

# Fagbladet **FOA**

# 7

## **GODE RÅD**

til at arbejde med  
social kapital  
SIDE 32

## **fokus:**

### **SÅ GÅR OK-KAMPEN I GANG**

Arbejdstid ser ud til at blive et vigtigt emne  
SIDE 8-11

## **MØDT MED MISTRO**

FOA hjalp Lene med at få et fleksjob  
SIDE 30

## **BEDRE PSYKIATRI**

National handlingsplan skal modvirke volden  
SIDE 22

Emine Celik er rengøringsassistent og tillidsrepræsentant

# **KOLLEGER FRA HELE KLODEN**

Antallet af nydanskere  
i FOA når rekordhøjde SIDE 34

## Flere nydanskere i FOA

Den offentlige sektor tiltrækker stadig flere udlændinge. I dag er hvert 10. erhvervsaktive FOA-medlem indvandrer eller efterkommer af indvandrere. Fagbladet FOA har i dette nummer fulgt et hold elever på SOSU C i Herlev, hvor ingen af eleverne er født i Danmark. Så meget tyder på, at det store flertal i f.eks. ældreplejen fremover vil have navne som Shivani, Richilda og Hatidze. Jeg er glad for, at det faglige fællesskab er så rummeligt og givende, at FOA opleves som et naturligt valg for de mange, som ikke har fået 'den danske model' ind med modernælken.

En lidt mere diffus bekymring er, hvad det egentlig gør ved et fag, ved integrationen og ved den gensidige inspiration, hvis de etniske danskere på et tidspunkt helt forsvinder. For nylig pegede tænketanken Cevea på, at arbejdsgiverne i visse brancher spekulerer i at erstatte danske fagforeningsmedlemmer med billigere, uorganiserede udlændinge.

Set i det lys giver det ekstra mening at stå sammen om at være organiseret. Uanset om man er offentligt eller privat ansat. Og uanset hvilket land man oprindeligt kommer fra. ★

*Gitte Hejberg*



**Gitte Hejberg**  
ansv. chefredaktør  
gith@foa.dk  
Tlf.: 46 97 24 58



## Her mødes hele verden

Eleverne på januarholdet på SOSU C i Herlev kommer fra fire kontinenter og 15 lande.

Side 34-41

**Finn Olsen**  
redaktionschef  
fino@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 97

**Rie Schmidt**  
redaktionssekretær  
ries@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 28

**Britta Lundqvist**  
journalist  
brlu@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 20

**Merete Nielsen**  
journalist  
men@foa.dk  
Tlf.: 46 97 25 25



# GAMMEL- FESTIVAL

Betaniahjemmet  
holdt festival for  
de ældre i en hel  
uge med en per-  
lerække af un-  
derholdning.

Side 16



## Bliv TR

Har du lyst til at tale  
dine kollegers sag?

Side 43



## Sultne efter viden

22 sosu-medarbej-  
dere går i gang  
med en diplomud-  
dannelse i social-  
psykiatri.

Side 6

**fokus**  
OK15

## Parat til armlægning

Forhandlingerne om  
nye overenskomster  
går snart i gang.

Side 8-11

### I hvert nummer

|                 |    |
|-----------------|----|
| Dennis K        | 14 |
| Karriere        | 19 |
| Fagligt talt    | 20 |
| FOA hjælper     | 30 |
| Spørg løs       | 32 |
| 7 skridt        | 43 |
| Mad med Klinken | 53 |
| Quizen          | 58 |

UDGIVER

**FOA**

Staunings Plads 1-3  
1790 København V  
Tlf: 46 97 26 26  
Fax: 46 97 22 90  
www.foa.dk  
foa@foa.dk

Finn Danielsen  
journalist  
fida@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 33

Signe Højgaard  
journalist  
siho@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 33

Casper Eicke Frederiksen  
journalistpraktikant  
caef@foa.dk  
Tlf.: 46 97 25 65

Joe Anderson  
grafiker  
joe.anderson@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 22

Maja Honoré  
grafiker  
maja001@foa.dk  
Tlf.: 46 97 22 57

# nyt

# 12

millioner borgere i EU har været arbejdsløse i mere end et år. Yderligere 5 millioner har helt opgivet at finde et job.

Kilde: AE Rådet



Allerede nu kan vi se, at faldende beskæftigelsesgrader og organisationsgrader samt øget ulighed klemmer den nordiske model, og på lidt længere sigt vil det klemme endnu mere.

SØREN KAJ ANDERSEN, CENTERLEDER FAOS, KØBENHAVNS UNIVERSITET, TIL UGBREVET A4



Foto: Lars Aarø

## Konflikt afblæst

FOAs blokade mod hjemmeplejefirmaet Lev Vel i Nakskov er afblæst, efter at virksomheden alligevel har valgt at indgå overenskomst med FOA. Det betyder, at de omkring 100 ansatte nu kan se frem til bedre arbejdsvilkår. "Nu kommer der ordnede forhold for medarbejderne, og derfor lægger vi stridighederne bag os og kikker fremad," siger FOA-formand Dennis Kristensen.



**Ulighedsdag.** Aktivister fra FOA delte morgenbrød ud 34 steder i landet den 11. november for at gøre opmærksom på den stigende ulighed i samfundet. Her er det næstformand for FOA Aarhus, Inge Jensen Pedersen, der får sig en lille snak med forbipasserende Amanda Danielsen på banegården i Odder.



Se det

[www.foa.dk/foa-tv](http://www.foa.dk/foa-tv)

## Dine krav til OK15?

Forhandlingerne om nye overenskomster for offentligt ansatte går snart i gang. Hvilket OK-krav er det vigtigste for dig?



**Kjeld Juul Christiansen**, portør, Apoteket, Aarhus Sygehus

### Ens pension

Det er vigtigt at sikre real-lønnen. Og portørerne skal have højere pensionstillæg. Jeg går på pension efter 40 års ansættelse og har ikke meget i pension. Alle FOA-medlemmer bør få samme procentsats. Gerne 17-18 procent.



**Betina Kirk**, pædagogmedhjælper, Børnehuset Baobab, Aarhus V

### Lønnen vigtigst

Jeg har det perfekt med mit arbejde på mange områder, men vi halter bagud med lønnen. Den skal op på niveau med det private erhvervsliv, det ville være dejligt. Men det virker utopisk lige nu, hvor de skærer ned alle steder.



**Henrik Tolborg**, pedel, Lokalcenter Skelager, Vejlbj/Risskov

### Kørepenge tilbage

Vi får ikke længere kørepenge, når vi bliver kaldt på arbejde uden for normal arbejdstid. Der skal rejses krav om skattefri kørsels-godtgørelse i forbindelse med tilkald. Tidligere var kørepenge en selvfølge. Det skal vi have igen.



**John Faurholt**, serviceassistent, Aarhus Sygehus

### Arbejdstidsregler

Arbejdstidsreglerne er under pres, og ansættelsesforholdene forringes. Arbejdsgiverne vil gerne presse folk fra fastansættelse til timelønsansættelse, så man kan disponere mere frit over arbejdskraften. Det giver dårligere arbejdsvilkår.



# Pause - hvad er det?

Hvert tredje medlem har svært ved at få et **lille pusterum**, fortalte vi i forrige nummer. Det har ført til massiv debat på Facebook.

Af Finn Olsen ★ foto Niels Åge Skovbo



I grunden handlede det om de små pauser, alt det der ligger ud over frokostpausen. Men bare at få tid til sin frokost kan være et problem. Det fremgår af mange af de indlæg på Facebook, som fulgte i kølvandet på temaet i Fagbladet FOA nummer 7. Og det er tydeligt, at det først og fremmest er ansatte i ældreplejen, der har reageret:

“Frokostpause – hvad er det?” spørger **Bettina Vesselgaard**.

**Michael Boltman Jensen** svarer: “Pause, det må vel være der, hvor man spiser madpakke, mens man forsøger og leve op til al den dokumentation, der kræves i dag.”

“Hvis vi holder en kort pause for at spise vores mad, er det ikke uden dårlig samvittighed over, at vi egentlig burde lave dit, dut og dat!” skriver **Tina Meisler Olsen**.

“Hvem andre end os i vores fag kan gå fra sin madpakke til en andens toiletbesøg og tilbage til sin madpakke igen?” spørger **Sussie Tranekær**.

I forrige nummer fortalte sosu-assistent Britt Exstrand om sin arbejdsdag – **helt uden pusterum**.

**Heidi Frederikke Storgaard Nielsen** har kigget lidt ind i fremtiden: “Vi bliver trælse at passe med de slappe blærer, vi får af at holde os. Kender det alt for godt.”

**Roar Christoffersen** opfordrer til at stå fast: “Så ta’ dog en pause!” skriver han. “Og sig til chefen: Sorry, jeg nåede, hvad jeg nåede i dag. Og jeg gjorde det krafted’me godt! Fyr mig, hvis du er utilfreds!”

**Helle Bundgaard** synes også, at nok er nok: “Vores bedsteforældre kæmpede en sej kamp for de goder, vi har haft. Vi kan ikke længere bare læne os op ad det træ, de plantede, men må selv ud og stille krav og kæmpe for det, vi vil have,” fastslår hun. ★

[fino@foa.dk](mailto:fino@foa.dk)



Læs mere

FOAs medlemmer debatterer på Facebook: [www.facebook.com/fagogarbejde](https://www.facebook.com/fagogarbejde)

Ingen pauser

## Et voksende problem

**34%** af FOAs medlemmer holdt ingen pauser på deres seneste vagt udover en eventuel spisepause, viste en medlemsundersøgelse fra september 2014. I oktober 2012 blev medlemmerne spurgt om det samme. Dengang gjaldt det kun **23%**.

3

ud af ti blev afbrudt af arbejde i alle deres seneste fem frokost- eller spisepauser. Det gælder især for medlemmerne i Social- og Sundhedssektoren.

**Kilde:** Medlemsundersøgelse, FOA, september 2014

## Opskriften på stress

Fire ud af ti blandt de medlemmer, der ikke holdt pauser på deres seneste arbejdsdag, har hele tiden eller ofte følt sig stresset inden for de seneste to uger.

**Kilde:** Medlemsundersøgelse, FOA, september 2014

# Kompetenceløft i socialpsykiatrien

Sjællandske kommuner går sammen om at tilbyde diplomuddannelse til sosu-medarbejdere i socialpsykiatrien.

Af Anni Heiberg

Den 19. december sætter 22 social- og sundhedsmedarbejdere fra socialpsykiatrien sig på skolebænken i University College Sjælland for at tage en diplomuddannelse. Uddannelsen er et initiativ fra lederne i socialpsykiatrien i de sjællandske kommuner, og social- og sundhedsmedarbejderne er lige nu på realkompetencekursus som indledning til Socialpsykiatriens Pædagogiske diplomuddannelse i Psykologi.

“Social- og sundhedsmedarbejderne er en central faggruppe i socialpsykiatrien, og deres erfaringer bidrager til en helhedsorienteret praksis ved komplekse forløb,” siger formand for uddannelsens styregruppe, **Reinhold Schæfer**, Leder af socialpsykiatrien i Ringsted Kommune.

“International forskning viser, at reflekteret hverdagspraksis danner evidens for, hvad der virker i støtten til en borger med psykiske lidelser. Derfor er det vigtigt, at social- og sundhedsmedarbejdere deltager i et diplomforløb.”

## Gerne landsdækkende

Det er styregruppens ambition at skabe en permanent diplomuddannelse, og **Karen Stæhr**, formand for FOAs Social- og Sundhedssektor, byder initiativet velkommen.

“Det er meget positivt, og jeg håber, de øvrige regioner har lyst til at kopiere idéen. Det er vigtigt, at uddannelserne kan anerkendes i andre regioner, når vores medlemmer bruger tid og kræfter på dem.” ★

info@anniheiberg.dk

# 6

moduler er der på Socialpsykiatriens Pædagogiske diplomuddannelse i Psykologi:

- Pædagogisk viden og forskning
  - Undersøgelse af pædagogisk praksis
  - Pædagogisk psykologisk rådgivning og intervention
  - Pædagogisk psykologi
  - Krop, bevægelse og kommunikation
  - Afgangsprøve
- Undervisningen er betalt af arbejdsgiveren, og foregår fredage og lørdage over to år.



Læs mere

[www.kortlink.dk/fa9e](http://www.kortlink.dk/fa9e)



Jeg er meget interesseret i at få koblet teori på det, jeg går og laver.

JEANETTE JONASSEN,  
SOSU-ASSISTENT



## De vil vide mere

Sosu-medarbejdere er sultne efter **ny teoretisk viden** på diplomuddannelse i socialpsykiatrien.

Af Anni Heiberg ★ foto: Jørgen True

Problemformuleringerne står i kø, og det samme gør energien og forventningen denne lørdag, hvor 22 social- og sundhedsmedarbejdere er nået til sidste fase af det





realkompetencekursus, der skal lede dem videre til den nye diplomuddannelse på Sjælland. Psykolog **Agnes Ringer** har holdt oplæg om sprogets magt, og deltagerne har arbejdet med cases på tværs af kommunerne. Nu skal den enkeltes afsluttende opgaveformulering godkendes, og den er hentet fra de udfordringer, social- og sundhedsmedarbejderne møder i det daglige arbejde.

Hverdagens praksis danner afsæt for de teorier, de vil undersøge. Opgaven er en lille smagsprøve på de større opgaver, der venter, når deltagerne i december går i gang med Socialpsykiatriens Pædagogiske diplomuddannelse i Psykologi.

### Stor lyst

Social- og sundhedsassistent og hjemmevejleder i Ringsted **Sussi Rifseim** vil se på udfordringer og gevinster ved at få psykisk sårbare til at deltage i idræt.

“Diplomuddannelsen beskæftiger sig med forskning inden for idræt og psykisk sårbare, og det er et område, der interesserer mig meget. Det lyder som en fantastisk uddannelse, og jeg er meget sulten efter at komme i gang. Det bliver hårdt, men jeg glæder mig,” smiler hun.

**Jeanette Jonassen**, social- og sundhedsassistent og opsø-

gørende medarbejder i Ringsted, har valgt at undersøge, hvad der sker, når psykisk syge borgere misforstås og stigmatiseres på grund af deres adfærd.

“Jeg er optaget af at forstå menneskers adfærd rigtigt, så vi ikke sætter dem i bås. Jeg laver opsøgende arbejde blandt samfundets svageste, og jeg er meget interesseret i at få koblet teori på det, jeg går og laver. Man bliver ofte mere praktiker, og det er vigtigt at kende de nyeste teorier og få nye kompetencer. Jeg glæder mig til at læse mere akademisk og studere på diplomniveau,” siger hun. ★

[info@anniheiberg.dk](mailto:info@anniheiberg.dk)

## Sakset fra foa.dk

### 01.12. Akademikerlønnen i kommunerne stikker af

En DJØF'er fik i gennemsnit 3.130 kr. mere om måneden i årene fra 2011 til 2014. En sosu-hjælper måtte nøjes med 1.245 kr. De lavtlønnede må prioriteres højt i de kommende overenskomstforhandlinger, mener FOA.

### 29.11. Hver 9. får stress af jobbet

11 procent af de offentligt ansatte bliver sygemeldt med job-stress, viser ny undersøgelse.

### 28.11. Pension til nedslidte flopper

Nye tal viser, at meget få får glæde af seniorførtidspensionen, der ellers var tænkt som en hurtig og enkelt hjælp til nedslidte.

### 26.11. Her skal ingen sidde over

Pædagogmedhjælperne får ny viden og nye værktøjer til inklusion i daginstitutioner og skoler.

### 24.11. Sosu'er skal snakke ældre i gang

Storstilets projekt i Odense Kommune uddanner 3.500 ansatte i 'motiverende borgersamtaler', der blandt andet skal gøre ældre mere selvhjulpne.

### 21.11. Niels ryger på kontanthjælp

Niels Peder Nahmensen har været arbejdsløs i tre år og har søgt job uden held. Til januar ryger han på kontanthjælp. Ny dagpengeløsning gavner ikke ham.

Læs flere nyheder på [foa.dk](http://foa.dk)

# Overenskomsterne skridt for skridt

**Start**

**Juni 2014**

FOA udsender oplæg til medlemsdebat om kravene til OK15.



**August-september**

Lokale medlemsmøder om kravene til OK15.

**September**

Medlemmerne indsender forslag til deres FOA-afdeling.

**30. september**

Afdelingerne har samlet op på medlemmernes krav og videregiver til forbundet.

**21. oktober**

FOA beslutter, hvilke krav man tager med til Forhandlingsfællesskabet (FF) og til FOAs fælles forhandlinger.

**10. november**

FF skal have FOAs krav til forhandlingerne om de generelle forhold.

**15. december**

Udveksling af krav med KL og RLTN (regionerne) – både de generelle krav og FOAs fælles krav. FF vedtager, hvilke krav der skal sættes på.

**Her er vi nu**

**19. december**

Første forhandling om FOAs fælles krav.

**22. december**

FF, KL og RLTN præsenterer deres krav for hinanden.

**2015**

I løbet af januar: Forhandlinger om krav, der kun angår FOAs fire sektorer.

**7. januar**

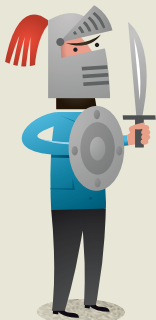
FF har første forhandling med KL. Sideløbende forhandles der også med RLTN.\*

**23. januar**

FF har anden forhandling med KL.

**23. februar**

Tredje forhandling om FOAs fælles krav. Forhandlingerne forventes at være færdige.



**2. februar**

Anden forhandling om FOAs fælles krav.

**13. februar**

FF har afsluttende forhandling med KL.

**Marts**

Lokale medlemsmøder om resultatet.

**Urafstemning:** Medlemmerne siger ja eller nej.



Hvis **Ja**

Ny overenskomst træder i kraft

Hvis **Nej**

Strejke kan påbegyndes

## Overenskomst-ordbog

**FF:** Forkortelse for Forhandlingsfællesskabet, som består af 53 faglige organisationer, som repræsenterer ansatte i kommuner og regioner. Det nye fællesskab har afløst det tidligere KTO.

**KL:** Forkortelse for Kommunernes Landsforening – arbejdsgiver for ansatte i kommunerne.

**RLTN:** Forkortelse for Regionernes Lønnings- og Takstnævn – arbejdsgiver for ansatte i regionerne.

**Generelle krav:** De overenskomstkrav, som er fælles for de organisationer, der er med i Forhandlingsfællesskabet.

**FOAs fælles krav:** De overenskomstkrav, som er fælles for alle FOA-medlemmer uanset sektor.



# Arbejdstiden er i spil

Fleksibel arbejdstid bliver et af de store temaer, når **de nye overenskomster** skal forhandles. 4 ud af 10 af FOAs medlemmer mener allerede, at de er blevet mere fleksible.

Af Merete Nielsen ★ grafik: Jørgen Stamp

Medlemmerne har talt, og nu er det forhandlerens tur. Kampen om de nye overenskomster for FOAs medlemmer og andre ansatte på det offentlige arbejdsmarked skydes så småt i gang inden nytår. I 2013 fyldte lærernes arbejdstid meget, og også denne gang ser arbejdstid ud til at blive et vigtigt emne. Også for nogle af FOAs faggrupper.

Kommunernes Landsforening (KL) har meldt ud, at de vil have større fleksibilitet og forenkling af arbejdstidsreglerne. Og nogle af disse ønsker vil FOA godt være med til at diskutere, siger forhandlingschef **Jakob Bang**.

“KL har en pointe i, at nogle af arbejdstidsaftalerne kan forenkles, så de bliver lettere at forstå.”

Han forventer imidlertid, at arbejdsgiverne også vil kræve mere fleksibilitet – uden at der følger penge med.

“Vi bliver formentlig mødt med et krav om, at medarbejderne ikke længere skal have tillæg for at få omlagt deres arbejdstid med kort varsel. Signalet er, at arbejdsgiverne i højere grad vil kunne bytte rundt på folk, uden at det koster. KL mener, at vi skal have tillid til, at det kan lederne godt finde ud af,” siger forhandlingschefen.

## Vi er allerede fleksible

Spørger man FOAs medlemmer, oplever mange allerede, at de i stigende grad må indrette sig efter

arbejdspladsens behov. 42 procent siger, at de er mere fleksible i forhold til deres arbejdstider end for to år siden. Det fremgår af en ny medlemsundersøgelse, hvor 2.506 har svaret.

For nogle kan de omskiftelige arbejdstider være en hæmsko for at få arbejds- og familieliv til at hænge sammen.

“Mine børn føler sig svigtet, når jeg må aflyse en aftale,” lyder en af kommentarerne fra en ansat i hjemmeplejen.

En ansat i socialpsykiatrien skriver: “Jeg oplever mig ‘taget til fange’ af mit arbejde, som jeg ellers er

rigtig glad for. Min fornemmelse er, at ledelsen mener sig berettigede til at råde over mig og mit liv, som de lyster.”

## FOA: Tillæg skal bevares

For at beskytte privatlivet vil FOA holde fast i, at de ansatte skal have tillæg for omlagt tjeneste med kort varsel.

“Reglerne forpligter til en sober planlægning. Vi mener, at de ansatte, der har ulemperne ved at få omlagt deres arbejdstid, skal have en kompensation,” siger Jakob Bang.

Kravene mellem arbejdsgiverne og FOA udveksles 15. december – efter Fagbladet FOAs deadline. ★

**Kampen mod alene-arbejde**

Side 10

**24**

**procent** af de medlemmer inden for sosu-området, som ikke har faste arbejdstider, har en gang om måneden eller oftere fået omlagt deres arbejdstid med **mindre end 4 døgns varsel**.



## Bevar reallønnen

Lønnen skal som minimum følge med priserne. Det er et af FOAs krav til OK15. FOA arbejder også for, at de lavtlønnede skal tilgodeses. Et krav, der bakkes op af 7 ud af 10 danskere i en undersøgelse fra Epinion.

## Seniordage fra 58 år

**85%** af FOAs medlemmer mener, at retten til seniordage bør udvides, så alle faggrupper i FOA mindst har seniordage fra 58 år.

## Overarbejde til deltidsansatte

**74%** af FOAs medlemmer mener, at deltidsansatte, der bliver pålagt merarbejde, skal have overarbejdsbetaling for de ekstra timer.

**Kilde:** Medlemsundersøgelse november 2014, hvor 2.506 har deltaget.

men@foa.dk



# Vigtigst er kampen mod alenearbejde

Hvis det bliver nødvendigt, er Carola Thomsen klar til at strejke.

Af Britta Lundqvist ★ foto: Heidi Lundsgaard

Social- og sundhedsassistent **Carola Thomsen** er kommet hjem fra sin nattevagt på Plejecenter Enrum i Odense, hvor hun i knap otte år har arbejdet om natten hos de 24 beboere med demenssygdomme.

Carola Thomsen er meget glad for sit arbejde og synes, arbejdet med svært demente er fagligt udfordrende, men arbejdsglæden er stærkt presset af nedskæringer, omstruktureringer og mere og mere alenearbejde.

## Flere forringelser

Personligt har Carola Thomsen måttet sige farvel til et søndagstillæg, som i stedet skal afspadseres. Det har betydet en lønnedgang på omkring 1.100 kroner om måneden før skat. Og nyansat-

te får ikke tillæg for arbejdet med svært demente, efter en lokalløn-aftale blev ændret.

“Det er urimeligt, men pengene går til ledere, ikke til os på gulvet. Giv os pengene som generelle lønstigninger – ikke som lokalløn,” ønsker hun.





 **Følg kampen**

[www.foa.dk/ok15](http://www.foa.dk/ok15)

# Sikkerhed er et fælles projekt

Efter de tragiske dødsfald på bosteder og vold mod medarbejdere vil **kravet om sikkerhed** blive rejst ved OK15, lover sektorformand Karen Stæhr.

## Hvordan kan udbredelsen af alenearbejde begrænses?

“Det er et kæmpeproblem, og det øger risikoen for vold. Medarbejderne skal kunne gå sikkert på arbejde, og jeg tror, det er et fælles projekt, arbejdsgiverne også bør have interesse i. De har ledelsesansvaret, men de har også en interesse i forhold til rekruttering af medarbejdere i fremtiden. Men kampen for sikkerhed kæmper vi også politisk for at få en national voldshandlingsplan.”

## Hvorfor er du så meget imod en ændring af varslingsbestemmelserne?

“Det er et legitimt krav, at man ved, hvornår man har fri. I forvejen er medarbejderne meget fleksible, og mange arbejder allerede hver anden weekend. Arbejdsgiverne bør respektere, at medarbejderne har brug for familieliv. Selvom det er en branche, hvor der arbejdes 24/7 alle årets dage, betyder det ikke, at medarbejderne også skal gøre det.”

## Hvordan vil du sikre, at medarbejdernes kompetencer følger med de krav, der stilles med nye opgaver?

“Arbejdsgiverne er forpligtede til at sørge for, at medarbejderne er kompetente, og at de bliver uddannet til morgendagens opgaver. Vi har diskuteret hverdagsrehabilitering med KL, og uddannelse vil blive et vigtigt spørgsmål ved forhandlingerne.” ★

Hun håber også, pension af tillæg bliver forbedret: “Da jeg blev nattevagt, var jeg rystet over, at vi ikke fik pension af tillæg, for det er en vigtig del af vores løn.”

Ved de to seneste overenskomstforhandlinger blev der indført tilsammen 4 procent i pension af aften- og nattillæg, og blandt kravene til OK15 er, at der også bliver pension af lørdags- og søndagstillæg.

Men løn er ikke det vigtigste for Carola Thomsen. Det er en kamp mod forringelserne og en forbedring af det psykiske arbejdsmiljø.

## Sikkerhed og tryghed

“Om natten stiger risikoen for vold, og det er en del af hverdagen at få slag og krads på grund

af beboernes demenssygdom. Tidligere kunne vi sparre og støtte hinanden, når vi var to nattevagter. Men siden maj har vi skullet arbejde alene noget af natten,” siger Carola Thomsen.

Nedskæringerne i antallet af nattevagter har også påvirket trygheden i ansættelsen, oplever hun. En kollega blev flyttet til aftenvagt, og det kunne hun ikke trives med.

“Så valgte hun at gå på efterløn som 62-årig, selvom hun gerne ville have fortsat. Derfor synes jeg, at krav om større sikkerhed i arbejdet og tryghed i ansættelsen er meget vigtige,” siger Carola Thomsen.

## Den danske model

Carola Thomsen synes, arbejdsgiverne svigter den danske

model og viser for lidt vilje til at finde løsninger. FOA er for flinke, oplever hun.

“FOA har en formand, der er god til at råbe op, men det er ikke nok, når det kun er fagforeningerne, der lever op til at holde den danske model,” fastslår Carola Thomsen.

Hun savner en fælles front og vilje til handling som i 2008.

Dengang skulle der ifølge nødberedskabet være to nattevagter, så hun var ikke selv i strejke, men støttede ved at være ude at demonstrere.

“Nu må vi gerne arbejde alene om natten, og det er ikke fordi, at vores beboere er blevet mindre demente siden 2008,” konstaterer hun. ★

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)

## De særlige krav

Efter at FOA har udtaget de fælles krav, tages stilling til hvilke særlige krav, der skal forhandles om for Social- og Sundhedssektoren. Disse krav angår kun en lille del af det samlede beløb, der forhandles om.

## Seks vigtige krav

De krav, som Social- og Sundhedssektoren vil præsentere arbejdsgiverne for, er blevet prioriteret.

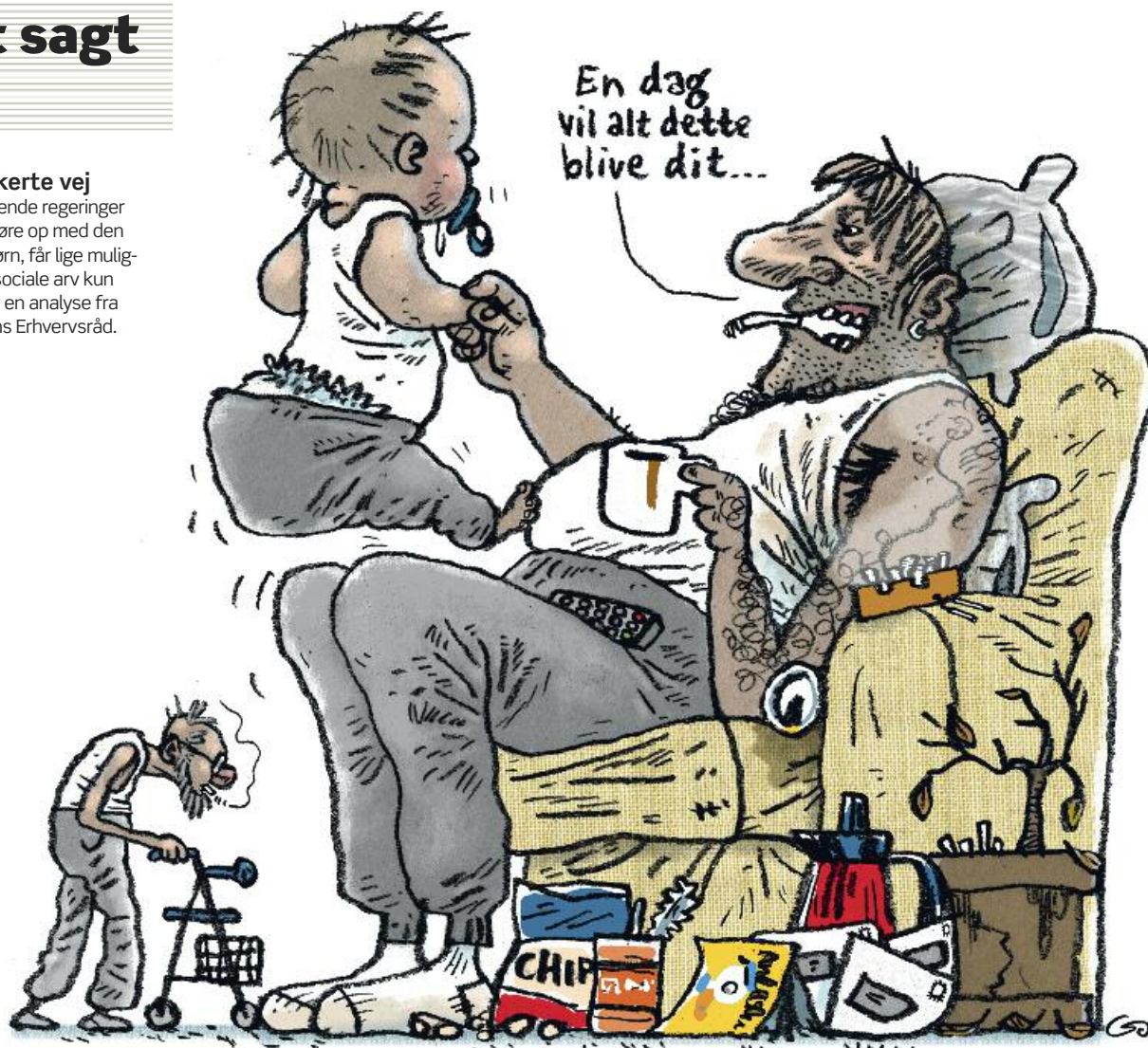
- **Løn** har høj prioritet.
- **Alenearbejde.** Sikkerheden skal være bedre.
- **Pension** af særydelser. Ved OK11 og OK13 blev der indført tilsammen 4% pensionsbidrag af aften- og nattillæg, og kravet er, at der også bliver pension af lørdags- og søndagstillæg.
- **Uddannelse.** Der skal sikres lønfremskud til alle, der videreuddanner sig, så man ikke kan indplaceres lavere end ét løntrin over den løn, man havde fået, hvis man ikke havde videreuddannet sig.
- **Lokalløn.** Tilbageløbsmidlerne skal sikres.
- **Varslingsbestemmelserne** må ikke forringes.

# groft sagt

## Det går den forkerte vej

Siden 2002 har skiftende regeringer erklæret, at vi skal gøre op med den sociale arv, så alle børn, får lige muligheder. Siden er den sociale arv kun blevet tungere, viser en analyse fra Arbejderbevægelsens Erhvervsråd.

Tegning: Gitte Skov



## [snuden fremme]

Filminstruktør **Bille August** er i tvivl om aktiv dødshjælp. Han ønsker ikke at leve et uværdigt liv, men frygter, det kan blive en glidebane at tillade dødshjælp.

**Aktiv dødshjælp** er omdrejningspunktet for Bille Augusts nye film *Stille hjerte*. Her har Esther, spillet af Ghita Nørby, samlet familien en sidste week-

end, inden hun med hjælp fra sin lægemand vil dø for egen hånd. Det bliver en weekend, hvor alle følelser og tabuer kommer op, og hvor tvivlen er med hele vejen. En tvivl Bille August deler. "Jeg er usikker på, om det er rigtigt eller forkert. Jeg kan godt se, at det kan blive en glidebane, hvis man synes, man er en belastning, eller hvis man er depressiv," siger Bille August til Fagbladet 3F.

**Debatten er vigtig** for Bille August. Men han synes samtidig, at døden er rædselsfuld. En følelse, der er blevet stærkere med alderen, og det er ikke

mindst børnene, der sætter tanker om døden i perspektiv. Bille August er far til otte børn, og han vil leve så længe som muligt.

**Familien spiller en central rolle** i Bille Augusts film og liv. Han mistede sin mor som barn og voksede op med en hård far. En opvækst, der har sat sit præg på filminstruktøren. Hvor flere familier forsones inden døden, har Bille August fortalt til Berlingske, at han ikke var parat til forsoning, da han fik muligheden. "Jeg tilgav aldrig min far, og vi blev aldrig rigtig forsonet."★



Foto: Gerhard Kassner / Berline

**Bille August**, filminstruktør. Instruerede sin første film i 1971. Han står bag titler som 'En sang for Martin', 'Den gode vilje' og 'Pelle Erobreren', der vandt en Oscar for bedste udenlandske film. 'Stille hjerte' er nummer 19 i rækken.



# dyrt NU ER DET ~~JUL~~ IGEN



**KEDELIG JUL?**

**GLÆDELIG JUL!**

## Et af Danmarks billigste forbrugslån

Med et Fordelslån\* i PenSam Bank får du råd til alt, hvad der hører julen til, uden at skulle vove dig ud i butikkernes hurtige lån, som ender med at blive rigtig dyre.

Vi ordner det hele og blander os ikke i, hvad du bruger pengene til. Så ring nu og få en rigtig glædelig jul!

Ring nu på  
**44 39 39 56**  
og lån billigere  
– eller SMS fordelslån  
til 1919 så ringer vi dig op  
[Pensam.dk/bank](http://Pensam.dk/bank)

\* Et Fordelslån forudsætter en PenSam Bank Lønkonto, som du kan oprette kvit og frit

**PenSam**  **BANK**

## Det handler om hænder nok

**47 procent af de ansatte** i kommuner og regioner oplever i dagligdagen, at de ikke har tid nok til at løse deres opgaver. Samtidig bliver de, der ikke føler, at de har tid, dobbelt så ofte sygemeldt med arbejdsrelateret stress, som de af deres kolleger, der føler, at de har tid til deres opgaver. Tallene stammer fra en stor medlemsundersøgelse, som alle forbund med medlemmer i kommuner og regioner har gennemført i fællesskab. Næsten halvdelen af alle – det er godt nok et tal, der er til at tage og føle på. Her burde alle kommunale og regionale alarmklokker begynde at blinke.



**Dagens virkelighed er, at der er for få hænder til at sikre, at velfærd og service bygger på værdighed og respekt.**

Selvom Ziegler også roser eksempelvis de ansatte i ældreplejen for at brænde for deres arbejde og for de ældre, så er KL's indgangsvinkel alligevel for fattig.

**Det er ikke nok at henvisne til politisk** fastsatte standarder og serviceniveauer. Det handler lige så meget om respekt og værdighed for de borgere, som de velfærdsansatte arbejder med og for.

Dagens virkelighed er, at de ansatte halser af sted for at prøve at leve op til de standarder og serviceniveauer, som politikerne fortæller danskerne om.

Mennesker, der arbejder med mennesker, investerer sig selv i at gøre en forskel for de, der har behov for fællesskabets indsats.

**Det er lige præcis den mulighed** for at gøre en forskel, som er truet, når der ikke er hænder nok. Og dagens virkelighed er, at der er for få hænder til at sikre, at velfærd og service bygger på værdighed og respekt. Det kan ikke løses ved at fortælle de ansatte, at de ikke behøver at løbe så hurtigt. Det kan kun løses ved at have hænder nok til at løse opgaverne.

### [kort sagt]

47 procent af de ansatte i kommuner og regioner oplever ifølge en ny undersøgelse, at de ikke har tid nok til at løse deres opgaver.

**Derfor er jeg også skuffet over,** at kommunernes chefforhandler, Michael Ziegler, gør de ansattes oplevelser til et spørgsmål om, at de ansatte i den offentlige velfærd og service har for høje ambitioner. "Der er det nogle gange en ledelsesopgave at gå ind og sige til dem, at det er 'det her', der er serviceniveauet. Og når vi har leveret det, så er det godt nok," lyder en af Zieglers kommentarer.



*Dennis Kristensen*

Af Dennis Kristensen ★ foto: Jørgen True

### Facebook

#### Ingen tid til aktiviteter

26. november

Tiden er knap hos os og går op i pleje, rengøring og administration. Er flyver om aftenen på et plejehjem. Der er 30 beboere for tiden med 10 på hver etage, og vi er én fast medarbejder på hver etage og to flyvere. Alle beboerne er plejekrævende. Jeg ville ønske, at tiden var der til aktiviteter, som beboerne fandt hyggelige, og til at drage omsorg for den enkelte. Det ville også være ønskeligt, at flyverne var der i hele vagtens længde ligesom etagevagterne, og at der fast var to medarbejdere på hver etage.

NinnaOline Bentzen

### Facebook

#### Konstant underbemandet

26. november

Man vil jo gerne levere et godt stykke arbejde, som også står mål med den faglige stolthed. Men når man altid er i undertal på personale, så går man på kompromis og leverer det, der nu er tid til i stedet.

Michael Maiböll

### Redaktionen

#### Uenig i kritik af Børnehuset Lønneberg

6. november

Med udgangspunkt i de 3 artikler på foa.dk 31.10.2014,





Der er kun én ting, de vil med det. Direkte fra arbejdsmarkedet og i graven, så sparer de på de sociale ydelser der!

KARINA POULSEN

# Hvad mener du?

Her bringer vi uddrag af debatten på [www.foa.dk](http://www.foa.dk) og på FOAs Facebook-side.

som indeholder kritik af privat-institutionerne Lønneberg, har jeg som nuværende medarbejder i institutionen på Rahbeks allé behov for at bidrage med min kommentar.

At der ifølge FOA skulle være forringede vilkår for børnenes trivsel og dårlige arbejdsforhold for medarbejderne i Lønneberg, stiller jeg mig stærkt uenig overfor. Jeg er som nuværende medlem af FOA rystet over, at mit forbund bringer ovennævnte artikler, uden forinden hverken at have besøgt institutionerne eller have konfereret med den nuværende forældre- og personalegruppe.

De negative postulater i artiklerne er bygget på udtalelser fra tidligere forældre og ansatte. Ingen af de påståede "nuværende ansatte", som skulle have udtalt sig negativt, er i artiklerne nævnt ved navn.

Charlotte Maria Daugaard

Læs hele indlægget på [foa.dk](http://foa.dk) og Facebook

## Facebook Velkommen til Danmark 10. november

Sørgeligt at vores samfund er ved at falde totalt fra hinanden. Vi giver og giver – men glemmer vores egne. De på Borgen er da pisseligeglade, de er sikret i hoved og røv. Som Margrethe Vestager udtalte engang: "Sådan er det jo", og med hensyn til vores pensionsalder, der stiger: Der er kun én ting, de vil med det. Direkte fra arbejdsmarkedet og i graven, så sparer de på de sociale ydelser der! Velkommen til Danmark.

Karina Poulsen

## Facebook FOA er kanongod 13. november

Jeg havde arbejdet som barselsvikar i en integreret institution i Greve Kommune i 6 år, da der blev opslået 3 pædagogmedhjælperstillinger. Min kvindeli-

ge leder ville ikke fastansætte mig, så jeg sendte en mail til FOA!

FOA er kanongod til at hjælpe deres medlemmer – god a-kasse. Ros-ros.

Ilkay Erkul Selvi

## Facebook Bange for de stygge DJØF'er? 2. november

Jeg synes, det er ærgerligt, at Dennis Kristensen ikke tør gå ud og sige det, som vi alle godt ved: Pengene forsvinder i bureaukratiets hellige hul i jorden. Var det ikke en idé at starte med at gøre politikerne og befolkningen opmærksom på, at vi ved, hvor der kan spares, inden vi starter med at forhandle vores egen løn og arbejdsvilkår? Det er nemmere at få noget, når man også viser initiativ til at udrette noget. Spørgsmålet for mig er så bare, om Dennis Kristensen er bange for de stygge DJØF'er, siden han ikke tør pege på dem som en del af problemet i Velfærds-Danmark?

Karsten Mathiasen



## Verden mødes

På sosu-skolen i Herlev kommer eleverne fra 15 lande og fire kontinenter. Antallet af nydanskere blandt FOAs medlemmer er større end nogensinde før.

Tema side 34-41



Fagbladet FOA vil gerne høre din mening: [www.facebook.com/fagogarbejde](http://www.facebook.com/fagogarbejde)

# 33

procent af de 287 udbud, som kommunerne har foretaget i 2013-2014, indeholdt et krav om, at Virksomhedsoverdragelsesloven skal gælde. Det er en lov, der sikrer, at den nye arbejdsgiver overtager virksomhedens forpligtelser over for medarbejderne.

Kilde: Udbudsanalyse, FOA, november 2013

## Vær med i debatten

På disse sider bringer vi uddrag af debatten, som foregår på FOAs hjemmeside og på FOAs Facebook-side [www.facebook.com/fagogarbejde](http://www.facebook.com/fagogarbejde). Debattindlæg vil blive bragt i uddrag her i bladet. De uforkortede indlæg kan ses på [foa.dk](http://foa.dk) og på Facebook.



# Festival for







# r de gamle

## [gammelfestival]

'Død og hygge på plejehjemmet' var navnet på historiens første gammelfestival på Betaniahjemmet på Frederiksberg. Festivalen varede i en hel uge med aktiviteter om eftermiddagen og aftenen.

En hel uge med musik, filmvisninger, fortællinger, teater og dans. Det er normalt ikke hverdag på et plejehjem. Men det var det, da plejehjemmet Betaniahjemmet på Frederiksberg arrangerede en storslået **gammelfestival**. For nogle medarbejdere betød det nye arbejdstider, når beboere og gæster skulle pyntes, beværtes og ledsages til en perlerække af underholdning.

Af Rikke Gundersen ★ foto: Jørgen True

- 1 Aktiviteter.** Fortællinger, musik, gammelbio, sange og teater. Det var nogle af de mange aktiviteter, som fandt sted under gammelfestivalen, hvor alle beboere på plejehjemmet og gæster var velkomne.
- 2 Oplæsning.** En række forfattere og skuespillere kom og fortalte, hvad livet har lært dem. Her er det skuespiller Paul Hüttel, som læser et uddrag fra Henning Carlsens 'Mit livs fortrængninger'.
- 3 Fællesdans.** Gammelfestivalen blev afsluttet med et stort og flot afdansningsbal, hvor det store 12 mands orkester Amager Harmonien spillede op til dans for de ældre og festivalens gæster. Danseinstruktør Dorte Winkel fører an i midten af forsamlingen.





**4 Indmarch.** Beboerne, frivillige og personalet samledes ude i gangen, hvor de fik flag i hænderne. Derefter gik de indmarch som optakt til afdansningsballet. Beboer John Åge Christensen støtter sig til beskæftigelsesvejleder Pia Arp.

**5 Snak på tværs.** De pårørende og andre pensionister, som deltog i gammelfestivalen, var rigtig gode til at sætte sig ved bordene og snakke med beboerne. Der var en nysgerrighed på tværs mellem beboerne og gæsterne.



5

**6 Eftermiddagskage.** Sosu-hjælper Inge Hastrup (tv.) hjælper Bodil Arp med kaffen og kagen, som bliver serveret, inden afdansningsballet starter.

**7 Fællessang.** Ved afslutningen på Gammel-festivalen synger beboere, gæster og personale nogle sange. Medarbejderne hjælper de ældre med at følge med i sangteksterne.



7



4



6



8

**8 Oplevelse.** Gammel-festivalen gav nogle af medarbejderne nye arbejdstider, men de var glade for at kunne give beboerne en god oplevelse. De sørgede for mad, ryddede op og hjalp beboerne. Her er beskæftigelsesvejleder Pia Arp (tv.) og frivillig Solveig Gren ved at skære lagkage ud til de ældre og gæsterne, inden de skal ud at svinge benene.



Som fritids-debattør sætter sosu-hjælper **Camilla Jønck** fokus på forholdene for de ældre.



2002

2014



## [cv]

**Navn:** Camilla Jønck

**Alder:** 30 år

**Job:** Hjemmeplejen i Odsherred Kommune

**Uddannelse:** Social- og sundheds-hjælper, 2002

**Efteruddannelse:** Praktikvejlederdannelse, Social- og Sundhedsskolen i Holbæk, 2008. FOAs grundkursus for til-lidsrepræsentanter, 2010. Meningsdan-nerkursus, FOA Ungdom og Cevea, 2014.

## Sådan bliver du meningsdanner

- FOA Ungdom regner med igen at kunne tilbyde meningsdannerkursus i 2015 for dig under 31 år. Kurset varer en weekend. Vil du høre nærmere, så kontakt ungdomskonsulent Dorte Dyrholm Pedersen på [orp@foa.dk](mailto:orp@foa.dk) eller 23 72 30 73. Hun kan også vejlede dig i Ceveas lidt længere forløb.
- Cevea tilbyder uddannelserne 'faglig meningsdanner' og 'progressiv me-ningsdanner'. Uddannelserne varer tre weekender og henvender sig primært til dig under 35 år.



Læs mere

[cevea.dk/uddannelse/  
meningsdanneruddannelser](http://cevea.dk/uddannelse/meningsdanneruddannelser)

## Camillas 3 råd til (skabs)debattører

- Spring ud i det!
- Ha' argumenterne i orden
- Pas på ikke at nævne nogle navne eller personer

**Har du fået drømmejobbet?** Og hvilken efteruddannelse skulle der til? Fortæl kolleger i hele landet om din karrierevej. Send os en mail på redaktionen:

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)



Det er o.k.  
at blande sig

Gennem 13 år som social- og sundheds-hjælper i hjemmeplejen i Odsherred Kom-mune har jeg ikke tidligere været typen, der blandede mig i den offentlige debat om nedskæringer. Jeg var vel bange for at træde nogen over tærne. Men i efteråret tilmeldte jeg mig et meningsdannerkursus i FOA og lærte at skrive debatindlæg. Jeg skrev til en lokal avis om, hvordan mit fag havde ændret sig gennem årene: For 13 år siden var der tid til at sætte curlere i de gamle damers hår. I dag når vi knap nok at spørge ind til, hvordan de har det, før vi skal videre til næste borger.

Det krævede mod at trykke på 'send'-knappen. Men jeg blev overrasket over, hvor meget positivt der kom ud af det. En masse kolleger delte læserbrevet på Facebook og skrev deres egne historier, og flere borge-re roste mit indlæg. Lokalpolitikerne viste forståelse for, at ældreområdet er presset og lovede at sikre sig større viden næste gang, de lægger budget. Jeg føler, at jeg ved at ytre mig over for politikerne gør en anden forskel for de ældre, end jeg gør til hverdag. For mig har det givet en aha-oplevelse af, at det er o.k. at blande sig. Jeg har fået lyst til at fortsætte med en egentlig menings-danneruddannelse, så jeg kan blive endnu bedre til at fortælle om sosu-faget, som det ser ud fra gulvet. ★

[stineem@hotmail.com](mailto:stineem@hotmail.com)

## Psykiatrien på dagsordenen

**Inden for de seneste år** har vi set en række tragiske sager indenfor psykiatrien med vold mod ansatte, og endnu mere tragisk er det, at fire af disse sager er endt med drab. FOA har derfor foreslået en national voldshandlingsplan.

**Vi har efterlyst** mere sammenhæng mellem behandlings- og socialpsykiatrien, mere kompetenceudvikling og flere efter- og videreuddannelsesmuligheder for social- og sundhedspersonalet.

Vi har efterlyst en 'havarikommision'. En kommission, der kan fastslå årsagerne til for eksempel et voldstilfælde, så vi kan lære af årsagen og agere, så det ikke opstår igen.

Og vi har efterlyst mere fokus på den stigende vold, og især på redskaber til at nedbringe volden

således, at medarbejdere ikke skal møde på arbejde med fare for overfald.

**FOAs forslag om en national voldshandlingsplan er nu blevet hørt.**

kompetenceudvikling og sammenhæng i psykiatrien er så småt på vej i regionerne. Fra årsskiftet skal Arbejdsskadsstyrelsen og Arbejdstilsynet skelne voldssager fra andre arbejdsskadesager, og det er et fint skridt i vores arbejde for at bekæmpe og begrænse vold mod medarbejderne.

**Men arbejdet er ikke færdigt.** Vi skal have en selvstændig bekendtgørelse om vold og trusler, som også skal indeholde alenearbejde. Vi skal have en obligatorisk uddannelse i voldsforebyggelse, og medarbejderne skal have den nødvendige viden om de borgere, de skal drage omsorg for. ★

### [kort sagt]

Regeringen har lyttet til FOAs forslag om en national voldshandlingsplan på baggrund af de tragiske hændelser indenfor psykiatrien.

**Bedre psykiatri**  
Side 22

K. Stæhr



Af Karen Stæhr, sektorforsmand ★ foto: Jørgen True



### Tal på nedturen

Hvor meget går du ned i indkomst, hvis du mister dit job?



[www.foa.dk/beregner](http://www.foa.dk/beregner)

### Det gør folk syge

Rollekonflikter, følelsesmæssige krav og dårlig ledelse kan forklare op til **15 %** af alle langtidssygemeldinger, viser ny forskning fra det norske arbejdsmiljøinstitut, Stami.

**Kilde:** Videncenter for Arbejdsmiljø

**15**

### milliarder kroner.

Så meget ville samfundet spare, hvis ansatte ikke blev syge af deres arbejdsmiljø. De mange penge er summen af de arbejdstimer, der ikke præsteres, når folk er syge.

**Kilde:** Ugebrevet A4

### Flere erhvervs-sygdomme

**34 %** af alle anmeldte erhvervssygdomme i 2013 handlede om muskel- og skeletsygdomme, mens **22 %** handlede om psykiske sygdomme. I begge tilfælde en stigning i forhold til 2011 og 2012.

**Kilde:** Arbejdstilsynet

**78**

procent. Så stor forøget risiko er der for at få kortvarige smerter i lænden, hvis man sjældent bruger hjælpemidler ved forflytning.

**Kilde:** [www.arbejdsmiljoforskning.dk](http://www.arbejdsmiljoforskning.dk)

Arkivfoto: Mikkel Østergaard



## Ældre får klippekort

Med Finansloven får svage ældre hjemmehjælpsmodtagere en halv times ekstra hjemmehjælp om ugen, hvor de selv kan vælge, hvad de vil bruge tiden til. Ordningen er kendt fra Københavns Kommune, hvor flertallet af de ældre bruger tiden til sociale aktiviteter.

**Kilde:** [www.fm.dk](http://www.fm.dk)

## Flere palliative tilbud

Antallet af kommuner med særlige palliative tilbud vokser, viser en opgørelse fra PAVI – Videncenter for Rehabilitering og Palliation. De palliative institutioner har typisk under 10 sengepladser, og nogle har en udgående teamfunktion.

**Kilde:** [www.pavi.dk](http://www.pavi.dk)



## Sosu-hjælper og Altenpflegerhelfer

Den danske uddannelse til social- og sundhedshjælper har ikke kunnet sidestilles med den tilsvarende uddannelse på den tyske side af grænsen. Men nu har Social- og Sundhedsskolen Fredericia-Vejle-Horsens i samarbejde med en tysk uddannelsesinstitution gennemført et projekt Competence-to-Go

om grænseoverskridende mobilitet – et uddannelsesforløb med to eksaminer. Der er udviklet en meritmodel, hvor man både kan tage en dansk uddannelse til social- og sundhedshjælper og en tysk Altenpflegerhelfer-eksamen i ét forløb.

Kilde: [www.competencetogo.dk](http://www.competencetogo.dk)



Alzheimer gør, at patienten helt bli'r væk,  
fordi  
fortiden forsvinder  
og  
fremtiden er forbi.  
Og tid bli'r utid,  
for der er heller ingen nutid.  
Nærvær bli'r fravær,  
som slukker livets glød,  
når døden kommer, er man allerede død.

JOHANNES MØLLEHAVE, PRÆST OG FORFATTER



## Hej sundhedsvæsen

Hver fjerde patient, der har været indlagt et døgn eller mere, har bekymringer eller spørgsmål, de ikke får talt med personalet om. Det viser en undersøgelse fra det fælles initiativ 'Hej Sundhedsvæsen', som TrygFonden og Dansk Selskab for Patientsikker-

hed står bag. Derfor skal dialogen mellem patienter, pårørende og det sundhedsfaglige personale styrkes for at øge patientsikkerheden. Det sker blandt andet med spørgeguiden Godt du spør.



[www.hejsundhedsvaesen.dk](http://www.hejsundhedsvaesen.dk)

Foto: Heidi Lundsgaard



## Annette fandt en billig løsning

Hjemmehjælper **Annette Damgaard Jensen**, Plejecenter Hejlskov i Egtved, har fundet en god og billig løsning på madtransport fra det ene hus i leve-bo-miljøet til det andet.

I forbindelse med et lean-forløb blev det besluttet, at et hus nu skal lave mad til beboerne i to huse. Og så opstod behovet for en løsning på transporten af maden. En rigtig madvogn ville koste 8.000 kroner. I stedet foreslog Annette at købe en genbrugsbarnevogn til 200 kroner inklusive dukke.

"De demente er meget glade for den. Det gør noget ved folk, når de ser en barnevogn – og så ved de, at vi snart skal spise," siger Annette Damgaard Jensen, som blev indstillet af sin leder til konkurrencen om 'Danmarks bedste mindste idé'.

### [bag om ordet]

**Lean** er en forretningsfilosofi, der især er skabt på baggrund af TPS (Toyota Produktions System), som blev udviklet på Toyota-fabrikkerne i 1960'erne.

# Opbakning til bedre psykiatri

Regeringen har iværksat flere initiativer på baggrund af FOAs forslag til en **national voldshandlingsplan**.

Af Anni Heiberg

## tema psykiatri

FOA har fremlagt en national voldshandlingsplan for tre ministerier, som nu bliver delvist udmøntet i politiske tiltag. Fra årsskiftet indfører Arbejdsskadestyrelsen og Arbejdstilsynet således en bedre registrering af voldstilfælde mod medarbejdere, og en ny 'havarikommission' skal kortlægge forløbet i de alvorligste tilfælde af vold på botilbud.

Den nationale voldshandlingsplan skal modvirke et stigende antal voldstilfælde mod offentligt ansatte. FOA peger i handlingsplanen også på behovet for kompetenceudvikling af medarbejdere og ledere og udveksling af informationer og samarbejde på tværs.

### Samarbejde på tværs

Et styrket samarbejde på tværs af sektorerne i psykiatrien er netop noget af det, en ny tværministeriel embedsmandsgruppe skal se på.

"Det er meget vigtigt at sikre sektorovergange i psykiatrien, og det kan blandt andet ske ved at styrke samarbejdet mellem behandlingssteder og bosteder," siger **Charlotte Bredal**, der er arbejdsmiljøkonsulent i FOA.

"Vi skal tænke i helheder og sikre et informationsflow, så risikovurderinger og erfaringer deles. 'Havarikommissionen' skal sættes ind ved meget alvorlige voldstilfælde. Den skal ikke bruges til at tildele skyld, men til at undersøge og formidle viden om, hvad der gik galt og hvorfor. Forståelse og vidensdeling er vigtigt i arbejdet med voldsforebyggelse." ★

[info@anniheiberg.dk](mailto:info@anniheiberg.dk)

Fagligt  
talt  
Side 20

# 4

ud af 5 har modtaget trusler om vold, og mere end halvdelen har været udsat for fysisk vold det seneste år.

**Kilde:** FOA-undersøgelsen 'Vold i psykiatrien', FOA 2014.

 **Læs mere**

[www.foa.dk/undersoegelser](http://www.foa.dk/undersoegelser)

# Nu er kollen

Fælles kompetenceudvikling for social- og sundhedsassistenterne har skabt **forståelse og samarbejde** mellem behandlings- og socialpsykiatrien i Region Midtjylland.

Af Anni Heiberg ★ foto: Niels Åge Skovbo

Den låste dør til behandlingspsykiatrien var tidligere en **mental barriere** mellem medarbejdere i social- og behandlingspsykiatrien. Nu er fordomme erstattet af tæt samarbejde.



- vi  
ger



Læs videre på næste side →



## AMU og Akademi

Social- og sundhedsskolen i Aarhus har opbygget kompetenceudviklingsforløbet med fem ugers AMU-forløb og syv ugers Akademi-modul. Kombinationen af de to moduler giver faglig og teoretisk opdatering og træning i at anvende ny viden i praksis.

## National voldshandlingsplan

FOAs nationale voldshandlingsplan indeholder forslag til:

- bekendtgørelse om forebyggelse af arbejdsrelateret vold
- lovkrav om uddannelse i voldsforebyggelse
- rejsehold til rådgivning af arbejdspladser
- 'havarikommision'
- hjælp til ofre for vold og trusler
- national database til registrering af vold
- brancherettede tiltag i psykiatrien.



## Nu er vi kolleger



Christine Villadsen (tv.) og Gitte Krogh ser **nye resultater**, efter de er begyndt at samarbejde om de fælles borgere.

# 50

fastansatte social- og sundhedsassistenter fra behandlings- og socialpsykiatrien i Region Midtjylland har været på 12 ugers fælles kompetenceudvikling. 25 ledige sosu-assistenter vikarierede efter seks ugers introduktionskursus.

→ “Hvordan er det gået?”

Social- og sundhedsassistent **Christine Villadsen** er kørt fra sin arbejdsplads, bostedet Blåkærgård, for at hente én af beboerne efter indlæggelse. Nu sidder hun ved bordet i behandlingspsykiatrien Søndersøparken i Viborg sammen med social- og sundhedsassistent **Gitte Krogh** fra Søndersøparken. Når Christine tidligere stillede samme spørgsmål, var det lidt tilfældigt i døren.

Christine og Gitte følte sig ikke som kolleger, før de kom på 12 ugers fælles kompetenceudvikling i Region Midtjylland. Nu ser de hinanden som tætte kolleger og samarbejder om handleplaner for fælles borgere, så forløbene ikke afbrydes på grund af indlæggelse eller udskrivning.

### Fælles værktøjer

I dag bliver Christines spørgsmål besvaret positivt.

“Det går fremad. Vi skal være tålmodige

og fortsætte handleplanen. Det handler om gentagelse,” siger Gitte.

Det med gentagelse fik Christine Villadsen og Gitte Krogh for alvor øjnene op for under efteruddannelsen. Den aktuelle borger har svært ved at komme op om morgenen, og både i behandlings- og socialpsykiatrien anså man det som et nærmest uløseligt problem.

“Men så hørte vi om arousal, evnen til vågenhed. Her fik vi en forståelse for, hvorfor han har svært ved at komme op. Det handler ikke bare om en mand, der



**Samarbejde skaber tryghed og kan forebygge voldstilfælde.**

.....  
GITTE KROGH, SOCIAL- OG SUNDHEDS-  
ASSISTENT





Kompetenceudviklingsforløbet gav Christine Villadsen (tv.) og Gitte Krogh fælles sprog og nye værktøjer til at **samarbejde om handleplaner** for fælles borgere.

Christine og Gitte tager fælles samtaler med den indlagte borger, og flere borgere har udtrykt tilfredshed med det nye samarbejde. Det skaber **kontinuitet**.



#### [cv]

**Navn:** Christine Villadsen

**Alder:** 41 år

**Uddannelse:** Social- og sundhedsassistent

**Job:** Socialpsykiatrien, Bostedet Blåkærgård, Viborg, Region Midtjylland

ikke gider stå ud af sengen,” fortæller Gitte.

“Det skyldes diagnosen, medicineringen og hjerneskaden, og vi har fået en fælles vej til at få ham op, blandt andet gentagelse. Vi kan ikke bare stille krav. Efteruddannelsen har virkelig været en neuropædagogisk øjenåbner,” siger Christine og tilføjer:

“Vi har fået flere værktøjer til at tilpasse vores indsats. Tidligere var vi tilbøjelige til kun at bruge én metode.”

#### Dem og os

Og tidligere talte medarbejderne om “dem derude” og “dem derinde”. Behandlingspsykiatrien og socialpsykiatrien er to forskellige lovgivninger og vilkår. “Derinde” kan man for eksempel låse dørene.

“Vi oplevede modstand og irritation. Nu har vi forståelse for hinanden, og jeg ser det lukkede system på en ny måde. Vi lærer af hinandens metoder og taler

sammen før, under og efter en indlæggelse,” siger Christine Villadsen.

“Ja, vi kan ofte tabe patienterne imellem sektorerne, når vi ikke samarbejder. Samarbejde skaber tryghed og kan forebygge voldstilfælde. Vi deler hinandens risikovurderinger, og hvis en patient er tildelt ekstra timer på bostedet, kan timerne og medarbejderen følge med herind. Det havde vi ikke tænkt på før. Vi skaber en ny kultur, og den vokser op nedefra. Samarbejdet og resultaterne bliver hele tiden bedre,” konstaterer Gitte Krogh.

Samarbejdet har givet borgerne ny kontinuitet i behandlingen, og flere har bemærket en positiv forandring.

“Borgerne fortæller os, at det tætte samarbejde mellem bosted og behandlingssted er godt for dem,” siger Christine Villadsen. ★

**Kvalitet i psykiatrien**  
Side 24



#### [cv]

**Navn:** Gitte Krogh

**Alder:** 53 år

**Uddannelse:** Social- og sundhedsassistent

**Job:** Behandlingspsykiatrien Søndersøparken, Viborg, Region Midtjylland

info@anniheiberg.dk

## Eksperten skriver

Fagbladet FOA samarbejder med en række eksperter, der skriver til bladet om faglige emner.

I dette nummer:

**Navn:** Bente Hangaard  
**Titel:** Sygeplejerske, proceskonsulent, master i læreprocesser og kursustilrettelægger og underviser på Efter- og Videreuddannelsesafdelingen, Århus Social- og Sundhedsskole.

**Mail:** bhj@adm.sosuaarhus.dk  
**Tlf.:** 25 16 38 05

## SE MULIGHEDERNE

Alle borgere har ret til den samme gode kvalitet i behandling og pleje. Se på det hele menneske – det unikke menneske – og vurder de specifikke sårbarheder og mestringsevner hos hver enkelt borger og patient. Det er sjældent for sent at arbejde forebyggende og sundhedsfremmende med en borger eller patient, så det bør være en integreret del af indsatsen. Se altid efter gode muligheder for at forbedre livskvaliteten hos den enkelte borger, det fremmer sundheden. Tænk gerne innovativt og brug de velfærdsteknologiske muligheder.



# Sådan sikrer vi kvalitet i psykiatrien

## KVALITETS-SIKRING

I det professionelle arbejde er hver eneste handling rettet mod et fagligt mål. Alle skal arbejde i den samme retning og følge de udstukne mål og retningslinjer. Her er den fælles evaluering af konkrete borgerforløb eller patientforløb vigtig. Den er også med til at skabe fremadrettet læring. Kontinuitet,

koordinering og vidensdeling er afgørende for at opnå et godt resultat.

Det er derfor vigtigt at have fælles procedurer, der sikrer, at der ikke sker alvorlige fejl – og sker der fejl,

er det meget vigtigt at lære af de opståede fejl.





## AJOURFØR VIDEN

Opgaverne i psykiatrien kan ofte være meget komplekse, så det er vigtigt, at alle medarbejders kompetencer er ajourførte, og at alle kompetencer kommer i brug.

- Hold dig løbende ajour med den nyeste viden om de forskellige relevante sygdomme, så du møder borgeren og patienten med opdateret viden, og patienten altid får den rigtige behandling.
- Vær opmærksom på, at mange mennesker har flere fysiske og

psykiske sygdomme samtidig, og at de forskellige sygdomme kan påvirke hinanden indbyrdes.

- Gør brug af den forskningsbaserede viden. Vi skal være sikre på, at det, vi tror, vi ved, også er

sandt. Hold øje med forskningens undersøgelser og resultater og brug resultaterne til udvikling af egen praksis. Faglig teori har til formål at kvalificere arbejdet i praksis, og generelle

teorier kan være med til at berige forståelsen for det arbejde, der foregår i praksis.

- Brug også teorierne i din faglige argumentation. I teorierne finder du belæg for dine påstande.



## tema psykiatri

Er du interesseret i at få et gratis print af opslaget, så send en mail til: [mlx@foa.dk](mailto:mlx@foa.dk) (skriv bladnummer)

**Riv ud og hæng op!**

## REFLEKSION

Tag helikopterperspektivet i de forskellige praksis-situationer. Vær opmærksom på, om der er noget, du har overset eller kunne gøre bedre. Lad altid dine private, personlige holdninger vige for faglige begrundelser. Den professionelle handling skal altid kunne begrundes fagligt. Det er vigtigt



- at turde udfordre traditionelle samarbejdsformer og arbejdsmetoder, da det kan skabe udvikling og merværdi på arbejdspladsen og for borgeren.

- ikke at være tilbageholdende med at 'tænke ud af boksen', hvis de traditionelle metoder ikke slår til. Blot vi sikrer os, at det er til borgerens bedste

- at diskutere indsatsen løbende og være åben over for nye idéer og muligheder i arbejdet. Det er vigtigt løbende at træne faglig refleksion.

I Esbjerg er der **hurtig hjælp** til borgere i akut psykisk krise. Fønix Akuttilbud er døgnåbent, og man kan gå ind uden visitation.

Af Birgit Søs Rasmussen ★ foto: Robert Attermann

# Stafet for de sårbare



## [cv]

**Navn:** Bettina Lund  
**Uddannelse:** Social- og sundhedsassistent  
**Job:** Social- og sundhedsassistent på Fønix Akuttilbud i Esbjerg Kommune

## Her og nu-hjælp

Fønix startede i januar 2010 som projekt med satspuljemidler fra Socialministeriet. Siden 2013 har Esbjerg Kommune finansieret tilbuddet. Målgruppen er psykisk sårbare voksne. Fønix har ca. 500 henvendelser om måneden.

**Kilde:** Esbjerg Kommune

## Rollemodel

Fønix Akuttilbud er rollemodel for kommuner, der ønsker at starte lignende tilbud. I alt 20 kommuner kan komme i betragtning til midler fra Socialministeriets 'Pulje til udbredelse af sociale akuttilbud til mennesker med en psykisk lidelse i egen bolig'.

**Kilde:** Esbjerg Kommune og Socialministeriet.

Kaffe på kanden, levende lys på bordet, en seng at sove i, og hyggeligt indrettede stuer med orkideer i vindueskarmene og bløde stole.

Sådan tager Fønix Akuttilbud, der er indrettet i en patriciervilla midt i Esbjerg, varmt imod borgere i krise. Huset er døgnbemandet, så der er altid mulighed for en snak om det, der gør ondt.

**Bettina Lund** er en af i alt 14 ansatte. Hun og to kolleger er uddannet social- og sundhedsassistenter, de øvrige trækker på en faglig ballast som socialrådgiver, socialpædagog og misbrugsvejleder. Alle er efteruddannet i narrativ samtaleterapi. De arbejder tværfagligt, og alle bidrager med hver deres spidskompetencer. Bettina Lund med NADA øreakupunktur, samtaler og håndtering af medicin.

"For nogle føles det grænseoverskridende at komme ind i huset. Så starter vi blødt med smalltalk, inden vi går videre med samtalen, hvor borgeren får sat ord på problemet. Det kan for eksempel være, at læsset er væltet for en borger, som ellers troede, at hun havde lagt traumatiske oplevelser bag sig, men som nu i forbindelse med en hændelse, er havnet i en svær krise," forklarer Bettina Lund.

## Stafetmodellen

Fønix arbejder efter stafetmodellen, så ingen slippes, før andre har taget over. Medarbejderne koordinerer hjælpen og kontakter relevante samarbejdspartnere som for eksempel jobcentret, lokalpsykiatrien eller Kraftcentret, hvis der er brug for en mere massiv og sammenhængende indsats. Kraftcentret er et kommunalt

tilbud, der støtter borgere med nedsat funktionsevne.

"Stafetmodellen gør, at vi har et godt samarbejde med såvel forvaltning som behandlingspsykiatrien," siger Bettina Lund.

Ikke alle henvendelser bliver til sager. For nogle er en enkelt samtale nok, andre har fred i sindet efter en overnatning eller to i rolige omgivelser, og andre giver udtryk for, at de finder ro med visheden om, at Fønix er der, hvis de skulle få brug for hjælp.

## Positiv respons

Medarbejderne kan kontaktes via sms, mail, telefon eller direkte fra gaden. Og behovet er stort, for Fønix får 500 henvendelser om måneden.

Ingen afvises i Fønix. Men somme tider kan borgerne for eksempel være psykotiske eller selvmordstruede, så de ansatte må henvise dem til psykiatrisk akutmodtagelse.

Borgerne kan henvende sig anonymt og uden registrering. Derfor er det svært at måle indsatsen. Flere har dog meldt positivt tilbage. Tina, 21-årig esbjergenser med skizofreni, siger, at medarbejderne har givet hende troen på, at hun faktisk godt kan, og at de vil hende, når hun vil sig selv allermindst.★

[biras@mail.tele.dk](mailto:biras@mail.tele.dk)

"Samtalen tager altid udgangspunkt i den enkeltes historie frem for en eventuel diagnose. De fleste har styrke at trække på," siger Bettina Lund.





En kåd borger gjorde den tidligere soldat ukampdygtig, men med FOAs hjælp blev Lene Havn tilkendt **fleksjob**.

# Mistroen er værst

## Vejen til fleksjob

**2009 Maj**

Lene Havn skubbes af en borger.

**November**

Arbejdsskadestyrelsen anerkender méngrad under 5 procent.

**2010 August**

FOA beder Arbejdsskadestyrelsen genoptage sagen om méngrad.

**2011 Januar**

Arbejdsskadestyrelsen anerkender méngrad på 12 procent.

**2012 Marts**

Arbejdsskadestyrelsen anerkender erhvervsevnetab på 20 procent og midlertidig skattepligtig erstatning på 3.290 kroner om måneden.

**December**

Lene mister sine sygedagpenge.

**2014 Maj**

Lene bevilges fleksjob.

**September**

Lene får arbejde på Fighter Wing Skrydstrup, 15 timer om ugen.

**November**

Afventer ny beregning for erhvervsevnetab.

Der lød et smæld, da omsorgsassistent **Lene Havn** landede på jorden en majdag i 2009. Det var lyden af to diskusprolapper og iturevne nervebaner i venstre hofte og lår. Lene ville hjælpe en ung mand op fra en bænk, da han pludselig kastede hende til siden.

“Jeg havde været soldat i 24 år, inden jeg blev omsorgsassistent på Autismecenter Syd i Aabenraa og Rødekro. Jeg var bomstærk, men jeg var ikke forberedt,” fortæller Lene Havn.

Og hun var slet ikke forberedt på det, der fulgte: Et maratonløb mellem behandlingssteder og mistænksomme sagsbehandlere. Dertil et liv, der var ændret for altid.

### Ydmygende forløb

Lene Havn er vant til at vise udholdenhed, og hun ville fortsætte med at arbejde. Hun prøvede at gå ned i tid. Fra 37 til 20 til 15 timer om ugen. Men smerterne overdøvede alle forsøg.

“Boenheden var et fantastisk sted med skønne mennesker, men jeg kunne ikke arbejde for smerter. Og Günter sagde, at det dumme, jeg havde gjort, var at gå frivilligt ned i tid,” siger Lene.

Når Lene Havn taler om miljøkonsulent Günter Clausen fra FOA Sønderjyl-

land, taler hun om et af de få lyspunkter i et ydmygende forløb.

“Jeg har haft mange sagsbehandlere og har følt mig meget mistænkeliggjort. Men jeg har heldigvis haft Günter med til møderne, og han har været fantastisk. Jeg har fået tilsendt store skriftlige afhandlinger, der var svære at overskue, og her

hjalp Günter også,” siger Lene.

### Vil arbejde igen

Lene Havn drømte om at arbejde igen. Hun kæmpede med arbejdsprøvninger på en campingplads, en kirkegård og på Fighter Wing Skrydstrup.

“Jeg følte mig presset, men jeg ville så gerne. Jeg tager maksimal dosis smertestillende medicin, men min lænd kramper, og efter en hård dag er det som en kniv, der skærer gennem hofte og lår,” siger Lene, der ofte må rejse sig fra bordet, fordi hun ikke kan sidde for smerter.

“På et tidspunkt såede jobcentret tvivl om mit engagement i arbejdsprøvningerne. De mente, min søns skoleudfordringer og min mands job var årsag til, at jeg ikke kunne klare arbejdsprøvningerne. Det var hårdt, og jeg blev vred. Jeg har altid arbejdet fuld tid og har aldrig været sygemeldt eller taget fri på grund af min søn eller min mand.”

**Jeg har følt mig meget mistænkeliggjort.**





### Fik fleksjob

Lene Havn var rystet over den mistro, kommunen mødte hende med og besluttede at sende en julehilsen til en politiker.

“Jeg ville fortælle, hvordan et sagsforløb kunne være. Politikeren gik til Jobcenter Haderslev, og jeg blev kaldt til møde og fik at vide, at jeg var ‘gået til pressen’. Men jeg har min ytringsfrihed, og pludselig var der dialog. En måned efter kontakten til politikeren var jeg bevilget fleksjob. Den dag græd min mand og jeg af glæde,” fortæller Lene Havn.

I dag arbejder Lene 15 timer om ugen på Fighter Wing Skrydstrup, og hun er lykkelig for sit arbejde som alternativ kryptokustode.

“Det er fantastisk! Nu har jeg en hverdag igen. Smerter er én ting, men mistro er en anden. Når man bliver mødt med mistro, mister man noget af troen på sig selv. Jeg har været presset fysisk og psykisk og havde givet op for længst, hvis ikke FOA havde været ved min side.”★

[mail@anniheiberg.dk](mailto:mail@anniheiberg.dk)

“Med fleksjob har jeg **fået en hverdag igen**. Og mistroen er væk. Det betyder rigtig meget for mig,” siger Lene Havn.

### [bag om ordet]

**Alternativ kryptokustode.** Som alternativ kryptokustode er Lene med til at forvalte Fighter Wing Skrydstrups kodematerialer, så kommunikationen er kontinuerlig og sikker.

## 7 gode råd

## Hvad er social kapital?



Jeg er lidt forvirret. Vi har haft en konsulent på besøg i den hjemmehjælpsgruppe, jeg arbejder i, da vi har samarbejdsproblemer i gruppen. Vi mener selv, det skyldes manglende ressourcer, men konsulenten siger, vi skal arbejde med social kapital. Hvad er det – og hvorfor?

[Den forvirrede]

### SVAR

Den sociale kapital på en arbejdsplads handler om de indbyrdes relationer på arbejdspladsen – mellem kolleger, mellem andre grupper på arbejdspladsen og forholdet til ledelsen. Det har vist sig, at den sociale kapital er af stor betydning for et godt psy-

kisk arbejdsmiljø og det at kunne udføre sit arbejde ordentligt. Det er jo, hvordan vi har det med hinanden for eksempel i en gruppe som jeres, der bestemmer hvor godt, vi behandler de syge og ældre, vi kommer ud til (kerneydelsen).

Hvis man har en høj social kapital på sin arbejdsplads, kan man se, at tre ting er opfyldt:

- en høj grad af indbyrdes tillid på hele arbejdspladsen
- en oplevelse af retfærdighed – at tingene går ordentligt til
- en evne til at samarbejde godt om arbejdet (kerneydelsen)

Man kan jo forestille sig, at konsulenten tænker, at hvis I har mere fokus på, hvordan I arbejder til gavn for de

syge og ældre, jo mere fælles vil I være om den måde, I definerer jeres kerneydelse på, og jo mere tilfredse vil I blive. Det er jo også gennem samarbejdet, at rammerne for at kunne tale om tillid og retfærdighed opstår. Og når I oplever mangel på ressourcer, er det jo meget vigtigt, at I er enige om, hvad I skal levere af kerneydelse for at opleve, at I bruger tiden rigtigt. Så det kan godt være en god idé at starte arbejdet med samarbejdsproblemer med at se på den sociale kapital.

Jeg vil lige minde om de 7 gode råd, Arbejdsmiljørådet giver i forhold til at arbejde med den sociale kapital:

- Giv tid til at arbejde med den sociale kapital.

- Klæd arbejdspladsen på til at tale om social kapital.
- Tal om hvad social kapital betyder for jer.
- Samarbejd om processen fra top til bund.
- Skab resultater gennem dialog.
- Arbejd systematisk og målrettet med tillid, retfærdighed og samarbejdsevne.
- Husk det handler om relationer og samarbejde.

Held og lykke med den videre proces.

[Pia Ryom]



Læs mere

Arbejdsmiljørådet, social kapital –  
[kortlink.dk/fap6](http://kortlink.dk/fap6)

## Kan jeg søge om orlov i et halvt år med understøttelse?



Jeg er født i 1955 og min mand er født i 48. Jeg glæder mig til pensionen eller måske efterløn, men får så nogle dumme tanker. Tænk, hvis vi ikke når det sammen, vi så gerne vil. Tænk så, om man kan søge et halvt års orlov med noget understøttelse? Så kan vi rejse, gøre noget af det, vi ser frem til, få lidt ro i sjælen til de sidste år på arbejdsmarkedet eller måske igefrem ønske sig flere år i arbejde. Er der noget at komme efter, eller er det selvbetalende?

[En dame i panikaleren]

### SVAR

Du kan godt søge et halvt års orlov for at rejse eller bare være hjemme sammen med familien. Du skriver ikke, hvad du arbejder med, men i FOAs overenskomster på det offentlige område er der adgang til at søge orlov uden løn, hvis det er foreneligt med arbejdet.

Det betyder, at din leder skal vurdere, om det hænger sammen for arbejdspladsen for eksempel at få en vikar ind i den periode, du søger orlov. Hvis du får orloven, betyder det, at du ingen løn får i den periode. Efter orlo-

ven vil du komme tilbage til den samme eller en tilsvarende stilling. Du må godt arbejde andre steder i sådan en orlovperiode.

Der er desværre ikke nogen ordninger, hvor du kan få løn eller anden indtægt under en orlov som denne, modsat for eksempel ved barselsorlov eller orlov for at passe syge eller handicappede familiemedlemmer.

Hvis du vil holde en længere periode fri med løn, kan du overveje at spare ferie op og eventuelt kombinere med seniordage, hvis du har ret til dem. Du kan også spørge din leder, om der

eventuelt kan planlægges anderledes i vagtplanerne, så du kan få frihedsperioder, der er lidt længere end normalt. Men det betyder jo, at du skal arbejde mere på andre tidspunkter. Du kan også søge om at gå på nedsat tid i en periode, hvis økonomien kan holde til det.

Jeg håber, at du og din mand finder en måde at nå alt det, I gerne vil både før og efter pensioneringen.

[Sidsel Boertmann Brüel]



## Bliver jeg ramt på pensionen?



Bliver skattnedslag modregnet i folkepensionen?

[Marija]

### SVAR

Er du født i 1946-1952 og i arbejde, kan du få et skattnedslag, hvis du opfylder en række betingelser til løn

og arbejdstid. Det står på din årsopgørelse, hvis du er berettiget. Skattnedslaget kan højst udgøre ca. 100.000 kr. Pengene fordeles mellem årsopgørelsen for årene, hvor du fylder 64 og 65 år. Du betaler indkomstskat af din folkepension, men ikke arbejdsmarkedsbidrag. Skattnedsla-

get vil derfor godt kunne påvirke din folkepension det år, hvor du er fyldt 65. For at få at vide, hvilken betydning det får for din økonomi, skal du tjekke din årsopgørelse på [www.skat.dk](http://www.skat.dk), eller du kan ringe til Skat på tlf. 72 22 18 18.

[Malene Haarder]

## Jeg elsker at knuse bolsjer



Er det sundt at knuse bolsjer med tænderne? Det hænder nemlig ofte, at vi sidder og spiser bolsjer – ren hygge. Men vi er begyndt at være bekymret for vores tænder (ikke hørelsen).

[Bodil]

### SVAR

Nej, det er ikke sundt at spise bolsjer i det hele taget. Sukkeret giver næring

til bakterier, der danner syrer, som giver huller i tænderne. Og sukkeret i sig selv bidrager med tomme kalorier, der kan sætte sig på sidebenene – uanset om de bliver tygget eller bare opløser sig selv. Når det er sagt, har de to 'metoder' hver deres fordel og ulemper. Når man knuser bolsjerne, kan det være hårdt for tænder og eventuelle plumper, men til gengæld forsvinder

sukkeret hurtigere væk fra munden. Det hjælper så ikke så meget, hvis I bare hurtigt spiser et nyt. Når man sutter bolsjerne bliver de liggende længe i munden, og bakterierne har god tid til at lave nye huller. Måske I kunne finde på noget andet at hygge jer med?

[Gitte Gross]

## Skal jeg bruge ferie på en brystoperation?



Jeg har sparet sammen til at få opereret mine bryster større. Jeg regner med at skulle til forundersøgelse, og der er også 14 dages sygemelding i forbindelse med operationen. Har jeg ret til løn, når jeg er syg, eller skal jeg bruge min ferie på det?

[Anonym]

### SVAR

En brystoperation, som kun er kosmetisk, er sygdom "pådraget ved for-sæt". Det betyder, at man kigger på, om sygdommen er selvforskyldt, eller om operationen skal afhjælpe et helbreds-mæssigt problem. Det kunne være tilfældet, hvis du skulle have rekonstrueret brystet

efter kræftsygdom. I så fald ville du have ret til løn under sygdom. Men hvis operationen kun foretages for at ændre udseendet, skal arbejdsgiver ikke betale løn under sygdom. Til gengæld kan du få sygedagpenge af kommunen på dine fraværsdage.

[Malene Haarder]

## Kan jeg blive fri for weekendarbejde?



Jeg bliver 58 år i maj 2015. Har jeg mulighed for at blive fritaget for weekendarbejde?

[Karen]

### SVAR

Hvis du arbejder på et område, som er døgndækket, for eksempel hospital eller hjemmeplejen, så kan du ikke

uden aftale blive fritaget for weekendarbejde, medmindre det fremgår af dit ansættelsesbrev, at du ikke er ansat til at arbejde i weekendene. Hvis du ikke ønsker at arbejde i weekenden på grund af helbred eller familiemæssige årsager, vil jeg anbefale, at du henvender dig til din tillidsrepræsentant eller lokalafdeling og

får hjælp til at indgå en aftale om fritagelse for weekendarbejde. Du skal dog være opmærksom på, at din arbejdsgiver ikke er forpligtiget til indgå en aftale med dig. Hvis du har brug for mere information, så er du meget velkommen til at kontakte din lokale afdeling.

[Lis Bjørnstad]

Denne gang får du svar fra



**Pia Köhler Ryom**  
arbejdspsykolog,  
Arbejdsmedicinsk  
Klinik i Aalborg



**Sidsel Boertmann Brühl**  
konsulent  
i FOA



**Gitte Gross**  
bromatolog,  
DTU



**Malene G. Haarder**  
konsulent  
i FOA



**Lis Bjørnstad**  
konsulent i FOA



I FOAs  
overenskomster  
på det offentlige  
område er der  
adgang til at søge  
orlov uden løn,  
hvis det er  
foreneligt med  
arbejdet.

SIDSEL BOERTMANN BRÜEL



E-mail:  
**brevkasse@foa.dk**

eller send et brev med  
posten:

**Fagbladet FOA**  
Staunings Plads 1-3  
1790 København V  
Mrk. **spørg løs**

**Du kan være anonym,**  
hvis du foretrækker det.  
Brevkasseredaktøren skal  
dog vide, hvem du er.

### Flere spørgsmål og svar

Vi har samlet alle de tidligere  
spørgsmål og svar på FOAs  
hjemmeside



[www.foa.dk/brevkasse](http://www.foa.dk/brevkasse)

# Flere nydanskere i FOA

Flertallet kommer fra ikke-vestlige lande, de er i 30'erne og søger især arbejde inden for **sosu og kost-service**.

Af Britta Lundqvist

Hver tiende af FOAs erhvervsaktive medlemmer er indvandrere eller efterkommere. Det viser en ny opgørelse, som bygger på oplysninger fra Danmarks Statistik og FOAs medlemsregister. De fleste stammer fra ikke-vestlige lande med Tyrkiet på førstepladsen.

Siden 2008 har der været en stigning på 30 procent i antallet af indvandrere og efterkommere fra ikke-vestlige lande, mens der er sket et fald i antallet af medlemmer fra Norge og Sverige.

De nydanske medlemmer er i næsten dobbelt så høj grad berørt af ledighed som medlemmer med dansk oprindelse. Og for tyrkiske medlemmer står det værst til. Blandt dem er næsten hver fjerde ledig.

I Social- og Sundhedsafdelingen i København har faglig chef **Troels Neiiendam** gjort op, at 43 procent af afdelingens ledige har etnisk baggrund.

“Det er et uvidenskabeligt tal, som bygger på ledige med udenlandske dobbeltnavne,” siger han.

“I starten af 2015 holder vi en temadag, hvor vi indbyder jobcentre, forskere, skoleledere og arbejdsgivere for at forstærke indsatsen for vores ledige med anden etnisk baggrund.”

## En fundamental forskel

Professor **Tine Rostgaard**, Aalborg Universitet, har forsket i ansatte med anden etnisk baggrund i omsorgssektoren.

“I dansk ældreomsorg er der fokus på rehabilitering, og medarbejderne skal have evne til at motivere og kommunikere til både de ældre og pårørende. For hvad er hjælp egentlig? Der kan være en fundamental forskel på, hvad medarbejdere med et andet indlejret kulturmønster anser som hjælp til ældre,” siger hun. ★

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)

**17**

procent af FOAs elevmedlemmer er indvandrere eller efterkommere.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014.

 **Læs mere**

[www.foa.dk/undersogelser](http://www.foa.dk/undersogelser)

## Indvandrere og efterkommere

**Indvandrere** er personer født i udlandet, hvor ingen af forældrene er danske statsborgere.

**Efterkommere** er personer født i Danmark. Ingen af forældrene er både danske statsborgere og født i Danmark.



# Her mød





Elever fra valgfaget Din krop og dit job. **Ingen af dem er født i Danmark.** De kommer fra Afghanistan, Bosnien, Cameroun, Canada, Congo, Cuba, Filippinerne, Indien, Letland, Makedonien, Nigeria, Polen, Senegal, Thailand og Tyrkiet. Holdet flankeres af lærerne Irene Raahauge (bagerst tv.) og Vibe Smilla Wested (bagerst th.)

# des hele verden

Elever fra **15 lande og fire kontinenter** er sammen på uddannelsen til social- og sundhedshjælper på SOSU C i Herlev.

Af Britta Lundqvist ★ foto: Jørgen True

Læs mere på næste side →





**Gruppearbejde** er en stor udfordring, synes flere af eleverne. Til faget Din krop og dit job har de gruppevis skullet planlægge øvelser, de skal instruere klassekammeraterne i. Det giver anledning til en del sjov undervejs.

## Her mødes hele verden

**Agnes Mati Njombua** slår løs på trommen, mens de andre hopper, løber og danser rundt. Det er valgfaget *Din krop og dit job*, eleverne på SOSU C i Herlev er i gang med. Gruppevis har de forberedt øvelser til holdet, og opgaven er, at hele kroppen skal bevæges med

musik til. Der er medrivende rytmer, sved på panden og masser af grin.

Eleverne startede på sosu-skolen i januar, og det er sidste dag, inden de skal ud i anden praktik.

De 30 elever kommer fra så godt som hele verden. Fire kontinenter og 15 lande er repræsenteret, på førstepladsen Tyrkiet, på andenpladsen Filippinerne og på tredjepladsen Thailand. Den sammen-

sætning svarer til fordelingen blandt FOAs medlemmer fra ikke-vestlige lande, dog med den lille forskel, at Thailand er på andenpladsen i FOA, men med kun få medlemmers forskel til Filippinerne.

### En måde at blive integreret

Fælles for eleverne er, at de ikke er født i Danmark, og at de er ved at tage den samme uddannelse. I øvrigt er der store forskelle. Nogle af ele-

verne har været i Danmark i få år, andre i flere, nogle er kommet hertil som familiesammenførte, både til etnisk danske mænd og til mænd med anden etnisk baggrund end dansk.

Mange begrundet valget af sosu-uddannelsen med mulighederne for at få arbejde og få en plads i samfundet.

“Jeg kom til Danmark for 3½ år siden, og jeg synes, uddannelsen er en god måde

**Daniel Ntabala Lonsa**, 35 år  
Kommer fra Congo, har været fire år i Danmark. Er gift med en landsmand og har to børn. Er tandlægeuddannet, men uddannelsen kan ikke godkendes i Danmark. Hans plan er at uddanne sig til tandklinikassistent efter sosu-hjælperuddannelsen.



**Shivani Singh**, 37 år  
Kom som 26-årig fra Indien og blev gift med en indisk mand i Danmark. Fik to børn og blev skilt for to år siden. Hun har tidligere arbejdet i forretning, men er skiftet til sosu-faget, fordi hun føler stor tilfredshed ved at give omsorg og hjælpe andre mennesker.



### Uraiporn Boranruan-grit, 34 år

Er gift med en dansker og har været her i fire år. Ingen børn. I Thailand arbejdede hun på fabrik. Hun er så glad for uddannelsen, at hun er usikker på, om hun vil fastholde sin oprindelige plan om at blive fodterapeut eller måske hellere fortsætte på sosu-assistentuddannelsen.







Yogaøvelserne er valgt af nogle af eleverne med **asiatisk baggrund**.

at blive integreret på,” siger **Mun Ntoh Kang**, der kommer fra Cameroun.

“Jeg har valgt sosu-uddannelsen, fordi jeg gerne vil arbejde med ældre mennesker. Og fordi det er vigtigt for mig at være aktiv i det danske samfund,” siger **Dona Salazar Petersen**, der kommer fra Filippinerne.

#### Mere uddannelse

For mange af eleverne rækker

drømmene om en uddannelse videre. En del vil gerne være social- og sundhedsassistenter, og ellers er det fag som fysioterapeut, fodterapeut, sygeplejerske, jordemor og tandklinikassistent, der er fremtidsmål.

“Jeg har en sundhedsuddannelse fra mit hjemland, og selvom det ikke er ligesom en jordemor på et hospital, har sosu-uddannelsen med mennesker at gøre. Forhåbentligt kan jeg i Danmark fortsætte uddannelsen til jordemor, men først er mit ønskejob at blive fastansat på et plejehjem,” siger **Mary Grace Sico Nielsen** fra Filippinerne.

#### Danskerne mangler kærlighed til ældre

Når eleverne beskriver, hvad

de oplever som den største forskel, er det – uanset hvor de kommer fra – ældres status i familien og i samfundet.

“I Filippinerne vokser vi op flere generationer sammen. Danskerne har så travlt med at tjene penge, så de mangler kærlighed til deres ældre,” fastslår **Richilda Obtinalla Kjærgaard**.

“I Congo har vi stor respekt for de ældre, vi må ikke afbryde, når de taler, og i familien spiser de først. Vi ville ikke sende ældre på plejehjem, men være der for dem,” siger **Daniel Ntaballa Lonsa**.

“Jeg oplever, at nogle af de ældre på plejehjem ikke får besøg af deres børn. Der er ikke den samme respekt for ældre som i Indien,” konstaterer **Shivani Singh**. ★

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)

#### Richilda Obtinalla Kjærgaard, 30 år

Fra Filippinerne, dansk gift og har tre børn. Har været fire år i Danmark. Er uddannet massør og håber at kunne bruge den uddannelse i kombination med sosu-faget. Uddannelsen til sosu-hjælper er ikke kun at “følge en plan, men fordi det passer til mit hjerte.”



#### Agnes Mati Njombua, 40 år

Fra Cameroun, hvor hun arbejdede som sekretær i et internationalt advokatfirma. Hun er blevet familiesammenført til Danmark og har tre sønner. Hun har uddannet sig i marketing, økonomi og projektstyring, mens hun har været her, og håber, hun engang kan bruge sin administrative baggrund i kombination med sosu-uddannelsen.



#### Hatidze Selmani, 32 år

Fra Makedonien, hvor hun er uddannet på Kunstakademiet. For syv år siden blev hun familiesammenført til Danmark, da hun blev forelsket i en mand, hvis forældre kom fra Makedonien til Danmark for 40 år siden. Hun har to børn. Hun har arbejdet som uddannet på et plejehjem og havde gode oplevelser med arbejdet med ældre. Derfor tager hun uddannelsen.



Det er vigtigt for mig at være aktiv i det danske samfund.

DONA SALAZAR PETERSEN FRA FILIPPINERNE

**Flest i 30'erne**

Andelen af indvandrere og efterkommere i FOA er størst i aldersgruppen 30-39 år.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014

 **Se video**

Ny i job  
[www.foa.dk/foatv](http://www.foa.dk/foatv)



# Jeg føler mig meget dansk

Emine Celik er født i Danmark, og i tredje forsøg blev hun **dansk statsborger**.

Af Britta Lundqvist ★ foto: Jørgen True

Forældrene er tyrkiske indvandrere, som kom til Danmark i 1980'erne for at arbejde på fabrik. Ud af en børneflokk på 11 var syv født i Tyrkiet, og fire blev født her i landet med **Emine Celik** som den første. Familien boede i Gislev på Fyn, og her gik Emine i folkeskole og tog 9. klasse.

“Efter skolen vidste jeg ikke, hvad jeg ville og lavede ikke rigtigt noget,” siger hun.

Senere gennemførte hun grundforløbet til tandklinik-assistentuddannelsen, men da hun ikke kunne få en praktikplads, kom hun ikke videre med en uddannelse.

## **Gift med en fra landsbyen**

Emine Celik var 11 år, da hun første gang besøgte familien i den tyrkiske landsby, forældrene kom fra. Og herfra stammer hendes mand, som

hun blev gift med i 2008.

“Det var ikke et tvangsægteskab, det er jeg selv meget imod,” understreger hun.

Som reglerne er i Danmark, kunne han ikke få opholdstilladelse, så i de første år måtte han rejse ud af landet hver tredje måned. Siden tog parret konsekvensen og flyttede med deres lille søn til Sverige. Her kan Emine's mand få svensk statsborgerskab, når





Vejen til **fast arbejde** var lang for Emine Celik, der er rengøringsassistent i en børnehave. Hun blev valgt til tillidsrepræsentant i sommer.

han har boet der i fem år, og derefter kan han som EU-borger flytte tilbage til Danmark.

### Dumpede til prøven

Selvom Emine Celik er født og opvokset i Danmark, var det alligevel svært at blive dansk statsborger.

“Jeg synes, indfødsretsprøven var svær, og jeg dumpede to gange. Først tredje gang bestod jeg. Men jeg føler mig meget dansk og føler mig hjemme her,” fastslår hun.

Dansk taler hun på arbejdspladsen, med sine søskende og med sønnen, og tyrkisk

med manden og forældrene. Og svensk ... “ja, det er svært, også for min søn, der både skal lære tyrkisk, dansk og svensk.”

### Nu også tillidsrepræsentant

Vejen til en plads på arbejdsmarkedet har ikke været nem. Efter sønnen blev født i 2011, og mens hun passede ham, arbejdede hun i nogle måneder som privat dagplejer. Siden lykkedes det at blive tilkalddevikar som rengøringsassistent i børnehaven Saxoly i Københavns Kommune.

“Det var svært for mig at få arbejde, så jeg blev meget glad,

da jeg blev fastansat for to år siden,” siger Emine Celik, som dagligt pendler mellem hjemmet i Malmø og arbejdspladsen på Vesterbro.

I sommer blev hun valgt til tillidsrepræsentant, og hun håber, hun både kan gøre noget for kollegerne på arbejdspladsen og være med til at udbrede kendskabet til, hvad en fagforening og akasse er blandt andre med anden etnisk baggrund.

“Det var først sidste år, jeg blev klar over, hvad en akasse er. Mange tror, en akasse også er en fagforening. Men mine forældre har været medlem af 3F, så jeg har hørt om fagforeninger,” smiler hun.

“Det er så nyt endnu, og jeg går på kursus som tillidsrepræsentant, så jeg har meget at lære om FOA, om løn og om alt det, en tillidsrepræsentant skal kunne.” ★

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)



Det var svært for mig at få arbejde, så jeg blev meget glad, da jeg blev fastansat for to år siden.

EMINE CELIK  
RENGØRINGSASSISTENT

**4**

procent af alle FOAs tillidsvalgte har anden oprindelse end dansk.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014

### Lidt flere tillidsvalgte

Der har været en lille stigning i andelen af tillidsvalgte fra ikke-vestlige lande siden 2008. Fra **1,7%** i 2008 til **2,2%** i 2014.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014

### KLS topper

Andelen af indvandrere og efterkommere er størst i de storkøbenhavnske afdelinger:

- FOA/KLS: **46%**
- PMF afdeling 4 (dækker Københavns Vestegn): **26%**
- FOA SOSU: **20%.**





I dagplejen hos Tava Abdulla er der **etnisk mangfoldighed** med palæstinensiske Riad (tv.), tyrkiske Nisa og danske Lærke. Der bliver både pyntet op til jul for hyggens skyld og holdt Ramadan.

# Tiden har ændret sig

Holdningen til udlændinge er blevet **mere negativ**, oplever Tava Abdulla, der følte sig godt modtaget, dengang hun som kurder fra Irak kom til Danmark.

Af Britta Lundqvist ★ foto: Niels Åge Skovbo

Børnene tumler glade omkring hos **Tava Abdulla** i Aarhus-bydelen Brabrand. Hun har været dagplejer i 14 år, og før det var hun pædagogmedhjælper, arbejdede i køkken, på café og pizzeria. Planerne om en uddannelse strandede, fordi hun ikke kunne få praktikplads, da hun efter HF-eksamen gerne ville være teknisk tegner.

“Jeg er meget glad for at være dagplejer, og jeg har nogle dejlige børn,” konstaterer hun om Riad og Souraya med palæstinensisk baggrund, den lille nye Nisa med tyrkiske forældre og danske Lærke. Dansk er fællessproget, men Riad og Souraya taler også arabisk sammen, og da de havde været på ferie, gik der lidt tid, inden de talte dansk igen.

## Farlig flugt fra Saddam Hussein

Tava Abdulla kom til Danmark som 12-årig. Hendes far var politisk aktiv og modstander af Saddam Hussein. Derfor blev familien nødt til at begive sig ud på en farefuld flugt med de seks børn, hvor Tava var den ældste.

“Jeg husker, vi blev smuglet gennem sneen i bjergene på vej ind i Tyrkiet. Vi skulle vente ved grænsen, til det blev mørkt. Det var forfærdeligt, og min far troede, vi skulle dø.”

Han havde hørt, at Danmark tog godt

imod flygtninge, og familien følte sig velkomne. Det var i slutningen af 1985.

## Sønnen afvist til praktikplads

Siden blev Tava Abdulla gift med en mand, hun mødte til en fest. Han er også kurder fra Irak, og de har tre sønner. Da den ældste på 21 gerne ville have en VVS-uddannelse og opsøgte en lokal virksomhed, fik han den negative holdning til indvandrere at mærke.

“Han taler godt dansk, men da de så, at han er indvandrer, blev han ikke lukket ind. Det er ikke alle unge indvandrere, der er kriminelle, men det rammer alle, at nogen er det,” siger Tava Abdulla.

“Jeg oplever, at tiden har ændret sig. Det er sværere at få arbejde, og de sidste 10 år er der kommet en mere negativ holdning til udlændinge. Men før man stempler andre mennesker, skal man kende dem,” opfordrer Tava Abdulla. ★

brlu@foa.dk



# Kurset var nøglen til job

Da Shahab Ahmed Mahmoud blev ledig, anbefalede fagforeningen ham at tage nogle kurser. Med **papir på de nye kvalifikationer**, har han fået job igen.

Af Britta Lundqvist ★ foto: Jørgen True

“Jeg fik jobbet,” stråler **Shahab Ahmed Mahmoud**, der dagen før interviewet med Fagbladet FOA var til jobsamtale på KVUC, Københavns Voksenuddannelsescenter. Han er ikke i tvivl om, hvad det var, der gjorde udslaget. Det var kursusbeviset Kvalitet i rengøringen, hvor han har lært om hygiejne, sikkerhed, rengøringskvalitet, rengøringsmidler og materialekendskab.

“Før troede jeg, at jo mere sæbe, jo mere rent, men nu har jeg lært en masse, også om hvad der skal bruges til de forskellige flader,” fastslår han.

Kurset bestod af otte AMU-kurser samt danskundervisning, og alle eleverne havde anden etnisk baggrund end dansk.

## Et job er et job

Shahab Ahmed Mahmoud kom til Danmark i 1985 fra Irak. Han havde studeret i Tyrkiet, men blev advaret af sin familie om at komme tilbage, da han ville blive indkaldt til militæret. Han havde en ven, der var taget til Danmark, og derfor blev det destinationen. I årenes løb har han arbejdet i køkkener og med rengøring og indimellem været ledig.

“Men jeg vil ikke bare gå til kommunen. Det er heller ikke noget for mig at være hjemme med sofa, fjernsyn og computere. Jeg vil arbejde, og et job er et job.”

Han oplever, at det er blevet sværere at få job end i 1990'erne, “men hvis en arbejdsgiver

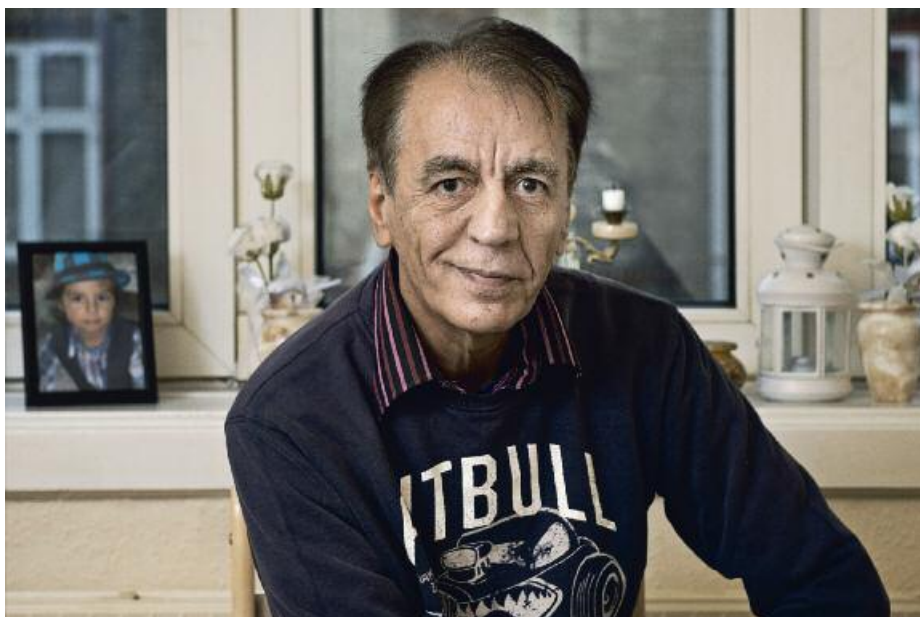
sidder over for en mand som mig på 58, uden uddannelse og med anden etnisk baggrund, så er det ikke på grund af det etniske, at man ikke har en chance. Derfor var kursusbeviset så afgørende, da jeg søgte job,” siger Shahab Ahmed Mahmoud.

## Vil ikke tilbage

I de første år i Danmark troede Shahab Ahmed Mahmoud ikke, at han ville blive her i landet, og efter Saddam Husseins fald i 2003 tog han tilbage.

“Jeg havde en billet til seks måneder, men jeg blev kun i syv dage. Jeg følte, det er i Danmark, jeg hører til.” ★

brlu@foa.dk



Shahab Ahmed Mahmoud har arbejdet med rengøring i mange år, men med kursusbeviset Kvalitet i rengøringen oplever han at have fået **et fagligt løft**, som gav ham mulighed for at få et nyt job efter en periode med ledighed.

# 36

procent af FOAs medlemmer i faggruppen rengøring er indvandrere og efterkommere.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014

## Højere ledighed

**21,4%** af indvandrere/efterkommere fra ikke-vestlige lande er berørt af ledighed. Det gælder **11,2%** af medlemmer med dansk oprindelse.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014

## A-kassen hitter

En større andel af FOAs medlemmer blandt indvandrere og efterkommere er medlem af FOAs A-kasse sammenlignet med FOA-medlemmer af dansk oprindelse.

**Kilde:** Indvandrere og efterkommere i FOA, 2014

## Har mistet dagpengere

Der er en klar overvægt af indvandrere og efterkommere fra ikke-vestlige lande, der har opbrugt dagpengere

**Kilde:** LO



Jeg havde en billet til seks måneder, men jeg blev kun i syv dage. Jeg følte, det er i Danmark, jeg hører til.

SHAHAB AHMED MAHMOUD  
RENGØRINGSASSISTENT



# Din tillidsrepræsentant er guld værd

“Jeg har fået flere fridage i julen, for min tillidsrepræsentant, Pernille, har forhandlet en ny helligdagsordning for os. Det er rigtig godt, at vi har en, der taler vores sag. Jeg er superglad for Pernille, for hun har en høj faglighed og er en god kollega og sparringspartner. Man er aldrig i tvivl om, at hun brænder for vores arbejdsplads.”

Social- og sundhedsassistent Helle Larsen [tv.] om sin tillidsrepræsentant Pernille Nygaard fra Plejecentret Ørtved i Ringsted Kommune.

Læs mere [www.foa.dk/trguld](http://www.foa.dk/trguld)

**FOA**



## 7 skridt

Har du lyst til at **tale dine kollegers sag**, så læs her.

# Hvis du vil være tillidsrepræsentant



Som tillidsrepræsentant er du kollegernes repræsentant, og din primære rolle er at være med til at sørge for gode og rolige arbejdsforhold på arbejdspladsen. Det gør du bl.a. ved at arbejde for at både FOAs overenskomst-mæssige aftaler samt lokalt indgåede aftaler bliver overholdt. Du er bindeleddet mellem arbejdspladsen og FOA.

### Mindst fem kolleger

Der skal være mindst fem kolleger på samme overenskomst på arbejdspladsen, før I har ret til at vælge en tillidsrepræsentant.

### Dit mandat

Som TR er du valgt som repræsentant for dine kolleger og har derfor mandat til at forhandle med ledelsen på deres vegne.

### Få mere at vide

På FOAs hjemmeside finder du en mere udførlig vejledning i, hvordan man vælger en tillidsrepræsentant.



[www.foa.dk/tillid](http://www.foa.dk/tillid)

- 1** Har du lyst til at gøre en forskel for dine kolleger og din arbejdsplads, så har du muligheden for at blive tillidsrepræsentant (TR).
- 2** Hvis der ikke i forvejen er en TR på din arbejdsplads, skal du kontakte din lokale FOA-afdeling for at finde ud af, hvordan der bliver valgt en TR, og om afdelingen følger en særlig valgprocedure.
- 3** Du/I skal orientere jeres ledelse om, at I gerne vil vælge en TR samt bede om lov til at afholde valg i arbejdstiden.
- 4** Indkaldelsen til valget skal ske mindst 14 dage i forvejen ved f.eks. at sætte en seddel op et sted, hvor alle kolleger mødes.
- 5** Når du er valgt, skal både din FOA-afdeling og din arbejdsgiver have besked.

- 6** Som nyvalgt TR vil du få tilbudt en uddannelse, der tager udgangspunkt i de opgaver, du skal løse.
- 7** En TR vælges normalt for to år ad gangen.



## Meldt ind i andet forsøg

Til januar er **Tim Henrik Christensen** færdiguddannet sosu-hjælper fra Sosu C i Brøndby. Da har han været medlem af FOAs A-kasse i et år.

“Det er vigtigt at være medlem, man føler sig mere sikker, hvis ikke man kan få arbejde, når man bliver færdig.”

Da Tim gik på skolens grundforløb, fortalte nogle repræsentanter fra FOA om FOA og a-kassen. “Jeg prøvede at melde mig ind, men der var nogle ting ved måden, man skulle udfylde papirerne på, som jeg ikke kunne finde ud af. Man skulle finde nogle informationer, som jeg ikke havde: Om hvor lang tid jeg regnede med, at uddannelsen varede, og hvad min grundløn ville være,” husker Tim. Han gav derfor op i første omgang.

“Da jeg så kom ind på hjælperuddannelsen, sagde min familie: Nu skal du altså se at få det gjort, Tim. Jeg har altid kunnet finde arbejde og har aldrig spekuleret på arbejdsløshed. I dag er min holdning: Hvad nu hvis?” ★

# 14 dage og fælden klapper

Som nyuddannet skal du straks melde dig ind i a-kassen, ellers kan du **glip af dagpenge** efter uddannelsen.

For at opnå ret til dagpenge ved arbejdsløshed skal man være medlem af en a-kasse i et år og arbejde i et vist antal timer. Som nyuddannet har du en hurtigere adgang, men kun hvis du melder dig ind i a-kassen senest 14 dage efter, at du afslutter uddannelsen. Forpasses fristen, går der mindst et år, inden du kan få ret til dagpenge.

“Fristen kan nemt glippe,” siger juridisk konsulent i FOAs A-kasse, **Mikkel Meldgaard Bloch**. “Det kan ske, hvis folk ikke ved, at fristen er så kort. Det kan også være, at de har arbejde umiddelbart efter uddannelsens afslutning og tænker: Hvorfor skal jeg bekymre mig om a-kasse?”

Det er nemt at melde sig ind på foa.dk. Klik på “Bliv medlem” og følg guiden.

“Når du melder dig ind, skal du oplyse datoen for begyndelse og afslutning af din uddannelse, så find dit uddannelsesbevis eller din uddannelsesaftale frem. Hvis du har arbejde efter uddannelsen, skal du også oplyse os om arbejdet og om, hvor mange timer du arbejder,” siger Mikkel.

Du kan ringe til a-kassen eller møde op i den lokale FOA-afdeling for hjælp til indmeldelsen. Slå din afdeling op på FOAs hjemmeside. ★



## Stine, Kasper og Sofie

Stine, Kasper og Sofie er alle gået i gang med en erhvervsuddannelse, der tager mindst 18 måneder at gennemføre. Men de tænker ikke lige meget på, hvilken betydning det har at melde sig ind i a-kassen i tide, hvis jobbet lader vente på sig, og de vil sikre sig retten til få dagpenge til dimittendsats.



Stine starter sin uddannelse.

Stine melder sig ind i a-kassen, **12 måneder før** uddannelsen slutter.

Stine er færdig med uddannelsen, og hun har ret til dagpenge, hvis hun ikke finder et job.

Frist



Kasper starter sin uddannelse.

Kasper er færdig med uddannelsen.

Kasper melder sig i a-kassen, **inden** der er gået 14 dage.

**En måned** efter, han blev færdig med uddannelsen, har Kasper ret til dagpenge, hvis han ikke finder et job.

Frist



Sofie starter sin uddannelse.

Sofie er færdig med uddannelsen.

Sofie melder sig i a-kassen **efter** der er gået 14 dage.

Sofie må vente **et år**, før hun har ret til dagpenge. Lad os håbe, hun hurtigt finder et job.

Frist



Det er nemt at melde sig ind på [www.foa.dk](http://www.foa.dk). Klik på "Bliv medlem" og følg guiden.

### Dimittendsatsen

Satsen udgør **82 %** af højeste dagpengesats. I 2014 er det 3.340 kr. om ugen.

### [bag om ordet]

I dagpengesystemet er **dimittendsatsen** den sats, som nyuddannede får, hvis de har taget en erhvervsmæssig uddannelse på mindst 18 måneder. At dimittere betyder at afslutte en uddannelse.

# 15

kroner om måneden. Så meget koster det at være medlem af FOAs A-kasse, hvis du er under 30 år og ikke har en indtægt ud over din elevløn. Hvis du er over 30 år eller har en indtægt ud over din elevløn, koster det 348 kr. om måneden, så længe din samlede indtægt er under 17.658 kr. om måneden.

### Tæller grundforløbet med?

Social- og sundhedshjælperuddannelsen omfatter et grundforløb og et hovedforløb. Hvis grundforløbet skal tælle med i de 18 måneder, der giver ret til dimittendsats, skal der både være en faglig og en tidsmæssig sammenhæng mellem grundforløb og hovedforløb. Ved tvivl, spørg din lokale a-kasse.



Har du et spørgsmål om din økonomi, du gerne vil have svar på? Så send dit spørgsmål til [brevkasse@foa.dk](mailto:brevkasse@foa.dk), og redaktionen vil kontakte en ekspert, der kan hjælpe dig med at få svar på dit spørgsmål.



kan du udfylde dit dagpenge- eller efterlønskort på [www.foa.dk](http://www.foa.dk). Se oversigt over alle datoer på [www.foa.dk/udbetalingsperioder](http://www.foa.dk/udbetalingsperioder).

## Først udbetaling efter jul

Hvis du udfylder og indsender dit dagpengekort, arbejdsmarkedsydelseskort eller efterlønskort senest mandag den 22. december, vil du tidligst få pengene udbetalt den 29. december. Der er altså ingen dagpenge til udbetaling før jul, men tidligst den 29., hvis kortet er indsendt rettidigt. Årsagen er bankernes åbningstider op til jul.

## Udfyld jobsøgnings-ske-maet på nettet

Du kan nu udfylde dit jobsøgnings-ske-maet elektronisk ligesom dit dagpengekort. Du finder jobsøgnings-ske-maet på [www.foa.dk/jobsoegningsskema](http://www.foa.dk/jobsoegningsskema), hvor du også kan læse en vejledning til ske-maet. Husk at sende det ind til os via [www.foa.dk](http://www.foa.dk), inden du skal til rådgivningssamtale.

## Nyt job?

Find dit nye job på FOA Job via [www.foa.dk/akassen](http://www.foa.dk/akassen)



Læs mere

På [www.foa.dk/a-kasse](http://www.foa.dk/a-kasse) kan du læse seneste nyt inden for a-kasseområdet.

## God jul!

Vi ønsker dig og din familie en rigtig god jul og et godt nytår og takker mange gange for medlemskabet af FOAs A-kasse.

# Hvis du bliver syg

Hvis du bliver syg efter den 4. januar 2015, og hvis er du fuldt ledig, skal du som noget nyt ikke længere have sygedagpenge under de første 2 ugers sygefravær. I stedet får du arbejdsløshedsdagpenge eller arbejdsmarkedsydelse, som du plejer.

Hvis din sygeperiode rækker ud over 2 uger, tager kommunen over og udbetaler sygedagpenge.

## Gøre som du plejer

Selve proceduren ved din

sygemelding ændres der ikke på. Du skal forsat melde dig syg på den første sygedag via 'Min side' på Jobnet.dk, og du skal oplyse om sygedagene på dit dagpengekort eller arbejdsmarkedsydelseskort.

## Supplerende dagpenge/ arbejdsmarkedsydelse

Hvis du bliver sygemeldt i en periode, hvor du modtager supplerende dagpenge eller supplerende arbejdsmarkedsydelse – enten som ansat på fast nedsat tid eller som

vikar/afløser – er du ikke omfattet af den nye ordning. Så vil du ligesom tidligere modtage 'supplerende sygedagpenge' fra kommunen fra 1. sygedag.★



Læs mere

om efterløn og selvstændig virksomhed på [www.foa.dk/efterloen](http://www.foa.dk/efterloen)

# Udbetalingsperioder i 2015

Udbetalingsperioder i 2015  
Her kan du se, hvilken dato du kan udfylde dit arbejdsmarkedsydelseskort, dagpenge- eller efterlønskort:

**18. januar** (uge 52-3)  
**15. februar** (uge 4-7)  
**22. marts** (uge 8-12)  
**19. april** (uge 13-16)  
**17. maj** (uge 17-20)  
**21. juni** (uge 21-25)

**19. juli** (uge 26-29)  
**23. august** (uge 30-34)  
**20. september** (uge 35-38)  
**18. oktober** (uge 39-42)  
**22. november** (uge 43-47)  
**20. december** (uge 48-51)

# ATP eller ej?

Som efterlønnere bestemmer du selv, om du vil indbetale til din ATP-konto, når du går på efterløn. Du betaler 1,68 kr. pr. time i ATP, og det vil sige 62 kr. til ATP for uger med fuld efterløn. Før du gik på efterløn, traf du valget, om du ville indbetale til ATP eller ej. Ønsker du at ændre dit valg,

skal du give skriftlig besked til din lokale a-kasse senest den 10. januar 2015. Valget vil få virkning fra den første udbetalingsperiode i kalenderåret, det vil sige fra og med uge 51/2014. Se et kort over alle lokale a-kasser på [www.foa.dk/afdelinger](http://www.foa.dk/afdelinger).

## [bag om ordet]

ATP står for **Arbejdsmarkedets Tillægspension** og er en ekstra pension, som giver dig lidt ekstra at leve for, når du går på folkepension.



Læs mere

[www.pensionforalle.dk](http://www.pensionforalle.dk)



FOAs hjemmeside holder altid åbent.  
Her kan du finde nyttig viden og få et hurtigt overblik  
over de fordele, du har som medlem af FOA.

Foto: Hedi Lundgaard



### Nye muligheder

Hvordan kan teknologi give dig og  
dine kolleger et bedre arbejdsmiljø?



*Bliv klogere*

[www.foa.dk/teknologi](http://www.foa.dk/teknologi)

Foto: Jørgen True



### Seniorpolitik

Hele arbejdspladsen har fordele af,  
at seniorerne kan fortsætte indtil  
pensionsalderen.



*Se hvorfor*

[www.foa.dk/seniorpolitik](http://www.foa.dk/seniorpolitik)



### OK15

Det er FOA, der forhandler din løn og  
overenskomst.



*Følg med*

[www.foa.dk/ok15](http://www.foa.dk/ok15)

Foto: Jørgen True



## Ulighed koster

Den voksende ulighed i Danmark koster både samfundet og  
den enkelte dyrt. Reformer har sat familiers privatøkonomi  
under pres, og forskellene er store, når det kommer til levealder,  
ældres livskvalitet og børns opvækstvilkår. På fda.dk kan du  
finde temaet "Ulighed koster" og møde mennesker, der mærker  
konsekvenserne af uligheden.

### Christina Helle Christen-

**sens** skulder er ødelagt  
efter en arbejdsskade og  
derudover lider hun af fi-  
bromyalgi. Flere arbejds-  
prøvninger har vist, at hun  
reelt ikke kan arbejde,  
men Køge Kommunes job-  
center vil alligevel tvinge  
hende i arbejde.



*Læs mere*

[www.foa.dk/ulighed](http://www.foa.dk/ulighed)

## Dengang i 1899

Historien om FOA går helt tilbage til 1899, da Københavns  
Kommunale Arbejderforbund og Københavns Tjenestepige  
Forening blev stiftet. Siden fandt de to sammen - og flere  
kom til.



*Læs mere*

[www.foa.dk/historie](http://www.foa.dk/historie)

# Læs Fagbladet FOA hver uge

Fagbladet FOA sender hver fredag et nyhedsbrev til alle de FOA-medlemmer, vi har mailadresse på.

Her får du nyt om løn og arbejdsforhold, faglig inspiration og meget andet.

Hvis du ikke allerede modtager nyhedsbrevet, kan det være fordi, vi ikke har din mailadresse.

Hvis du vil modtage nyhedsbrevet, så gå ind på [www.foa.dk/nyhedsbrev](http://www.foa.dk/nyhedsbrev) og følg vejledningen.

Du kan også blot scanne QR-koden herunder.

Du kan altid melde dig fra igen. Det gøres meget nemt via et link nederst i nyhedsbrevet.





FOAs medlemmer er en broget flok. Her fortæller **Julie Flemming Meulengracht** om sit job. Kan du gætte, hvad hun laver?

## Tålmodighed er en dyd på mit job



Mine vigtigste redskaber er min mobiltelefon og min cykel.



Når folk hører, hvad jeg laver, tror mange, at det er noget i stil med en ejendomsmægler.



På min arbejdsplads udfylder vi mange enkelttydelses-ansøgninger.



En dag var jeg på arbejde sammen med 10 chinchillaer, 8 ørkenrotter, 3 katte, 2 undulater, 2 kaniner og 1 papegøje.



I mit job er tålmodighed, vedholdenhed og stærke lægmuskler vigtige egenskaber.



Jeg taler mindst med 20-30 forskellige mennesker hver dag.



Hvad laver Julie?

**Kan hun være ...**

- Pædagogmedhjælper
- Miljøkontrollør
- Parkeringsvagt
- Boligrådgiver
- Pedel



Send svaret til **quiz@foa.dk** senest 6. januar. Så er du med i lodtrækningen om et gavekort til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

### Jan og de andre

- FOA har i alt 30 medlemmer, der er fodterapeuter.
- Uddannelsen til statsautoriseret fodterapeut tager 1½ år og kan tages i Randers eller København.

### [i sidste nummer]

## Jan Andersen er fodterapeut

**Kirsten Hasfeldt** fra Harekrogen i Skovlunde havde gættet, at Jan er fodterapeut. Hun blev den heldige vinder af et gavekort til Coop Danmark. Til lykke til **Kirsten**.



### [cv]

**Navn:** Jan Andersen  
**Job:** Uddannet fodterapeut og arbejder som underviser på fodterapeutuddannelsen på Tradium, Randers.  
**Medlem af FOA** siden 1999.

PCOS er den mest udbredte **hormonelle forstyrrelse** hos kvinder. Normal vægt, motion og sund kost hjælper på symptomerne.

## Skjult lidelse generer mange kvinder

Øget hårvækst, uregelmæssige menstruationer, overvægt og barnløshed – det er symptomer på PCOS.

“Nogle kvinder er meget påvirkede med tendens til tristhed og depression. Andre har næsten ingen symptomer,” fortæller **Solvejg L. Hansen**, ph.d.-studerende på et forskningsprojekt om PCOS og motion under

Copenhagen Women Study, Københavns Universitet. Målet er at finde ud af, hvorfor motion hjælper, hvordan man skal træne, og om PCOS-kvinder med normal vægt også oplever forbedringer med motion. “De kvinder, der har forhøjet mandligt kønshormon, er typisk mest ramt af dårlig insulinfølsomhed og overvægt. Motion

øger insulinfølsomheden og nedsætter risikoen for diabetes 2 og åreforkalkning. Kolesterol og fedt i blodet forbedres, og ved et vægttab forbedres muligheden for at blive gravid,” forklarer hun. PCOS er en skjult lidelse: Mange ved ikke, at de har det. ★

## Har du PCOS?

PCOS kan give tristhed og ringere livskvalitet, men du kan **selv gøre meget** for at mindske generne.



1

### Gå til lægen

Bed om at blive udredt for PCOS. Det indebærer en ultralydsscanning af æggestokkene og en blodprøve, hvor man måler niveauet af mandlige kønshormoner.



4

### Spis sundt

Følg de officielle kostråd om at spise varieret, spis fisk, fuldkorn og mange grøntsager og spis mindre salt og sukker.

2

### Dyrk motion

Træn mindst to gange om ugen med høj intensitet. Bland gerne træningen, så du både laver kredsløbstræning med høj puls og styrketræning. Vær moderat fysisk aktiv i mindst 30 minutter hver dag.



3

### Tab dig

Overvægt forværrer alle symptomer på PCOS. Derfor er et vægttab et stort skridt i den rigtige retning. Vægttab øger også fertiliteten.

5

### Søg behandling

- P-piller kan give mere regelmæssig menstruation og sænke det mandlige kønshormon.
- Fertilitetsbehandling øger chancen for at blive gravid.
- Metformin (tabletter) øger insulinfølsomheden og forebygger diabetes 2.



### Symptomer på PCOS

- Uregelmæssig menstruation
- Overvægt, æblefacon
- Øget maskulin hårvækst f.eks. i ansigtet, på arme, ben, brystet og neden for navlen
- Besvær med at blive gravid
- Uren hud.

Nogle oplever også træthed, søvnproblemer, hovedpine, hedsure, manglende mæthedssfølelse, humørsvingninger og sukkerafhængighed.

### [bag om ordet]

**PCOS** står for Poly Cystisk Ovarie Syndrom = unormalt mange ægblærer på æggestokkene-syndrom.

### Rammer hver 5.-7. kvinde

Mellem 14 og 20 % af alle kvinder i den fødedygtige alder har PCOS.



PCO-foreningen:  
[www.pcoinfo.dk](http://www.pcoinfo.dk)  
Copenhagen Women Study:  
[www.cws.ku.dk](http://www.cws.ku.dk)



# Tag med FOA til Folkemøde

Tag familien med til  
Bornholm 7.-14. juni



I 2015 er der igen Folkemøde i havnebyen Allinge på Bornholm. Og igen vil FOA være til stede med sit eget telt, hvor vi vil sørge for, at FOAs medlemmer kommer på dagsordenen.

Som medlem af FOA kan du opleve Folkemødet på nærmeste hold. Vi betaler lejen til Sandvig Familiecamping, du skal blot medbringe telt eller campingvogn. FOA betaler ligeledes broafgiften på Storebæltsbroen (inkl. campingvogn eller camp-let) Vi giver også et tilskud til familier, hvis udgiften til offentlig transport overstiger 515 kr.

**Læs mere og tilmeld dig på [www.foa.dk/camping](http://www.foa.dk/camping)**

# FOA

# Patientombuddet

## Patientombuddet søger sagkyndige som plejehjems-assistent, social- og sundhedsassistenter samt sygehjælper

Flere stillinger som sagkyndige som plejehjemsassistent, social- og sundhedsassistent samt sygehjælper er ledige til besættelse pr 1. januar 2015.

### Dine arbejdsopgaver

Du skal primært komme med en faglig vurdering i klagesager. Det drejer sig enten om klager over navngivne sundhedspersoner (disciplinærsager) eller klager over behandlingsforløb (patientombudssager). Du vil derved være med til at fastlægge normen for almindelig anerkendt faglig standard inden for dit fag.

I mere komplekse sager skal du hjælpe os med at opstille hændelsesforløb og specificere faglige problemstillinger. Herudover kan du blive bedt om at give generel rådgivning til Patientombuddet. Du skal være med til at sikre ensartet vurdering af sagerne. Herudover kan du blive bedt om at komme med input til læringsenhedens udmeldinger.

### Dine kvalifikationer

Du skal være uddannet plejehjemsassistent, autoriseret social- og sundhedsassistent eller uddannet sygehjælper. Du skal have et godt kendskab til hovedfunktionerne inden for dit fag.

### Løn- og ansættelsesvilkår

Du bliver aflønnet med det antal timer som du per sag bruger til at komme med udtalelser. Mange af Patientombuddets sagkyndige bruger mellem 4 til 12 timer om måneden på at være sagkyndig. Ansættelse og aflønning sker i henhold til de af Finansministeriet fastsatte løn og ansættelsesvilkår for sagkyndige konsulenter i Sundhedsvæsenets Patientklagenævn.

Ansættelsesperioden er 5 år. Stillingerne ønskes besat 1. januar 2015 eller snarest derefter.

### Ansættelsessted

Sagsbehandlingen i Patientombuddet er elektronisk. Derfor sender vi sagerne til dig på mail. Kort efter din ansættelse vil du blive introduceret til vores elektroniske sagsbehandlingssystem og arbejdet som sagkyndig ved Patientombuddet.

### Yderligere oplysninger

Du er velkommen til at høre mere om jobbet ved at ringe til kontorchef, overlæge Torben Hørslev på telefon 7228 6660 eller skriv på mail: [torh@patientombuddet.dk](mailto:torh@patientombuddet.dk)

### Ansøgning og ansøgningsfrist

Vi skal modtage din online ansøgning senest fredag den 10. januar 2015.

Du ansøger via vores hjemmeside [www.patientombuddet.dk](http://www.patientombuddet.dk)

Under fanen "om os" - finder du ledige stillinger - det er her du skal sende din ansøgning.

Fagbladet FOA  
ønsker dig og  
din familie en  
glædelig jul og  
et godt nytår.



Næste nummer  
udkommer  
den 29. januar  
2015

## OVERTRÆKSBUKSER MED FOD

Det lille barn uden sko kan nu komme op af barnevognen og ned på det dugvåde græs eller i sandet og lege.



Bukserne er vand- og vindafvisende og åndbare. Perfekte i al slags vejr, året rundt!

[www.vogelein.dk](http://www.vogelein.dk)



## Spar penge i FOA Bogshop

Få op til **25 % i rabat** når du køber lærebøger til din social- og sundhedsuddannelse eller din uddannelse til pædagogisk assistent.

[www.foabogshop.dk](http://www.foabogshop.dk)



Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen**.  
I denne måned handler det om grønkål, som er en af vinterens bedste grøntsager.

## Månedens råvare: Grønkål

Frisk grønkål på stok pryder grønthandlerne i denne tid. Smagen er markant og lidt skarp. Grønkål er blevet spist i mange tusinde år og var før i tiden den vigtigste friske grøntsag i det nordlige Europa. Herhjemme er grønkål mest kendt som søbekål i supper og grønlangkål i tyk stuvning, og det passer godt til sprængt svinekød, hamburgerryg og kålpølser.

Frisk grønkål smager godt fint snittet i salater med f.eks. hvidløgs-citrondressinger eller blandet med andre grøntsager som gulerod og persillerod, frugter som æble og appelsin og rosiner eller nødder. Stokke og grove ribber skal skæres væk. Hvis grønkålen bliver blød og slatten, så skær et snit i stilken og sæt den i iskoldt vand i en balje. Efter nogle timer rejser den sig.

### Grønkålsfad med kartofler, hvidløg og fløde

#### Til 4 personer:

- 4-5 friske blade grønkål, ca. 200 g
- 750 g kartofler
- 1 løg
- 3 fed hvidløg
- 25 g smør
- salt og friskkværnet peber
- 3-4 dl piskefløde
- 1 citron
- Tilbehør: Rugbrød eller andet groft brød
- Tænd ovnen på 175 grader.

- Skyl grønkålen fri for jord. Skær grove ribber fra. Hak grønkålen fint.
- Skrub eller skræl kartoflerne. Skær dem i tynde skiver på 1-2 mm.
- Pil løget og skær det i tynde ringe. Pil og knus hvidløg.
- Smelt smør i en rummelig gryde. Steg løgringene klare under omrøring. Krydr med hvidløg, salt og peber.
- Tilsæt kartofler med fløde og bring gryden i kog ved svag varme. Kog ca. 5 min. og rør

over hele grydens bund med en spatel.

- Riv citronskal evt. med et juliennejern i en skål og sæt til side. Pres citronsaft og tilsæt det til retten med hakket grønkål.
- Hæld kartoffel-grønkålsblandingen i et ovnfast fad. Bag retten i ca. 35 min. i ovnen, til kartoflerne er helt møre. Drys med citronskal og servér med groft brød. Retten kan også være tilbehør til f.eks. torsk, laks, svinekød og røget skinke.



## mad med klinken



#### Katrine Klinken

er faglært kok og ernærings- og husholdningsøkonom og arbejder som madskribent for flere magasiner. Hun har skrevet en stribe kogebøger for børn og voksne.



Foto: Colourbox

#### Frys straks resterne

Varmerester skal enten spises eller sættes i køleskabet inden for 3 timer. Større portioner kan deles for at kunne køle hurtigere ned. Frys resterne i passende portioner med det samme, hvis der er så meget f.eks. flæsketeg eller anden julemad til overs, at det ikke kan spises de næste dage.



Foto: Colourbox

#### Prøv en mild saltning

Gourmetsaltning er en mild saltning, der giver både kød og fisk mere smag og gør det mere saftigt. Salt den rå steg et døgn før tilberedning og lad den stå i køleskab. Drys kødet med 3-7 g salt pr. kg kød. Fisk i filet behøver kun saltes nogle timer.

# Så meget koster det at være medlem af FOA

Mange FOA-medlemmer vil næste år have omkring 100 kroner mere til rådighed, fordi **fradraget** for det faglige kontingent bliver fordoblet.

## Kontingentsatser 2015

| Medlemstype                                                                                                | Forbund bidrag | A-kasse bidrag | Efterløn bidrag |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|-----------------|
| Fuldtid                                                                                                    | *162,50        | 464,00         | 482,00          |
| Deltid                                                                                                     | *142,00        | 351,00         | 321,00          |
| Deltid under 15 timer pr. uge, kun forbund                                                                 | * 77,00        |                |                 |
| FOA-udd. grundforløb på SU, kun forbund                                                                    | 0,00           |                |                 |
| FOA-elev, ej dim.udd. med elevløn                                                                          | 67,00          | 352,00         | 482,00          |
| FOA-elev med jobplan eller samlet indtægt over maks. dagpenge                                              | 152,50         | 464,00         | 482,00          |
| FOA-elev dim.udd.under 30 år, elevløn                                                                      | 67,00          | 15,00          | 482,00          |
| FOA-elev dim.udd.under 30 år, vokselevløn                                                                  | 152,50         | 127,00         | 482,00          |
| FOA-elev dim.udd. fyldt 30 år elevløn, skal betale efterlønsbidrag                                         | 67,00          | 15,00          | 482,00          |
| FOA-elev dim.udd. fyldt 30 år vokselevløn, skal betale efterlønsbidrag                                     | 152,50         | 127,00         | 482,00          |
| I ikke dim.udd. udenfor FOAs område (med hvilende fagligt medlemskab)                                      | 0,00           | 464,00         | 482,00          |
| I dim.udd. udenfor FOAs område, under 30 år                                                                | 152,50         | 127,00         | 482,00          |
| I dim.udd. udenfor FOAs område, fyldt 30 år betaler efterlønsbidrag                                        | 52,50          | 127,00         | 482,00          |
| I dim.udd. udenfor FOAs faglige område, fyldt 30 år uden efterlønsbidrag (med hvilende fagligt medlemskab) | 0,00           | 464,00         |                 |
| Ung i huset                                                                                                | *77,00         | 464,00         | 482,00          |
| Au-pair                                                                                                    | 25,00          | 464,00         | 482,00          |
| Unge under 25 år ½ dagpengesats fuldtid                                                                    | *77,00         | 257,00         | 482,00          |
| Unge under 25 år ½ dagpengesats deltid                                                                     | *77,00         | 214,00         | 321,00          |
| Efterløn fuldtid                                                                                           | 152,50         | 458,00         |                 |
| Efterløn deltid                                                                                            | 132,00         | 347,00         |                 |
| Førtidspensionist                                                                                          | 16,00          |                |                 |
| Folkepensionist                                                                                            | **8,00         |                |                 |

\* inklusiv 10 kr. til strejkefonden

\*\* er ikke omfattet af kollektiv gruppe-livsforsikring.



Se alle kontingentsatserne – herunder også kontingentet til din lokalafdeling – på [www.foa.dk/kontingent](http://www.foa.dk/kontingent)

Af Henning Brok

Forbunds-kontingentet er uændret i 2015. A-kasse og efterløn bliver lidt dyrere med henholdsvis 8 og 7 kroner om måneden. Til gengæld kan du trække mere fra i skat end i 2014.

Som følge af finanslovsaftalen for 2015, som regeringen har indgået med Enhedslisten og SF, bliver fradraget for faglige kontingenter nemlig hævet fra 3.000 til 6.000 kroner om året. De hidtil gældende regler giver kun mulighed for at fradrage for de første 3.000 kroners kontingent om året. A-kasse og efterløn er fortsat fuldt fradragsberettiget.

Det betyder i praksis, at alle medlemmer af FOA vil få fuld fradragsret på deres kontingent. For mange vil det betyde, at de har omkring 100 kroner mere til rådighed om måneden.

Der kan dog være forskel i, hvor meget FOA-medlemmerne får i fradrag. Beløbet kommer an på lokalafdelingens kontingent og medlemmernes individuelle skatteforhold. ★

[hebr@foa.dk](mailto:hebr@foa.dk)

Henning Brok er personale- og økonomichef i FOA



# det sker

## Frederikshavn

### Seniorerne

**Tirsdag** 13. jan. kl. 14: Bankospil. Pris 50 kr. inkl. kaffe/te + 3 plader. Tilmelding senest 6. jan.  
**Tirsdag** 10. febr. kl. 14: Formanden for ældrerådet, Hanne Andersen, kommer og fortæller om ældrerådets arbejde. Tilmelding senest 3. febr. Pris 25 kr. inkl. kaffe/the og brød.

## Frederikssund

### Seniorklubben

**Onsdag** 28. jan. kl. 13.30: Kom og mød sygeplejerske og forfatter Lotte Hammer.  
**Onsdag** 18. febr. kl. 13.30: Kom og hør Lars Rønnow Larsen fortælle om sin tur til Dublin med Havhingsten.

## Guldborgsund

### Social- og Sundhedssektoren

**Torsdag** 9. febr. 2015 kl. 17: Generalforsamling på Kikko bar, Lindholm-centret Vendsysselvej 9, Nykøbing F. Dagsorden iflg. lovene. Forslag til formandsposten skal være sektoren i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen via [guldborgsund@foa.dk](mailto:guldborgsund@foa.dk).

Indkomne forslag 8 dage før generalforsamlingen. Sektoren er vært med en bid brød efter generalforsamling. Tilmelding senest 12. febr. på [guldborgsund@foa.dk](mailto:guldborgsund@foa.dk) eller på 46 97 17 50.

## Holbæk

### Afdelingen

**Torsdag** 5. febr. kl. 19: Generalforsamling på Stenhusvej 35, Holbæk. Dagsorden iflg. lovene er på [www.foa.dk/holbaek](http://www.foa.dk/holbaek) 4 uger før generalforsamlingen. Man kan også få dagsorden udlånt i afdelingen. Forslag, herunder forslag til valg, skal være afdelingen skriftligt i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen.  
**Lørdag** 28. febr. kl. 10: Såfremt generalforsamlingen 5. febr. godkender en kommende fusion, varsles hermed samtidig FOA Holbæks ekstraordinære generalforsamling på Ankerhus, Slagelsevej 70-74, Sorø. Dagsorden er at finde på [www.foa.dk/holbaek](http://www.foa.dk/holbaek) 4 uger før generalforsamlingen. Man kan også få dagsorden udlånt i afdelingen. Forslag, der ønskes

behandlet på generalforsamlingen, herunder forslag til valg, skal være afdelingen skriftligt i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen.

## Holstebro

### Teknik- og Service-sektoren

**Torsdag** 5. febr. kl. 19.30: Generalforsamling i afdelingens lokaler, Magnus Kjærs Gade 6-8, Holstebro. Spisning kl. 18-19.30 med tilmelding senest 29. jan. til afdelingen på 46 97 14 14 eller via aktivitetskalenderen på [www.foa.dk/holstebro](http://www.foa.dk/holstebro). Dagsorden iflg. lovene. Beretningen kan hentes i afdelingen 14 dage før. Indkomne forslag skal skriftligt være afdelingen i hænde senest 4 uger før. Der ydes ikke kørselsgodtgørelse eller daglønstab.  
**Social- og Sundhedssektoren**  
**Tirsdag** 17. marts kl. 18: Generalforsamling på UCH Holstebro, Døesvej 76, Holstebro. Spisning kl. 17-18 med tilmelding senest 9. marts på 46 97 14 14 eller via aktivitetskalenderen på

[www.foa.dk/holstebro](http://www.foa.dk/holstebro). Dagsorden iflg. lovene. Beretningen kan hentes i afdelingen 14 dage før. Indkomne forslag skal skriftligt være afdelingen i hænde senest 4 uger før. Der ydes ikke kørselsgodtgørelse eller daglønstab.

### Pædagogisk Sektor

**Torsdag** 26. marts kl. 19: Generalforsamling i Businesspark Struer, Fælledvej 17, Struer. Spisning kl. 17.45-18.45 med tilmelding senest 19. marts på 46 97 14 14 eller via aktivitetskalenderen på [www.foa.dk/holstebro](http://www.foa.dk/holstebro). Dagsorden iflg. lovene. Beretningen kan hentes i afdelingen 14 dage før. Indkomne forslag skal skriftligt være afdelingen i hænde senest 4 uger før. Der ydes ikke kørselsgodtgørelse eller daglønstab.

### Senior

**Torsdag** 15. jan. kl. 14: Bowling. Egenbetaling for kaffe og kage 50 kr. Sko lejer hver især. Vi mødes derude. Tilmelding til bestyrelsen senest 8. jan.  
**Torsdag** 29. jan. kl. 14: Banko og kontingentbetaling 150 kr. for med-

lemmer og 200 kr. for støtte medlemmer.

**Torsdag** 19. febr. kl. 14: Foredrag ved Peter Kvist Jørgensen, forbundssekretær i FOA.

## Horsens

### Afdelingen

**Mandag** 23. marts: Generalforsamling på Scandic Bygholm Park, Horsens. Læs mere i generalforsamlingsbladet, som udkommer sidst i januar.

## Køge

### Afdelingen

**Onsdag** 11. febr. kl. 19: Generalforsamling i Teaterbygningen, Bag Haverne, Køge. Dagsorden iflg. lovene – se på [www.foa.dk/koege](http://www.foa.dk/koege). Forslag skal være afdelingen skriftligt i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen. Forslag fra afdelingsbestyrelsen til godkendelse: Fusion mellem FOA Køge, FOA Roskilde, FOA Holbæk, FOA Midtsjælland og FOA Nordvestsjælland. Forslaget findes 14 dage før generalforsamlingen på [www.foa.dk/koege](http://www.foa.dk/koege) eller kan afhentes i afdelingen. Afdelingsbe-

retning afhentes i afdelingen 14 dage før generalforsamlingen og regnskab kan afhentes 8 dage før. Spisning kl. 18 med tilmelding senest 5. febr.

**Lørdag** 28. febr. kl. 10-14: Såfremt generalforsamlingen 11. febr. godkender en kommende fusion varsles hermed samtidig ekstraordinær generalforsamling på Ankerhus, Slagelsevej 70-74, Sorø. Dagsorden er at finde 4 uger før generalforsamlingen på [www.foa.dk/koege](http://www.foa.dk/koege). Der er fælles bustransport fra FOA Køge – se mere på [www.foa.dk/koege](http://www.foa.dk/koege). Tilmelding til frokosten nødvendig senest 13. febr.

## Midtsjælland

### Afdelingen

**Lørdag** 27. dec. kl. 14-17: Julefest med nissebanden for hele familien. Børn u. 12 år gratis, børn o. 12 år, medlemmer og ledsagere 75 kr. pr. person. Tilmelding til afdelingen på 46 97 19 70.  
**Torsdag** 29. jan. kl. 19: Det gode liv ved Søren Dahl, vært på radiopro-



### Calcium Ultra Forte + EXTRA D3 vitamin

## Effektiv styrkelse af dine knogler

**Calcium-Citrat-Malat styrker effektivt dine knogler, og har op til 35%\* bedre biotilgængelighed end Calcium-Carbonat.**

- ✓ Ikke betinget af tilstedeværelse af mavesyre
- ✓ Ingen kendte bivirkninger
- ✓ Ingen stive fingre og led
- ✓ Nedbryder ikke jern fra fødekæden

### Anbefales af førende specialister.

Fås på førende apoteker samt helsekostforretninger eller via [www.camette.dk](http://www.camette.dk)

Markedsføres af: Camette A/S, Lillebæltsvej 47, 6715 Esbjerg N, Telefon: 75 47 05 55 E-mail: [camette@camette](mailto:camette@camette)

\*Kilde: Smith KT, Heaney RP, Flora L, Hinder SM. Calcium absorption from calcium citrate-malate. *Calcif Tissue Int.* 1987; 41:3512



# det sker

grammet Café Hack. Gratis for medlemmer og 100 kr. for ledsager. Tilmelding og betaling til afdelingen på 46 97 19 70 senest 23. jan.

## **Social- og Sundhedssektoren**

**Mandag** 12. jan. kl. 19: Generalforsamling i FOA, Japanvej 2, Slagelse. Dagsorden iflg. lovene. Indskrivning og spisning fra kl. 18 – tilmelding til spisning senest 8. jan. på 46 97 19 70 eller via [www.foa.dk/midtsjaelland](http://www.foa.dk/midtsjaelland)

## **Teknik- og Service-sektoren**

**Onsdag** 28. jan. kl. 18.30: Generalforsamling i FOA, Japanvej 2, Slagelse. Dagsorden iflg. lovene. Indskrivning og spisning fra kl. 17.30 – tilmelding til spisning senest 24. jan. på 46 97 19 70 eller via [www.foa.dk/midtsjaelland](http://www.foa.dk/midtsjaelland)

## **Kost- og Servicesektoren**

**Torsdag** 29. jan. kl. 18.30: Generalforsamling i FOA, Japanvej 2, Slagelse. Dagsorden iflg. lovene. Indskrivning og spisning fra kl. 17.30 – tilmelding til spisning senest 25. jan. på 46 97 19 70 eller via [www.foa.dk/midtsjaelland](http://www.foa.dk/midtsjaelland)

## **Pædagogisk Sektor**

**Torsdag** 5. feb. kl.

18.30: Generalforsamling i FOA, Japanvej 2, Slagelse. Dagsorden iflg. lovene. Indskrivning og spisning fra kl. 17.30 – tilmelding til spisning senest 1. feb. på 46 97 19 70 eller via [www.foa.dk/midtsjaelland](http://www.foa.dk/midtsjaelland)

## **Afdelingen**

**Lørdag** 28. feb. kl. 10: Ekstraordinær generalforsamling på Ankerhus i Sorø med henblik på beslutning om sammenlægning af 5 FOA-afdelinger på Sjælland (FOA Midtsjælland, FOA Nordvestsjælland, FOA Køge, FOA Roskilde og FOA Holbæk) med virkning fra 1. jan. 2016. Umiddelbart efter generalforsamlingen 28. febr. afholdes stiftende generalforsamling for den nye FOA-afdeling. Dagsordenerne kan fra starten af jan. ses på [www.foa.dk/midtsjaelland](http://www.foa.dk/midtsjaelland), hvor fusionsgrundlaget også findes. Lukkedage: Alle helligdage. Hverdagene mellem jul og nytår er Ringsted-kontoret lukket, mens der holdes åbent i begrænset omfang på Slagelse-kontoret. Kig på [www.foa.dk/midtsjaelland](http://www.foa.dk/midtsjaelland) og læs mere om de enkelte aktiviteter. Tilføj eller ret din mail-

adresse på [www.foa.dk/persondata](http://www.foa.dk/persondata), hvorefter du vil modtage afdelingens nyhedsbreve.

## **Efterløns- og seniorklubben Slagelse**

**Mandag** 5. jan. kl. 13: Opstart af bowling i Superbowl, Bredegade 50, Slagelse.

**Onsdag** 11. feb. kl. 14: Musikalsk foredrag med Jeannet Ulrikkeholm.

**Onsdag** 25. marts kl. 16: Generalforsamling med dagsorden iflg. lovene efterfulgt af bankospil og spisning af medbragt mad

## **Efterløns- og seniorklubben Ringsted**

**Torsdag** 8. jan. kl. 14: Flugten fra nazisterne v. Hans Peter Tams.

**Torsdag** 5. feb. kl. 14: Folketidende og Ringsted Bibliotek v. Else Knakkegaard.

**Torsdag** 5. marts kl. 14: Et liv som brandmand i Ringsted v. Søren "Brandmand".

## **Nordvestsjælland Afdelingen**

**Lørdag** 28. febr.: Ekstraordinær generalforsamling på Ankerhus i Sorø med henblik på beslutning om sammenlægning af 5 FOA-afdelinger på Sjælland med virkning fra 1. jan. 2016.

Umiddelbart efter generalforsamlingen 28. febr. afholdes stiftende generalforsamling for den nye FOA-afdeling. Dagsordenerne kan fra starten af jan. ses på [www.foa.dk/nordvestsjælland](http://www.foa.dk/nordvestsjælland), hvor fusionsgrundlaget også findes. Der vil blive arrangeret bustransport.

## **Odense**

### **Seniorklub**

**Tirsdag** 6. jan. kl. 10-12: Nytårskur med underholdning på Vesterbro 120, Odense.

**Tirsdag** 13. jan. kl. 13.30-16: Banko i 3F-lokaler, Vestergade, Nyborg. Alle ønskes en god jul samt på gensyn i det nye år.

## **Randers**

### **Social- og Sundhedssektoren**

**Tirsdag** 17. marts: Årsmøde i Medlemshuset. Foreløbig dagsorden kan ifølge vedtægterne ses på [www.foa.dk/randers](http://www.foa.dk/randers) 8 uger før årsmødet afholdelse.

### **Pædagogisk Sektor**

**Onsdag** 18. marts: Årsmøde i Medlemshuset. Foreløbig dagsorden kan ifølge vedtægterne ses på [www.foa.dk/randers](http://www.foa.dk/randers) 8 uger før årsmødet afholdelse.

## **Roskilde Afdelingen**

**Torsdag** 12. febr. og lørdag 28. febr.: Ekstraordinære generalforsamlinger med henblik på beslutning om sammenlægning af 5 FOA-afdelinger på Sjælland. Umiddelbart efter generalforsamlingen 28. febr. afholdes stiftende generalforsamling for den nye FOA-afdeling. Dagsordenerne kan ses på afdelingens hjemmeside fra udgangen af december [www.foa-roskilde.dk](http://www.foa-roskilde.dk)

## **Silkeborg-Skanderborg**

### **Afdelingen**

**Uge 52/14 og uge 1/15:** Kontoret i Skanderborg holder lukket.

### **Seniorklubben**

**Torsdag** 8. jan. kl. 12: Nytårskur i FOA Huset. Deltagerpris: medlemmer 150 kr., gæster 200 kr. Tilmelding på 46 97 20 20 senest 8 dage før.

## **Skive**

### **Seniorklubben**

**Torsdag** 15. jan. kl. 14: holder banko i FOAs mødelokale, Jægervej 12, Skive. Pris 50 kr. inkl. 3 plader samt kaffe m. brød. Derudover kan der

Husk

Du kan få mere information om arrangementerne på din lokale FOA-afdelings hjemmeside.



Find det her

Gå til [www.foa.dk](http://www.foa.dk) og find din afdeling under fanebladet **afdelinger**.

købes 3 plader for 10 kr. Tilmelding senest 5. jan.

## **Sydfyn**

### **Afdelingen**

**Onsdag** 18. marts: Generalforsamling holdes på Hotel Christiansminde, Christiansmindevej 16, Svendborg.

## **Sønderborg**

### **Seniorklub**

**Torsdag** 8. jan. kl. 13: Nytårskur i FOA Sønderborg, tilmelding senest 5. jan.

**Torsdag** 5. feb. kl. 14: Lotto i FOA Sønderborg, tilmelding senest 30. jan.

**Torsdag** 26. feb. kl. 13: Generalforsamling i FOA Sønderborg, tilmelding

## Kontakt FOA

### **FOA, forbundshuset**

Staunings Plads 1-3  
1790 København V

**Telefon:** 46 97 26 26

**Telefax:** 46 97 23 00  
foa.dk

### **Kontortid:**

Mandag-torsdag: 8:30-16:00  
Fredag: 8:30-15:00

### **FOA-afdelinger**

**Afd. 1:** 46 97 11 00  
[foa1@foa.dk](mailto:foa1@foa.dk)

**Bornholm:** 46 97 33 13  
[bornholm@foa.dk](mailto:bornholm@foa.dk)

**Brønderslev:** 46 97 10 30  
[broenderslev@foa.dk](mailto:broenderslev@foa.dk)

**Esbjerg:** 76 10 93 50  
[esbjerg@foa.dk](mailto:esbjerg@foa.dk)

**Frederikshavn:** 46 97 11 70  
[frederikshavn@foa.dk](mailto:frederikshavn@foa.dk)

**Frederikssund:** 46 97 12 00  
[frederikssund@foa.dk](mailto:frederikssund@foa.dk)

**Guldborgsund:** 46 97 17 50  
[guldborgsund@foa.dk](mailto:guldborgsund@foa.dk)

**Herning:** 46 97 12 60  
[herning@foa.dk](mailto:herning@foa.dk)

**Hjørring:** 46 97 13 46  
[hjoerring@foa.dk](mailto:hjoerring@foa.dk)

**Holbæk:** 46 97 14 00  
[holbaek@foa.dk](mailto:holbaek@foa.dk)

**Holstebro:** 46 97 14 14  
[holstebro@foa.dk](mailto:holstebro@foa.dk)

**Horsens:** 46 97 14 55  
[horsens@foa.dk](mailto:horsens@foa.dk)

**Kolding:** 46 97 15 76  
[kolding@foa.dk](mailto:kolding@foa.dk)

**KLS:** 46 97 15 00  
[kls@foa.dk](mailto:kls@foa.dk)

**Køge:** 46 97 16 00  
[koege@foa.dk](mailto:koege@foa.dk)

**Lillebælt:** 46 97 36 10  
[lillebaelt@foa.dk](mailto:lillebaelt@foa.dk)

**LFS:** 35 44 45 46  
[lfs@lfs.dk](mailto:lfs@lfs.dk)

**Lolland:** 46 97 30 00  
[lolland@foa.dk](mailto:lolland@foa.dk)

**Mariagerfjord:** 98 51 21 11  
[mariagerfjord@foa.dk](mailto:mariagerfjord@foa.dk)

**Midtsjælland:** 46 97 19 70  
[midtsjaelland@foa.dk](mailto:midtsjaelland@foa.dk)

**Nordsjælland:** 46 97 33 90  
[nordsj@foa.dk](mailto:nordsj@foa.dk)

**Nordvestsjælland:** 46 97 14 77  
[nordvestsj@foa.dk](mailto:nordvestsj@foa.dk)

**Odense:** 46 97 18 00  
[odense@foa.dk](mailto:odense@foa.dk)

**Randers:** 46 97 19 00  
[randers@foa.dk](mailto:randers@foa.dk)

**Roskilde:** 46 97 19 90  
[roskilde@foa.dk](mailto:roskilde@foa.dk)

**Silkeborg-Skanderborg:**

46 97 20 20

[silkeborg-skanderborg@foa.dk](mailto:silkeborg-skanderborg@foa.dk)



senest 20. febr. Indkomne forslag – herunder kandidater til valg – skal skriftligt være klubbens formand i hænde senest 5. febr. kl. 12. Dagsorden kan ses på eller i afdelingen.

**Torsdag** 12. marts kl.

12: 20 års jubilæumsfest i FOA Sønderborg, tilmelding senest 6. marts. **Torsdag** 16. april kl. 14: Feriebilleder fra Mosel-turen i FOA Sønderborg, tilmelding senest 10. april.

**Torsdag** 7. maj kl. 9: Ud-

flugt til Haderslev og Årø fra politistationen i Sønderborg, tilmelding og betaling senest 24. april.

**Torsdag** 28. maj kl. 13.30: Halvårsafslutning ved lystbådehaven i Sønderborg,

tilmelding senest 22. maj på 46 97 34 00 eller via [fagl020@foa.dk](mailto:fagl020@foa.dk).

Læs mere på [www.foa.dk/soenderborg/arrangementskalendarer](http://www.foa.dk/soenderborg/arrangementskalendarer) eller hent et program i afdelingen.

# Medlemspuls



## Vinderne i oktober

### Hovedpræmien:

- Else-Grethe Esmarch Pedersen  
Oldagervænget 24  
6900 Skjern

### Gavekort:

- Ann Egelund Grovermann, Johnsens Tværvej 13, 3700 Rønne
- Birgitte Uldahl, Storegade 85 A, st., 6100 Haderslev
- Claus Fleck Fastrup, Bigårdsvej 50, 4070 Kirke Hyllinge
- Karen Corfitz Frederiksen, Dalgårdsvej 9, 9870 Sindal
- Marianne Hansen, Brøndbyvestervej 148, 2. th., 2605 Brøndby

**Hovedpræmien** er et weekend-ophold for to på et Comwell-hotel i Danmark, en iPod, en gps eller en e-bogslæser.

Desuden har vi hver måned **fem gavekort** til Coop Danmark til en værdi af 250 kr.

**Nye deltagere er velkomne**  [www.foa.dk/medlemspuls](http://www.foa.dk/medlemspuls)

**Skive:** 46 97 20 80  
[skive@foa.dk](mailto:skive@foa.dk)  
**Social- og Sundhedsafdelingen**  
[sosu@foa.dk](mailto:sosu@foa.dk) 46 97 22 22  
**Sydfyn:** 46 97 27 27  
[sydfyn@foa.dk](mailto:sydfyn@foa.dk)  
**Sydsjælland:** 46 97 28 00  
[sydsj@foa.dk](mailto:sydsj@foa.dk)  
**Sønderborg:** 46 97 34 00  
[soenderborg@foa.dk](mailto:soenderborg@foa.dk)  
**Sønderjylland:** 46 97 35 00  
[soenderjylland@foa.dk](mailto:soenderjylland@foa.dk)  
**Thisted-Morsø:** 46 97 29 00  
[thistedmorsoe@foa.dk](mailto:thistedmorsoe@foa.dk)  
**Varde:** 75 21 01 00  
[varde@foa.dk](mailto:varde@foa.dk)  
**Vejle:** 75 82 52 88  
[vejle@foa.dk](mailto:vejle@foa.dk)

**Viborg:** 46 97 30 30  
[viborg@foa.dk](mailto:viborg@foa.dk)  
**Aalborg:** 46 97 31 31  
[aalborg@foa.dk](mailto:aalborg@foa.dk)  
**Århus:** 89 36 66 66  
[aarhus@foa.dk](mailto:aarhus@foa.dk)  
**PMF-afdelinger:**  
**PMF afd. 1:** 46 97 31 01  
[pmf-afd1@foa.dk](mailto:pmf-afd1@foa.dk)  
**PMF afd. 4:** 43 71 66 90  
[pmf-afd4@foa.dk](mailto:pmf-afd4@foa.dk)  
**FOA/PMF Kbh. Syd:** 46 97 28 50  
[kbhsyd@foa.dk](mailto:kbhsyd@foa.dk)  
**PMF Fyn:** 46 97 13 13  
[pmffyn@foa.dk](mailto:pmffyn@foa.dk)

**PenSam**  
Jørgen Knudsens Vej 2  
Postboks 282  
3520 Farum

**Telefon:** 44 39 39 39  
**Telefax:** 44 39 39 40  
[pensam.dk](mailto:pensam.dk)

**Forsideillustration:**  
Jørgen True



Medlem af Danske Medier



DANSKE MEDIER



Tilsluttet Specialmediernes  
Oplagskontrol

**Oplag:** 203.000/5. årgang  
**Tryk:** Color Print A/S  
**ISSN:** 1901-0222

**Redaktionen sluttet:**  
4. december

**Indlæg til 'det sker'** sendes til  
Dorthe Møller, [dorm@foa.dk](mailto:dorm@foa.dk)  
**Frist til nummer 2:** 2. februar  
**Frist til nummer 3:** 17. marts

**Annoncer:**  
Dansk Mediaforsyning  
Telefon: 70 22 40 88  
[www.dmfnet.dk](http://www.dmfnet.dk)

**Annoncefrist:**  
**Nummer 2:** 2. februar

**Annoncer og indstik**, som er  
udsendt sammen med Fagbladet  
FOA, er ikke udtryk for FOAs  
anbefalinger.

**Nummer 1 udkommer:**  
29. januar

**Synspunkter** fremsat i Fagbladet  
FOA er ikke nødvendigvis  
sammenfaldende med FOAs  
synspunkter.

**Udgiver:**

**FOA**

Stauings Plads 1-3  
1790 København V  
Telefon: 46 97 26 26  
[www.foa.dk](http://www.foa.dk)  
e-mail: [foa@foa.dk](mailto:foa@foa.dk)

# quizen

## Kan du dit fagblad?

Vær med i lodtrækningen om et **gavekort** til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

Vi trækker lod blandt de indsendere, der har svaret rigtigt på flest spørgsmål. Du finder alle svar i dette nummer af Fagbladet FOA.

Send dit svar til: [brevkasse@foa.dk](mailto:brevkasse@foa.dk) senest **12. januar**.

Du kan også besvare quizen online på [www.foa.dk/quiz](http://www.foa.dk/quiz)

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizen i Fagbladet FOA nr. 7 blev **Iben Anne Petersen, København**

**1. Hvor mange af FOAs medlemmer mener, at retten til seniordage bør udvides, så alle faggrupper i FOA mindst har seniordage fra 58 år?**

- A. 48 procent
- B. 85 procent
- C. 94 procent



**2. Hvor stor en andel af FOAs medlemmer er indvandrere eller efterkommere?**

- A. 7 procent
- B. 10 procent
- C. 18 procent

**3. Lene Havn er efter en arbejdsskade kommet i arbejde igen i et fleksjob. Hvad laver hun?**

- A. Madmor i en daginstitution
- B. Alternativ kryptokustode
- C. Rådgiver om rengøringsmidler

**4. Hvilken dressing anbefaler Klinken til grønkålssalat?**

- A. Balsamico-urtdressing
- B. Thousand Island
- C. Hvidløg-citronddressing



**5. Hvor hurtigt skal du som nyuddannet melde dig ind i en a-kasse for at opnå ret til dagpenge ved arbejdsløshed?**

- A. Lige så snart den sidste eksamen er overstået
- B. Senest 14 dage efter afsluttet uddannelse
- C. Inden for 3 måneder efter afsluttet uddannelse



**6. Hvor mange kolleger på samme overenskomst skal der være på en arbejdsplads, før man har ret til at vælge en tillidsrepræsentant?**

- A. 3
- B. 5
- C. 7

**7. I denne måned af 'Spørg løs', kan du få svar på ...**

- A. Om man skal bruge ferie på en brystoperation
- B. Hvad nudging er
- C. Hvad der skal til, for at bolsjer er sunde



**8. Vi er gået tæt på et af billederne i dette nummer af Fagbladet FOA. Kan du se, hvad det forestiller?**

- A. Papegøje på et plejecenter
- B. Et abstrakt maleri
- C. FOA-formand Dennis Kristensens hovedbeklædning under Folkemødet på Bornholm

**9. Hvordan bliver PCOS diagnosticeret?**

- A. Urinprøve
- B. Ud fra symptomerne, som blandt andet er uønsket hårvækst og overvægt
- C. Ultralydsscanning af æggestokkene samt en blodprøve



## det sker

### 21. december

Frist for at udfylde dagpenge-, efterløns- og arbejdsmarkedsydelseskort

### 7. januar

OK15: Forhandlingsfællesskabet og KL mødes til den første forhandling

### 8. januar

OK15: Forhandlingsfællesskabet og regionerne mødes til den første forhandling

### 8.-10. januar

DM i SOSU Skills afholdes i Bella Centret i København

### 18. januar

Frist for at udfylde dagpenge-, efterløns- og arbejdsmarkedsydelseskort

### 23. januar

OK15: Forhandlingsfællesskabet har anden forhandling med KL

### 29.-30. januar

KL's Børnetopmøde i Aalborg

### 30. januar

OK15: Forhandlingsfællesskabet har anden forhandling med regionerne

### 29. januar

Næste nummer af Fagbladet FOA udkommer

### 17. februar

Tilmeldingsfrist for Landskonference for pædagogiske konsulenter 2015  
Læs mere: [www.foa.dk/Paedagogisk/Kalender](http://www.foa.dk/Paedagogisk/Kalender)



# TJEK DINE **FORSIKRINGER**



**NYTÅRS-  
FORSÆT**

**RING 44 39 39 53 OG HØR, HVAD DU KAN SPARE**

Start året med at spare penge!

Tjek dine forsikringer. Der kan være penge at spare med FOA-Fordele.

Du kan læse mere om vores forsikringer på **[pensam.dk/foafordele](https://pensam.dk/foafordele)**.



INDBO



BIL



ULYKKE



HUS

**PenSam** FORSIKRING

**FOA**

# Kære Julemand

*I år ønsker vi os bare, at du vil sætte Kommunernes Landsforening og Danske Regioner i perfekt julehumør, så FOAs medlemmer kan få en super overenskomst.*

**Kærlig hilsen  
Fagbladet FOA**



← **Læs om  
overenskomst-  
slaget**  
side 8-11

## Sådan udkommer Fagbladet FOA i 2015

- 1: 29. januar
- 2: 12. marts
- 3: 7. maj
- 4: 18. juni
- 5: 27. august
- 6: 8. oktober
- 7: 12. november
- 8: 18. december

## Ikke kun papir

Du behøver ikke at vente på postbudet for at høre nyt fra FOA. Hver uge udsender vi **Fagbladet FOA nyhedsbrev** direkte til din pc, tablet eller smartphone.

Hvis du ikke allerede modtager nyhedsbrevet, kan du tilmelde dig helt gratis.



[www.foa.dk/nyhedsbrev](http://www.foa.dk/nyhedsbrev)