

Apropå byggnadsplanen: **KONTORSSIDAN SYNAS**

Det kan hända att du under våren får besök av någon nyfiken person som vill titta på ditt kontor och ställa litet frågor. Anledningen är, att Produktionsservice nu har startat inventeringen av byggnadsbeståndet ovan jord på CVA. Som ett led i det arbetet ska problemen med kontorsarbetsplatserna ägnas en särskild utredning.

Bristen på kontorsarbetsplatser är och har länge varit stor¹. Hittills har behoven tillfredsställts med tillfälliga lösningar och inbördes lån.

Bråttom

För att inte problemen ska växa oss över huvudet, brådskar det med en utredning av dagsläget när det gäller kontorsutrymmen och även av våra behov på sikt.

Därför ska en redovisning av antalet kontor och kontorsarbetsplatser per byggnad och sektion läggas till grund för en mer långsiktig lösning, samtidigt som en lista upprättas över lokaler som står outnyttjade. Det är där intresset för ditt kontor och din hjälp med att svara på frågor kommer in i bilden. Den delen av utredningen beräknas vara klar i mars månad.

Fortsatt kartläggning

Redan för ett år sedan inledde Produktionsservice arbetet med att upprätta en byggnadsplan för hela CVA industriområde. Då gjordes en kartläggning av våra utrymmen i bergverkstan. Resultatet ska vi återkomma till i ett kommande CVA-Nytt.

Nu har alltså motsvarande kartläggning av byggnadsbeståndet ovan jord inletts för att komplettera den totala byggnadsplanen, som ska gälla de närmaste 5-10 åren. Våra byggnader ska beskrivas med avseende på skick och användbarhet. Hänsyn ska tas till planerade tillbyggnader, och dispositionen ska åskådliggöra våra olika verksamheters samhörighet och närhet.

Planen klar i maj

Ansvarig för arbetet är Mats Backeröd på Resursplanering. Här vid CVA arbetar bland andra Bengt Eriksson, 8402, med utredningen och HK bidrar till arbetet genom Göran Eriksson. Målet är, att upprätta den övergripande byggnadsplanen under maj månad.

APROPÅ NYÅRSLÖFTEN

En del CVA-are hörde av sig till mig under december månad för att få hjälp med att sluta röka.

Tyvärr var ni för få för att bilda en grupp. Men denna gång hoppas jag att det blir fler som

hör av sig.

Du som tidigare kontaktat mig och alla ni andra som vill vara med, sänd mig en lapp med namn, tfn och adress.

Eivor Jonsson, tfn 1757, adr 8145

SACO/SR

TLI-sektionen

Ingenjörskörbundet TLI (förbund inom SACO/SR), sektionen vid FFV har hållit årsmöte i Arboga.

Medlemsantalet har ökat sedan förra året och det konstaterades att TLI är ett av de förbund inom SACO/SR som har den högsta medlemstillväxten.

Göran Henning orienterade om årets lokala löneförhandlingar, som utfallit enligt pottberäkningen och får anses vara tillfredsställande. Trots detta ansågs det att den centralt förhandlade potten är för liten för att erhålla en lönesättning som enligt SACO/SR-föreningen, kan mäta sig med ingenjörernas löner i näringslivet i övrigt.

Val till styrelse förättades och sammansättningen ser ut på följande sätt:

Arne Larsson, E-tuna, ordf
Göran Henning, Arboga, v ordf
Ingvar Stålberg, E-tuna, sekr
Bengt Öst, E-tuna, kassör
Kurt Bergström, Arboga, ledam
Lennart Sandberg, E-tuna, suppl

Apropå paus

Vi lever i sittandets tidsålder. Vi sitter i bilen, i bussen, hemma framför TVn och kanske större delen av tiden på jobbet. Många är också de, som jobbar med ensidiga rörelser och som står eller sitter i ensidiga arbetsställningar.

Allt detta påverkar kroppen på ett negativt sätt, eftersom kroppen är byggd för aktivitet. Kroppen reagerar med belastningsbesvär som huvudvärk, nackont, ryggbesvär, smärtor i axlar och

armar eller trötthetsvärk i benen efter långvarigt stående.

Därför är det viktigt att vi lär oss hur vi själva kan förebygga besvären. Ett sätt är att vara aktiv på fritiden genom att gå eller cykla till jobbet, motionera regelbundet till exempel med långpromenader.

Under arbetstid är det dessutom viktigt, att vi tänker på hur vi arbetar. Muskler och leder behöver blodtillförsel, men den blockeras genom ensidiga ställningar och rörelser. Då är det viktigt att göra många små pauser på kanske ett par sekunder då du slappnar av, gör några rörelser eller reser på dig och går omkring litet. Nyligen gjorda undersökningar har visat, att musklernas toleransnivå höjs markant genom sådana så kallade "mikropauser".

Ett bra sätt att ge kroppen regelbunden träning är att göra pausgymnastik. Är du intresserad hjälper jag gärna till med program. Du når mig på telefon 2098.

Här följer några förslag på rörelser som du kan göra då och då under dagen.



Dra upp axlarna ca 4 sek – spänn av.



Böj huvudet åt sidan så att du töjer ut muskulaturen. Töj ca 5 sek på varje sida.



För axlarna bakåt och skjut ner skulderbladen.



Cirkla runt med axlarna.

Eva Andersson-Wilks, sjukgymnast

Augångna



I Pension

31 dec	Max Gustafsson	6130
	Karl Hermansson	8660
	Karin Pettersson	8660
31 jan	Francis Carlsson	6383
	Sven Karlsson	6361
	Anders Hammarstedt	6943

TACK



Hjärtligt tack till alla som kommit ihåg mig till jul och i samband med min pensionering.

Sven Karlsson, f d 6352

Ett, från hjärtat kommet TACK till CVA-ledningen för blommor och goda Jul- och Nyårs-hälsningar, till SF:s avdelning 2152, till arbetskamraterna på avdelning 4655 och ett speciellt Tack till Macke med Gunborg.

V Pukonen

Till alla dem, som uppvaktade med anledning av min pensionering, framför jag mitt varma tack.

Karl Hermansson

Till chefer, arbetskamrater, goda vänner, fackföreningar och CVA IF, mitt hjärtliga tack för den storslagna uppvaktningen på min 60-årsdag.

Anders Ander, 8125

Ett hjärtligt tack till FFV-U och SF avd 2152 för de vackra julblommorna.

Torborg Johansson

Till FFV-U och SF avd 2152, ett varmt tack för de vackra blommorna jag fick till jul.

Roland Saxin, 6655

Ett varmt tack till företaget och facket för de vackra blommorna.

Margit Johansson, Västerås

Ett hjärtligt tack för julblommorna till chefen för FFV-U, FCTF lf 107 och arbetskamraterna på Konstruktionskontoret.

Lennart Lundberg

Ett varmt och hjärtligt tack till chefen och arbetskamrater på CVM och CVA samt till FCTF lf 72 för all uppvaktning med minnesgåva och blommor jag fått mottaga i samband med min pensionsavgång.

Thore Falkman, 8232

Ett varmt tack till dem som vid min makes, vår pappas

Åke Pettersson död, ingrep och försökte rädda hans liv, till dem som hedrade hans minne genom att närvara vid jordfästningen samt för alla blommor till hemmet och vid jordfästningen.

Alvina

Lars-Olof och Kjell

Till SF 2152 och till FFV-U vill jag rikta mitt varma tack för julhälsningar och blommor.

Viola Wassell, 8660

Tack för alla blommor, presenter och all uppvaktning från företaget, facket och arbetskamraterna på Motor i samband med min pensionering.

Anders Hammarstedt, f d 6943

Ett varmt tack till FFV-U, FCTF lf 107, Hälsocentralen och arbetskamrater för alla fina blommor jag fått under min sjukdom.

Sif Erlandsson

Ett varmt tack till arbetskamrater, FCTF, chefer och företagsledning för uppvaktningen på min sista arbetsdag vid CVA.

Francis Carlsson

Att fylla 50 det var kul
Tack ska ni ha ni alla
För gåvor till skön MC-tur
Den vill, perfekt jag kalla.

Till chef och lf 107
Vill jag mig också vända
Med tack för grat'lation och "check"
Ni lät till mig försända.

Assar Wedegård, 6027

CVA-NYTT nr 1 1983
ISSN 0347 - 8866

Ansvarig utgivare: Tommy Johansson
Redaktör: Anne Allard 8109, tfn 81859

FFV Underhåll
1980GA 1983

Redaktionsråd:

Susanne Linde	FCTF
Arne Johansson	"
Aif Gustafsson	SF
Hans Risberg	"
Kurt Bergström	SACO/SR