



LÖSNINGSMEDEL däremot är något som ska handhas med stor försiktighet om kvinnan väntar barn.
Foto: ANDERS SJÖBERG



Många arbetsuppgifter är olämpliga för kvinnor som kan bli gravida, men från arbetskyddsstyrelsen är man ytterst försiktig med förbud. - Det finns stor risk för att det kan bli diskriminering, säger överläkare Ricardo Edström.

Foto: JERRY WINDAHL

Vi tillåter ju kvinnor att arbeta inom de flesta yrken. Vi har ju till och med kvinnliga gruvarbetare.

Men det finns vissa regler som arbetskyddsstyrelsen är mån om att komma ut med.

Gravida ska inte arbeta med att göra blybatterier eller med att ta hand om dykarsjuka inne i tryckkammarna på sjukhusen till exempel. De ska också vara försiktiga med cytostatika, som används för att bekämpa cancer, kadmium, narkosgaser, lösnings- och bekämpningsmedel.

Det är farliga ämnen, som man alltid ska handskas försiktigt med och då speciellt om man väntar barn. Följer man bara de regler som finns, så finns det ingen anledning att inte jobba vidare, menar man på arbetskyddsstyrelsen.

Och bildskärmar kan man lugnt sitta kvar vid! säger Ricardo Edström. Är någon blivande mamma orolig i sitt arbete så tror jag på individuella lösningar. Vi har inge emot att folk omplaceras för att de är oroliga, och är oron riktigt allvarlig, så kan den i sig själv vara grund för sjukskrivning.

Men vi kan inte ge generella rekommendationer att omplacera gravida som arbetar vid bildskärmar, oron måste mötas med information. Arbetsgivaren ser redan nu med alltför obliida ögon på den kvinnliga arbetskraften, nu får vi inte göra det extra svårt för dem att komma in på arbetsmarknaden, genom att skaffa en massa regler för gravida eller dem som kan komma att bli det, avslutar han.

Svante Björkman

Nu ska kungliga kjolarna få rätta tyngden

I alla tider har konventionens tyngd tryckt ner våra prinsessor.

Nu har de dessutom fått en rent konkret tyngd på sina gestalter.

Små blylod i fällen på klänningarna.

De små tyngderna som sytts in i de kvinnliga kjolfällarna i engelska kungahuset ska i framtiden förskona samväldet från den mesa som drabbade det i höstas i Saudiarabien.

□ Rena ballongseglet

Det var då prinsessan Dianas kjol svällde upp som ett ballongsegel på flygplatsen och blottade de mjukdelar av hennes kungliga kropp som är tabu i stränga Saudi. Ett intermezzo som höll på att kosta England utblivna oljeleveranser.

- Nu ska detta aldrig mer upprepas, förklarar en talesman från engelska hovet i en känd tabloidtidning.

□ Sprakade som bloss

Tidigare höll brittiska prinsessor sina pösiga kjolar nere på blåsiga statsbesök med hjälp av stärkelse. Men denna metod var inte utan bekymmer.

- Det frasade och sprakade om våra kungliga kvinnor som om de hade varit tända tomtbloss, avslöjas det från hovkretsar. Under promenader i parkanläggningar hörde ingen vad den andra sa.

Detta är nu alltså löst med hjälp av bly. Rätt så, Di och Sarah, bara ni inte får blylod i mungiporna. . .

Frank Berggå



De kungliga kjolarna och klänningarna är ett problem när det friskar i. Här går lady Diana ut från en helikopter och naturligtvis börjar det fladdra oroväckande.



Här är en japansk sommarbris i Tokyo på väg att lyfta Dianans prickiga. Bly i fällen verkar vara enda lösningen



Stärkelse har provats men gör att klänningarna sprakar så folk inte hör vad hon säger

Aikido - en vänlig kampsport

Japanska kampsporter har den senaste tiden kopplats ihop med våld och misshandel bland yngre.

En kampsport som dock utan tvivel är helt "oskyldig" i sådana sammanhang är - aikido.

Det viktigaste i aikido är att ingen skadas - varken du själv eller din motståndare.

Aikido är på många sätt "lugnare" än de japanska kampsporterna som judo, karate och kendo.

Du försvarar dig genom att - gå undan! Och du bör se till att ingen av er skadas. Helst bör ni också lära er något av konflikten.

Det enda som krävs i fysiska förutsättningar för att börja träna aikido är att du kan sätta dig ner och resa dig upp.

Man är helt inne på "icke-konflikt" och den filosofiska grundtanken är att det finns inga segrare och inga förlorare.

I aikido bemöter man en attack med att gå undan, men samtidigt leder man anfallarens kraft i stora cirkelrörelser så att kraften till slut går tillbaka på honom/henne själv och - han/hon faller.

All fysisk kraft som används är den som kommer från den anfallande.

Det finns en mängd olika försvarstekniker inom aikido - som alla börjar med en undanglidande rörelse - men ingen attackteknik. En tävling skulle därför vara omöjlig. Två stycken som står och väntar på att någon ska anfalla.

Gunnar Norberg, tränare på Sollentuna aikidoklubb:

- Man kan jämföra aikido med att slåss mot vinden. Vinden slår inte tillbaka, men



Gunnar Norberg, tränare på Sollentuna aikido demonstrerar ett kast. - Aikido saknar attackteknik, det är en renodlad försvarskonst. Och det viktigaste är att ingen skadas.

Foto: PETER MOZELIUS

den går heller inte att slå på - den bara är.

Huvudsyftet med aikido är dock inte att träna självförsvar utan att uppnå inre harmoni.

Och inre harmoni når man när det råder balans mellan kropp och sinne, det vill säga när man är "här och nu" och inte splittrar sin uppmärksamhet.

□ Avspänd balans

- Tyvärr är det just den här avspända balansen som många har så svårt att uppnå. I stället rör man sig mellan två ytterlägen, båda lika obalanserade. Det ena är av-

slappning, men då är "degigt och dötthålllet". Det andra är aktivitet, men då är "spänt och överansträngt hålllet".

- Det tredje läget (som man i Japan kallar att ha fri tillgång till Ki) är just den här avspända balansen, som innebär att vi varken är "döda" eller spända - utan levande!

Naturligtvis kommer aikidosträningen en till del på många olika sätt i livet.

Gunnar Norberg:

- Jag har inte längre några förutfattade meningar om vad jag klarar eller inte klarar. Aikidosträningen har gett mig en stor nyfikenhet på livet! **Madeleine Lönnö**