



Melindha

”Kavlar plåt” på Outokumpu
men drömmen är att bli polis

02 ”Vi fortsätter att försvara den svenska modellen”

03 Vår kandidat till EU-parlamentet

04 Färgin - ett färgstarkt företag i Kristinehamn

06 Structo i Storfors försatt i konkurs av ägaren

13 Bildreportage från pimpeldagen på Immen

GLÄDJANDE FRÅN SOCIALDEMOKRATERNA

Öppning för att satsa
på 6-timmars arbetsdag

MITTUPPSLAG ATT ANSLÅ PÅ JOBBET

Stoppa mäns våld
mot kvinnor!

INBJUDAN TILL VÅRAKTIVITETER

Poker Run och pensionärsresa
till ”Änglagård - musikalen”

Nr 1
Mars 2024



2023 - året som satte avtryck

När jag ser tillbaka på 2023 så konstaterar jag att det hände mycket i vår omvärld som påverkade oss i vårt arbete. Det fortsatta kriget i Ukraina gjorde inflationen i Sverige extremt hög och Riksbankens försök att stävja den med höjda bolåneräntor drabbade våra medlemmar extremt hårt. Många år av reallöneökningar utplånades och förväntningar och krav på Avtalsrörelsen var höga. Efter tuffa förhandlingar så fick vi till ett två-årigt avtal med ett värde av 7,4 procent. I slutet av året så dämpades och sjönk inflationen.

LENA DAHLSBERG
Ordförande har ordet

För att fortsätta vara en stark facklig organisation, även i framtiden, så är det viktigt att ha många medlemmar som vill lära sig mer och arbeta med fackliga frågor. Under året så har intresset för facklig utbildning varit stort och IF Metall har utbildat som aldrig förr - både medlemmar och förtroendevalda.

Klubbar har utbildats för att driva frågor på sina arbetsplatser för medlemmars rätt till schysst arbetsmiljö, schyssta anställningsvillkor och för rätten att kompetensutvecklas. Allt detta är viktigt för att ha ett hållbart arbete, försvara våra kollektivavtal och för att klara framtida utmaningar och teknisk utveckling.

I oktober satte IF Metall elbilsjätten Tesla i blockad när företaget vägrade att teckna kollektivavtal. I Sverige gäller "Den svenska rikaste man, Elon Musk, nu försöker att sätta ur spel. Troligtvis blir konflikten långvarig, men IF Metall ger sig inte. Konflikten är som sagt principiellt viktig och vi försvarar den svenska modellen.

Världens rikaste man mot troligtvis Världens Starkaste Fackförening IF Metall - striden fortsätter!

S öppnar för 6-timmarsdag

Det är glädjande att socialdemokratin äntligen har öppnat för en 6-timmars arbetsdag, en reform som många inom arbetaryrken har drömt om under längre tid.

Trots den enorma ökningen av produktionen och vinsterna som vi arbetare har skapat på våra arbetsplatser, har frågan varit tabubelagd sedan 1990-talskrisen. Återigen möter vi argument

från högerkanten om att det är alldeles för dyrt eller att det är helt omöjligt. Det är intressant att exakt samma argument användes när arbetarrörelsen fick igenom 8-timmars arbetsdag. Vid den tiden fick man förresten arbeta måndag till lördag, och högerpartierna motsatte sig även då införandet av semester, oavsett om det var 2, 3, 4 eller 5 veckors semester.

Ett tydligt exempel på det

DANIEL BLIXT
Fack-politiska gruppen



var när vi skulle få en sjätte semestervecka under 1990-talet, men den försvann, innan den blev verklighet när högerpartierna återtog makten.

Nu laddar vi för Första maj med drömmar och visioner.

Årsmöte 2024

IF Metall Östra Värmland genomför sitt årsmöte tisdagen den 27 mars på Karlskoga Folkhögskola kl. 14:00- 16:00

På dagordningen:
Sedvanliga årsmötesförhandlingar, Hedersmedlemmar

Gäst: Besim Matoshi, förbundsombudsman

Väl mött! Avdelningsstyrelsen

Johan Danielsson är IF Metalls kandidat till EU-parlamentet

Vad vill du, Johan Danielsson, åstadkomma och varför är EU-valet i juni så viktigt?

– Med en blå/brun majoritet i Europaparlamentet så vet jag att det inte kommer att finnas några förutsättningar att driva våra viktiga frågor. I Sverige har sådana satsningar helt avstannat efter regeringsskiftet i september 2022.

Du har tidigare suttit i Europaparlamentet – vilka frågor drev du då?

– Under mina två år i parlamentet så hann vi få till helt nya regler på den europeiska vägtransportmarknaden. Nu är det svenska kollektivavtal som gäller för de chaufförer som kör inrikes i Sverige, oavsett nationalitet. Vi lyckades även få på plats en europeisk nollvision för dödsolyckor på arbetet. Det här var ett krav som IF Metall drev i riksdagsvalet 2019 och som LO-förbunden ansåg var en viktig fråga att driva även på EU-nivå.

Vilka är de är viktigaste frågorna i EU-valet 2024?

– Jag tror att det är tre frågor som kommer att dominera i den facklig-politiska valrörelsen.
– För det första så är det

kampen mot den ökande arbetslivskriminaliteten. Där ska vi använda EU-samarbetet för att göra det svårare för företag att fuska. Vi hjälps åt att hitta fuskarna och gör straffen så hårda att de avskräcker.

Idag finns sanktioner kopplade till GDPR (dataskyddsförordningen) som är omfattande. Att som arbetsgivare utsätta sina anställda för livsfara i arbetet måste också kosta. I Sverige dör fler arbetare i olyckor på jobbet än som dödas i gängkrig, och i Europa dör 100.000 arbetare i cancer till följd av att de exponerats för farliga ämnen på sitt arbete. Här anser jag att sanktionsavgifter, lika omfattande som de i GDPR-lagstiftningen, ska införas så att det blir en ekonomisk risk för företag att ha en farlig och ohälsosam arbetsplats.

– För det andra så är det hur vi kan garantera billig el och gröna jobb. Sverige behöver billig el för att genomföra den gröna omställningen i industrin, behålla arbetstillfällena och för att fortsätta att vara ledande i den gröna tekniska utvecklingen. EU-länderna, speciellt Tyskland måste bli självförsörjande på el i



Lars Sjöberg, Daniel Blixt, Johan Danielsson som är EU-kandidat, Liliana Stenberg och Åke Andersson.

större utsträckning för att elen ska bli billigare och mindre känslig för väder och vind.

– Jag kan se ett pristak på EU-nivå som en möjlig lösning.

– För det tredje så måste valet handla om grundläggande demokratiska och fackliga rättigheter. EU måste stå enat mot antidemokratiska hot och försök till splittring.

En röd majoritet i Europaparlamentet ser jag som en nödvändighet för att driva dessa frågor. Med en blå/brun majoritet, liknande svensk regering, i EU så vet jag att det inte kommer att finnas några förutsättningar att driva våra viktiga frågor. I Sverige

har satsningar i dessa frågor helt avstannat med den SD-styrda regeringen.

Vad ska IF Metalls medlemmar göra?

– Man ska gå och rösta den 9 juni.

Rösta rött för: demokrati, fackliga rättigheter, schyssta villkor på arbetsplatsen och för en rättvis klimatomställning med grön el och gröna Industrijobb

– Vill du ha en kandidat som brinner för dessa frågor – så sätt ett kryss på mig!

Text: Lena Dahlsberg
Foto: Lars-Olov Andersson

Medlemsförsäkringar ÄR bra

Försäkringsskydd är bra men det gäller att veta vad som finns och vad som behövs. För att få grepp om sitt skydd är det bra med en försäkringsgenomgång. Carina och Mikael Nord gjorde det. De gick en medlemsinformation som IF Metall ordnade.

– Där fick vi lite grundinformation. Vi ville veta mer så vi kontaktade Paul Nordström för en personlig genomgång, säger Mikael.

Ett resultat av träffen blev att i Sjuk- & efterlevandeförsäkringen betalar man så lite mer för att kunna försäkra upp sig mot om en allvarigt sjukdom skulle inträffa.

– Vi kom på att vi måste kolla igenom de försäkringar som vi har, säger Carina. Det ska fungera i familjen om någon inte kan gå tillbaka till jobbet. Pension är ett samtalsämne. Paret Nord,

som närmar sig 60 år, kan se prognoserna hur stor utbetalningen kan bli för dem vid olika pensionsålder.

Text och foto: Lars-Olov Andersson



Carina och Mikael Nord går igenom fackets medlemsförsäkringar med Paul Nordström.



Lena Nilsson och Wanna Eneblom.

Industrikvinnors pension tema på kvinnodagen

Årets Jämställdhetskonferans hölls i år i Karlstad. Självklart deltog vi från IF Metall Östra Värmland. Vårt tema inför kvinnodagen 8 mars kommer vara Industrikvinnors pension. Under dessa dagar var det 100 talare och ca 40 utställare med inriktning Jämställdhet. Varje år delas det ut ett Jämställdhetspris och i år gick det priset till Svenska Fotbollförbundet för deras jobb med den kvinnliga fotbollen.

Text: Wanna Eneblom



Medlemstidningen ges ut av IF Metall Östra Värmland, Gösta Berlings väg 23, 691 38 Karlskoga
Tfn: 0586-72 11 80

Hemsida:
www.ifmetall.se

E-post:
postbox.avd19@ifmetall.se

Ansvarig utgivare:
Marina Åslund
Redaktion: Lars-Olov Andersson, Ann-Sofie Larsson, Anncharloth Peteri, Ann-Marie Mälman, Lars Sjöberg, Joline Nyvelius och Staffan Källström.

Utformning och tryckoriginal:
bildmakarnamedia.se

OMSLAGSBILD:
Melindha Grundin
Foto: Anne-Marie Mälman



Totalt planerar man att kundanpassa 500.000 liter färg i Kristinehamn i år.

FÄRGIN

Arne Carlsson är medlem och har jobbat på firman i tio år. Hans jobb infattar allt från att fylla sprejflaskor till att plocka ihop reparationskitt.



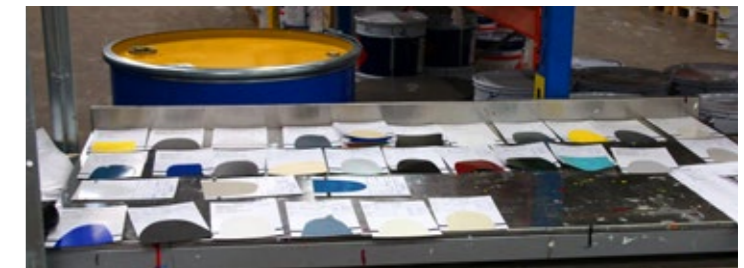
Här får färgen rätt kulör efter kundens önskemål.



I Arnes arbetsuppgifter ingår att märka upp burkar med innehållsförteckning.



Lagningskit för små reparationer av plastbåtar.



– 50 år med kvalitet och kulör i fokus

Färg-In startade som ett familjeföretag i en lokal i centrala Kristinehamn. Produktutbud och produktion har ökat och utrustningen förnyats under åren. Idag finns man i större lokaler på Bodalsvägen bredvid E 18.

2021 blev Färg-In AB uppköpta av investmentbolaget Seafire AB som köpte deras 3 enheter i Kristinehamn, Leksand samt Skellefteå. Färg-In består idag av 26 anställda där större delen av personalstyrkan är placerad i Kristinehamn.

När man jobbar med de stora företagen så ingår det inte bara färg och kulörframtagning utan även testning, utprovning och utvärdering av våra kunders målningssprocesser. Allt som ett stort paket.

Företaget jobbar i dagsläget med ca. 3000 olika kulörer, men om man som kund vill ha ytterligare special så löser man det efter kundens önskemål.

Man inser ganska snabbt att färg inte bara handlar om att blanda ihop till rätt nyans utan vikten ligger i vilka

egenskaper kunden vill att färgen ska ha. Olika sorters ljuskällor kan påverka kulören, vilket man också har i beräkning på Färg-In när man framställer färg efter kundens önskemål. En annan svårighet är täckningsgraden. De olika färgerna har olika täckningsmöjligheter och vissa färger funkar bättre eller sämre på de varierande materialen. Man gör färg till stål- och metallmaterial och även till trä.

Eventuella kulörjusteringar tar man hand om direkt för att undvika spill.

Totalt planerar man att kundanpassa 500 kubikmeter liter färg i år.

Färg-In gör även specialbeställningar, bland annat bättringskitt och bättringsfärger. En kund kanske vill ha ett reparationskitt med lite plast och färg så att det företaget kan erbjuda en smidig lösning till sina slutkunder vid eventuell reparation. Om en båt kört emot något, då kan man reparera och fixa till så att det blir som nytt igen.

Man arbetar även med plastprodukter som plastkåpor till släpkärror.

Dock är den delen av verksamheten mycket mindre. Uppskattningsvis ca. 5% av omsättningen är plastproduktion.

Två saker som man är väldigt noga med att berätta om är att man jobbar aktivt med ergonomi och miljö.

Ergonomi genom att man, i samarbete med företagshälsovården, försöker ta fram redskap och hjälpmedel för att arbetet skall bli så skonsamt och smidigt som möjligt.

Miljö genom att den egna miljöpåverkan minskar men framförallt så att deras kunders miljöpåverkan blir så liten som möjligt.

Text: Lars Sjöberg
Foto: Ann-Sofie Larsson



Erik Mattisson med 45 års anställningstid och Markku Mäkeläinen anställd sedan 35 år.

Structo i Storfors försatt i konkurs av indiska ägaren

Den indiska ägaren ISMT Ltd begärde företaget i konkurs den 12 februari. Structo har bland annat tillverkat rör och komponenter till hydraulikindustrin. Huvuddelen av bolagets sortiment består av kalldragna sömlösa rör och rullpolerade cylinderrör. Tio personer berörs av konkursen.



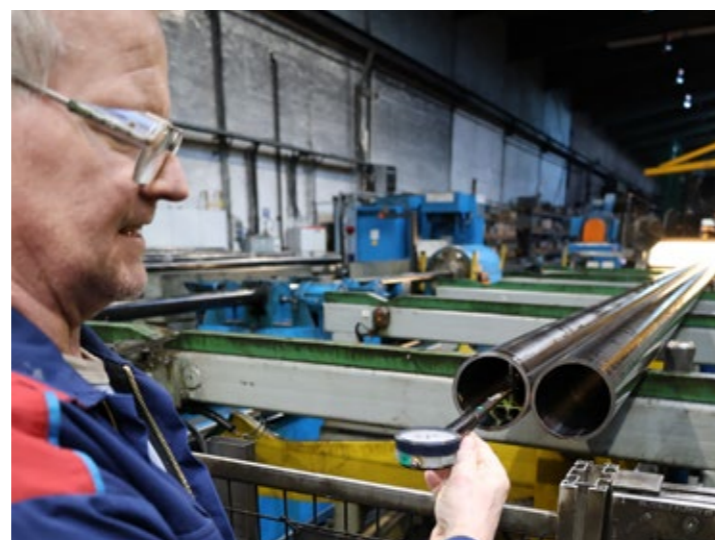
Lokalen är 300 meter lång och 50 meter bred.



Verktyget som både skär och rullpolerar i samma moment.



Johnny Prehm började 1988 på företaget.



Erik Mattisson kontrollerar så röret fått rätt dimension.



Johnny Prehm vid skal-/rullpoleringsmaskinen som bearbetar cylinderrör så ytan blir slät och slitstark.



Paul Nordström är avdelningens arbetsmiljöansvarig.

Skyddsombudsbesöken minskar

Nästan hälften av alla arbetsplatser med medlemmar fick inget besök av ett Regionalt Skyddsombud, RSO, under förra året.

Detta uppmärksammades på en konferens för arbetsmiljöansvariga som genomfördes i februari. Enligt arbetsmiljölagen ska alla mindre arbetsplatser, färre än 50 anställda, få hjälp och stöd av ett RSO för att kunna förbättra arbetsmiljön lokalt. Under 2023 fick bara 53% av förbundets medlemmar besök minskning från 58% för 2022.

– Detta beror på ett konstigt bidragssystem där de som gör besök inte får full ekonomisk täckning från förbundet, säger Paul Nordström, avdelningens arbetsmiljöansvarig.

De avdelningar vars RSO inte gör något slipper betala och får pengar till annat. I vår avdelning besöktes 170 företag vilket är 70%. Avdelningen har sju RSO.

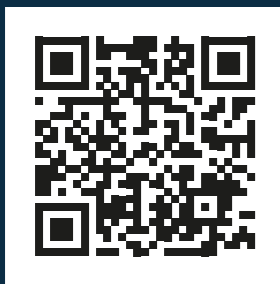
Text:
Lars-Olov Andersson

Alla kan göra nåt!



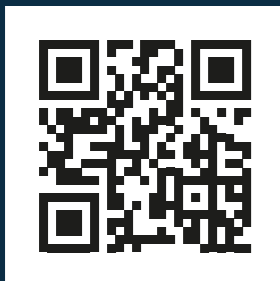
KVINNOJOURN MAGGAN

Kvinnoföreningen mot våld i Karlskoga/Degerfors. Det finns skyddat boende, öppen stödverksamhet och informationsinsatser. Vi finns tillgängliga dygnet runt på telefon 0586-39500.



KVINNOFRIDSLINJEN ÄR ALLTID ÖPPEN

Kvinnofridslinjen ger stöd till dig som utsatts för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld. Samtalet är gratis och du är anonym när du ringer. Ring 020-50 50 50.



MÄN – Förebygger våld och har metoderna!

MÄN är en rörelse för alla som vill kämpa för jämställdhet och mot mäns våld. Vi arbetar med killar och män med våldsförebyggande insatser för att öka tryggheten.

08-17 82 00 info@mfj.se



STOPPA MÄNS VÅLD MOT KVINNOR

Bakom varje siffra om anmält brott om mäns våld mot kvinnor döljer sig någons partner, dotter, vän – och arbetskamrat. Mäns våld mot kvinnor angår oss alla.

Se IF Metalls filmer här...



IFMETALL

**TILLSAMMANS
BRYR VI OSS!**

STOPPA

MÄNS VÅLD

MOT KVINNOR!

Tillsammans bryr vi oss – Stoppa mäns våld mot kvinnor. På webben med direktadress ifmetall.se/stoppavaldet kan du läsa mer och se utbildningsfilm gjord i samarbete med organisationen MÄN. Filmen finns både i en längre version och i tre kortare 20-minutersdelar.

Alla kan göra nåt! Ta med en arbetskamrat och se filmerna nu!

Ta ur och sätt upp!

Melindha Grundin

Ogillar orättvisor och har stort rättspatos – drömmen är att bli polis

Tjejen som "kavlar plåt" på jobbet, finner lugnet i fjällen och kokar Spiikens senap till jul, enligt eget familjerecept.

Melindha Grundin, 23, har jobbat inom Outokumpu ett par år och har provat på olika arbetsuppgifter. Just nu håller hon på att lära sig valsningen, "hur man kavlar plåt".

Hennes utveckling har gått fort. Inte långt efter sommarjobbet väcktes intresset för arbetsmiljö och kunskap om facket. Ganska snabbt utbildade hon sig som skyddsombud och stod beredd att anta utmaningarna inom arbetsmiljöarbetet. Med sitt driv och stora engagemang fick hon frågan om att ingå i ungdomsverksamheten på IF Metall. Där föreläser hon om facket för gymnasieelever och deltar i olika forum, hon brinner för frågor som berör ungdomar.

Hon är äventyrlig, nyfiken, och har enormt mycket energi i kroppen. Hon uppfattas som en trygg och stark person med ett stort rättspatos. Orättvisor tycker hon inte om.

– Jag har alltid brunnit för frågor som berör våld i nära relation. När jag fick höra att det fanns ett kvinnohus i Karlskoga, via en kompis, så kände jag att jag måste få

veta mer!

Melindha berättar att viktigaste uppgiften en jourkvinna har är att finnas tillgänglig 24/7 på jourtelefonen, och framför allt att vara medmänniska.

Hon bär själv på en historia om utsatthet, under tidiga tonår hade hon en relation som inte var bra för henne. I början var allt så bra men senare började ett systematiskt förminskande av henne. Detta skulle fortgå under många år, vilket resulterade i dålig självkänsla. Hon beskriver sig själv då som väldigt osäker, långt från den kvinna hon är idag.

Erfarenheten som hon bär med sig, har skapat en trygg och stark person som ingjuter mod och värme när hon möter utsatta kvinnor och barn.

IF Metall anordnade en kampanj "Mäns våld mot kvinnor" där Melindha och hennes arbetskamrater beställde t-shirts med trycket "Stoppa mäns våld mot kvinnor". Kampanjens syfte är att bryta ner machokulturen och börja prata om våld i nära relationer. Detta har lett till att många vet att alla skämt inte går hem över allt och det har även skapat en miljö där det är okej att säga ifrån.

Text: Sofie Gustavsson

Foto: Anne-Marie Mälman

OM MELINDHA

Ålder: 23 år

Favoritfärg: Turkos

Drömyrke: Polis med inriktning mot unga eller våld i nära relationer

Fackligt: Skyddsombud och ledamot i ungdomsverksamheten

Jobbar på: Outokumpu Degerfors



Melindha kallar det för kavla plåt när hon är reglerare och sitter i operatörsstolen.



Vill du också bli jourkvinna som Melindha och stötta våldsutsatta kvinnor och barn?

Då kan du kontakta Kvinnoföreningen Maggan, styrelsen@jourenmaggan.se,

– Vi har telefon utanför dagtid och om någon kvinna behöver komma till det skyddade boendet så åker vi dit och tar emot henne, ser till att hon får mat och ett rum, sen lämnar vi över till personalen, säger Melindha

Hon berättar även att den ena jourveckan inte är den andra lik. När hon får tid över passar hon på att delta i olika aktiviteter för de boende eller bara kommer in på en fika. Hon är en lagspelare och medmänniska som finns där när det behövs. Du vet väl om att du kan bli stödmedlem hos Kvinnoföreningen mot våld i Karlskoga/Degerfors för 150kr/år? Pengarna går oavkortat till kvinnor och barn.

Swisha 150 kr till 123-092 75 90 och märk swisha med din mailadress.

Omväxlande jobb på Elcoline för Malin Böhlin, 19 år

Malin Böhlin, 19, började jobba som svetsare på Elcoline direkt efter studenten.

Malin har alltid varit mer praktiskt lagd än teoretiskt, alla hennes fyra val till gymnasiet var av hantverkslaget Svetsare, VVS, El och Fordon var självklart. Första valet var svetsare som var det Malin ville och som hon även kom in på.

Skolan gick bra, första året när man valde mellan svets eller skärande bearbetning föll valet på svetsning. Andra året fick Malin, förutom att plugga i skolan, även praktisera på Bharat Forge Kilsta vid två tillfällen vardera tre veckor. Där lärde hon sig mycket om hur det är i arbetslivet. I årskurs tre praktiserade hon på Elcoline. Där det gick riktigt bra, hon gjorde ett gott intryck, vilket ledde till att hon fick erbjudande att jobba på lov.

Sen fortsatte det med sommarjobb som resulterade i att hon idag jobbar heltid som

fastanställd svetsare på företaget.

På Elcoline anser Malin att det finns stora utvecklingsmöjligheter eftersom jobbet är väldigt omväxlande. Dels för att det finns många olika sätt att svetsa på men framförallt att jobbet är väldigt omväxlande och hon får åka runt till olika städer och jobb för att både nyproducera men också för att reparera olika saker. Malin pratar även om att det finns möjlighet att ta olika licenser vilket innebär att när man klarat dem får arbeta med flera olika svetsstyper.

– Det är mindre risk för försurningsskador och tristess när man får göra så många omväxlande jobb som vi gör, säger Malin

Malin jobbar just nu mest med tigs svets, det är en lite finare svetsning som inte är lika "smutsig" som t.ex. gassvets.

Att vara tjej i en än så länge rätt mansdominerad yrkeskategori har inte varit något problem. När man arbetar på annan ort än



Malin Böhlin jobbar heltid som svetsare på Elcoline i Karlskoga.

hemmaorten och kommer som tjej kan man få vissa reaktioner, t.ex. att man som tjej kan få mera hjälp. Malin anser att hon bara blivit bra bemött och varmt välkommen på de platser hon arbetat.

Malin gick med i IF Metall när hon gick i skolan när de fick skolinformation från IF Metall. Man fick genomgång om

fackets betydelse, fackligt arbete och vikten av gott samarbete mellan skola, fack och arbetsgivare för att få fler intresserade av industriarbete.

Text: Ann-Sofie Larsson
Foto: Lars Sjöberg



BAM – Grundutbildning för skyddsombud

I vinter har 25 nyvalda skyddsombud gått grundutbildning i arbetsmiljö. Kursen gick i Hällefors så inte skyddsombuden behövde åka på den ishala Lokavägen. En riskbedömning för länsväg 205 skulle dock vara på sin plats (red. anmärkning). Det är Ovako Sweden som har ett generationsskifte med 22 nya skyddsombud.

– Vi lär oss hitta information om arbetsmiljö, säger Sören Henrixon, samtidigt får man se vilka verktyg vi har att tillgå för att förbättra miljön.

Magnus Hautanen, huvudskyddsombud på Ovako:

– Vi har fått en genomgång av OSA-föreskriften så nu vet hur vi kan ta itu med diskrimineringsproblem.

Text och foto: Lars Olov Andersson

Skyddsombud på Ovako stående från vänster Sören Henrixon, Jennifer Lambertsson, Casper Nilsson, Tommy Persson, Magnus Hautanen, Victor Lindblad på Saferoad Traffic, Victor Flygelholm, Håkan Ström, Dennis Gillberg, Daniel Waller. Sittande från vänster, Patric Andersson Fricweld, Jessica René Bergqvist, Tobias Sander, Håkan Molander, Robin Skoglund, Lloyd Nicxon Olimberio.

Familjedag med pimpelfiske på sjön Immen

Deltagandet var lite skralt, 20 fiskare, men humöret bland dem var bra.

Brasan inbjöd till ett varmt välkomnande när deltagarna kom till Immen. Vädret denna dag var dock inte lika värmande. Alla var välkomna. Nybörjarna kom i tennisskor, men även regerande svenska mästarrinnan dök upp. Dagen bjöd på kaffe, korv, festis samt godis till barnen. Det tävlades i att få upp längst fisk.

Då inget barn fick napp blev det pris till de två längsta fiskarna som halades upp ur vattnet. Vinnare blev Tuula Pesonen med en 35 cm abborre och tvåa kom Sirpa Haltonen med en abborre på 26,5 cm

Text och foto: Ann-Sofie Larsson



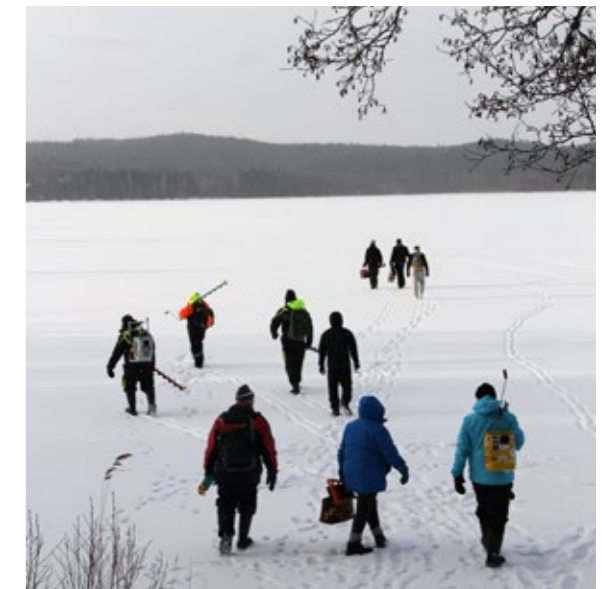
Homam Armoush, Tuula Pesonen och Sirpa Haltonen talar med Åke Andersson innan isborrandet drar i gång.



Tuula Pesonen, med längst abborren 35 cm. Hon är regerande SM-mästarrinna i veteranklassen i pimpling.



Värmande brasa med många fiskehistorier.



Här går starten på fisketävlingen. Pimplingsugna IF Metallare ger sig ut för att fånga den största fisken.



Testa Örjans biff med bambuskott

Laga den här och bli kung vid middagsbordet!

Testa den här enkla och supergoda maträtten – bli kung vid middagsbordet!

- Köttet**
300 gr ryggbiff (lövbiff funkar också)
1 msk färskrivna ingefära
2 msk maizenamjöl
3 msk vatten
0,5 tsk salt

- Såsen**
2 små gula lökar
12-15 små champinjoner
1 stor burk bambuskott
1 liten burk minimajs
3 vitlöksklyftor
1 köttbuljongtärning
2 msk kinesisk soja
4 msk ostronsås
1 msk hoisinsås
½ msk sesamolja
4 dl vatten

Gör så här:
Strimla biffen tunt, enklast går det om den är lite halvfrusen. Blanda ihop ingefära, vatten, salt och maizena.
Blanda sedan ihop med köttet och låt det marinera över natten, eller minst tre timmar.
Skala och skiva löken i klyftor, skiva champinjonerna.
Stek lök och svamp i lite matolja tills det får lite färg, lägg över i en bunke och ställ åt sidan så länge.
Hetta upp matolja i pannan och stek köttet tillsammans med vitlöken.
När köttet börjar bli klart tillsätt lök, svamp och bambuskott och häll genast på soja, ostronsås, hoisinsås, sesamolja och vatten.
Smula i buljongtärningen.
Låt det puttra ihop i 10 minuter under omrörning.
Vid behov red av såsen med lite maizenamjöl utrört i lite vatten.
Koka tills den tjocknar lite. Servera med jasmirris, vitlöksbröd och sweetchilisås.
Jag föredrar en god öl, gärna Carlsberg alkoholfri till. Smaklig spis!

Text och foto: Örjan Andersson



Poker Run lördag 18 maj

Veteranfordon i alla de slag och former.
Start: 10.00-12.00 vid Biltema.
Andra fordon vid Däckservice i Degerfors.
Mål: Däckservice i Degerfors.
KL: 10.00-13.00
Dagen bjuder på tävling, "fordonsutställning" med omröstning, förtäring av korv, hamburgare och kaffe. Vid frågor kontakta Åke Andersson 070-656 03 39

Väl Mött!
Fritidsverksamheten



Pensionärsresa 11 maj 2024

"Änglagård - Musikalen"

IF Metalls pensionärer bjuds in till en påkostad föreställning fylld av skratt, tårar, kärlek, dans och sång!

En tvådagarsresa från Karlskoga till Stockholm med boende på Elite Hotell Palace i Vasastan.
Pris 2170 kr/person. Detta ingår: Buss t/r, del i dubbelrum på hotell, Tvårättersmiddag, Teaterbiljett Änglagård (parkett), Frukost på hotellet.

Medlemskap i IF Metall är ett krav.
Först till kvarn! Endast 50 platser.
För mer info och anmälan:
Charterbuss 0550-833 46 www.charterbuss.se



Lös Palles kluriga gåta

Gåta:
I förrgår var Per 17 år.
Nästa år fyller Per 20 år.
Hur är det möjligt?

Lös Palles Hansens gåta och vinn fina giveaways.

Maila ditt svar till
postbox.avd19@ifmetall.se
så deltar du i utlottningen.

Sudoku

Det gäller att placera in siffrorna 1 till 9 på ett sådant sätt att varje vågrät rad, lodrät rad och låda på 3 x 3 rutor innehåller varje siffra exakt en gång.

						4		
2	7			1				6
4		8						
					8	1		
7			6	4			3	
9		3	1		8	7		
1	9							
				6	3			
	2					6	4	

De vann förra krysset

- 1:a pris Tina Fredriksson, Kristinehamn
2:a pris Gunde Björn, Lesjöfors
3 - 5:e pris Ulf Lindqvist, Karlskoga
Katarina Carlsson, Karlskoga
Morgan Vestlund, Kristinehamn

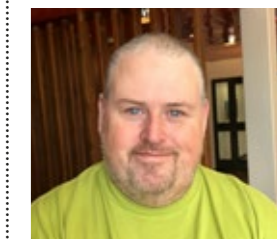
						S	K	
						V	E	K
						A	N	L
						T	R	E
						D	R	U
						L	A	G
						S	T	R
						O	G	I
B	J	Ö	R	K	B	O	R	N
Ä	R	E	L	Y	S	T	E	N
S	O	T	I	G	A	K	Ä	N
A	N	T	A	G	N	A	R	A
						S	T	E



HÄR UPPLEVT TYNGD- LÖSHET	FORM AV VARA	JABB	JÄHKE	DINA GER KLIRRA I BANKENS KASSA	ÄR VAN VID NAPP
NEKAS					
HÖG- TIDLIGT					
FETT				VÄSEN	
SKVÄTTER					
KAN SÄR	GÅRDS- PLANEN	HAMBE SOM DIK- TADE OCH SJÖNG			

	HÄR BE- SKÖTS ARBETARE TAKTLÖS	VÄXT EQUADOR	FÖRE- GÅNG- ARE TILL FN	NÄL- HÄLET	GULD HÖGER- SINNADE	PÅ- STÄNDE TIDNING	HJÄLPER NÖD- LIDANDE	HONUNGS- PRODU- CENT	TVÄNG
IF METALL									
TRÄD OM- GIVNING		UPP- SLAG	MANS- GRISEN	SANKT	ÄR RING- FÖRSETT	HÖR HEMMA			
					DUGER MED DET GÄR	DRÄNE- RINGSAN- LÄGG- NING			
			BALT						

Hur uppmärksammar du internationella kvinnodagen i år?



Magnus Hautanen, Ovako, Hälsfors
- Vi kommer inte göra någon aktivitet den 8 mars men det är viktigt att informera via foldrar om tjejs situation speciellt här på vårt företag.



Wonna Eneblom, Nobel Biocare, Karlskoga
- Vi har planerat att ordna studiebesök för ungdomarna och speciellt för tjejerna.



Ari Nyttimäki, PartnerTech, Karlskoga
- Vi kommer köra STOPPA MÄNS VÅLD MOT KVINNOR-utbildningen och så ska vi dela ut en ros till alla kvinnliga kamrater.



Annette Blom, Outokumpu, Degerfors
- Vi bjuder åttondeklassare på studiebesök för att visa att ungdomar behövs hos oss. Sen kommer vi dela ut godis till alla 37 kvinnor i vår klubb.

Kryssa rätt och vinn Trisslotter!

Glöm inte att skriva ditt namn och var du arbetar innan du skickar in lösningen som måste vara hos oss senast den 15 april 2024.
IF Metall Östra Värmland, Gösta Berlings Väg 23, 691 38 Karlskoga. Det går också bra att faxa på 0586-316 38 eller maila till postbox.avd19@ifmetall.se PRISER: 1:a pris 5 st Trisslotter, 2:a pris 3 st Trisslotter, 3-5:e pris 1 st Trisslott

Medlemskryssset. Lösningen insänd av

Namn:

Adress:

Postnr:

Ort:

Arbetsplats:



Strejken på Tesla fortsätter

– men hårdast drabbade bilägare får dispens



Magnus Hautanen, Juha Marttila, Fredrik Ramstierna, Tommy Grundin och Lena Dahlsberg är dagens strejkvakter i ett disigt Palmbohult, utanför Örebro.

Sedan den 27 oktober strejkar IF Metall på Teslas svenska serviceställen och verkstäder. Anledningen är att Tesla vägrar teckna kollektivavtal för våra medlemmar. Eftersom konflikten ser ut att bli långvarig erbjuder IF Metall nu en tillfällig dispens. Den kommer hjälpa Teslaägare som drabbats hårdast av konflikten.

– Vi ser till att bilar som är ordentligt kraschade, som är okörbara, och som finns på de här verkstäderna som är uttagna i sympatiåtgärder, att man under en tillfällig period kommer att få laga bilarna, säger Veli-Pekka Säikkälä på IF Metall.



Här är vaktstyrkan Örjan Andersson, Peter Hammarström, Åke Andersson och Wonna Eneblom.



Humöret på topp årets kallaste dag, i minus 22 grader, stod Lars Sjöberg, Ann-Sofie Larsson och Anncharloth Peteri vakt.