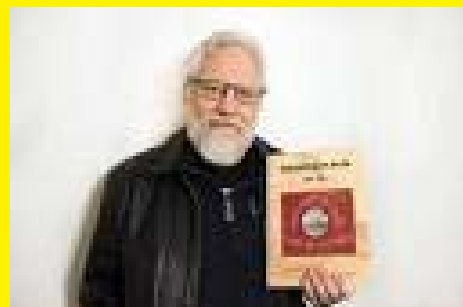
Även de små aktiva rörelserna gör att man mår bättre i vardagen! Fasta tider med fasta rörelseaktiviteter är rekommendera. Ta en liten promenad varje dag, börja med att gå runt huset, runt kvarteret, runt området och utöka allt eftersom man orkar. Man motionerar inte för att bli yngre, man motionerar för att bli äldre! Det är även friskvård att hjälpa till vid olika arrangemang. Det kan vara uppföljning av statistik i en förening, vara tränare/instruktör inom olika arrangemang, hjälpa till som domare vid ungdomsidrott osv. Om man alltid gör samma sak, kommer alltid att få samma resultat! Därför borde ni alla lyfta på rumpan och se till att göra någon form av förändring i era liv. Det dröjer inte länge, innan ni kommer att känna av ett välbefinnande och må bättre!

Anders Bergströms gym, Fyshuset tar friskvårdskuponger i fall någon skulle vara intresserad!

Skrivent//Ola Carlos

**Ulf Westin gör två föreläsningar om
Papperstreans100 års bok
kom gärna och lyssna!**

**Föredrag i ord och ton
med Uffe Westin**



”Papperstrea 100 år”

16 april 2014, kl. 18.00

Bomhus hembygdsgård,

Furuvičsvägen 5, Gävle

”Massaindustrin

**och den tidiga fackföreningsrörelsen
i Mackmyra och Karskär”**

1 maj 2014, kl. 17.00

**Valabogården vid Vretas hembygdsgård,
Vretasvägen 16, Valbo**



1:a maj

Demonstrationståg från Bomhus

Tåget mot Gävle avgår kl 12:00



Möte klockan 10:00-12:00

Plats Bomhus Folkets Hus

Klockar-Calles gata 3, Gävle

Carina Blank deltar,

musikunderhållning och kaffe.



Bomhus S-förening

