



FAGBLADET FOA

10 år og hundredvis
af urinprøver senere

SANNE SLAP UD AF TEST- TYRANNI

SIDE 8

Rørende historie om velfærds-
talent og 92-årige Vera

VENNER FOR LIVET

SIDE 12

CHRISTINE STILLER OP TIL DM I SOSU-SKILLS

HUN VIL VISE SOSU-FAGET FREM PÅ DEN STORE SCENE

SIDE 24

SOCIAL & SUNDHED

DM I SK
Social- og sundh





LYT TIL FAGBLADET FOA



BAG DEN RÅ FACADE

Den 'nemme' løsning er at udpege syndebukke

'Brodne kar' lyder skældsordet ofte, når skjult kamera har fanget situationer med omsorgssvigt, men er de nu også det?



SEX OG HUDSULT

Mange taler først om borgernes seksualitet, når den er blevet et problem

Hvad skal man kunne håndtere, og hvad skal man ikke finde sig i, når det handler om borgernes seksualitet?



NÅR BORGERNE DRIKKER

Hvor meget skal man blande sig, når borgere drikker for meget?

Et glas vin eller en lille én til kaffen. For en del ældre ender nydelsen af alkohol med at udvikle sig til et problem.



DIGITAL VELFÆRD

Velfærdsteknologi fylder mere og mere – hvad går det egentlig ud på?

Digitale kompetencer bliver stadig vigtigere, og nogle SOSU-skoler har fået særlige Digitech-linjer.



EN FORRÅET KULTUR

To afsnit med psykolog Dorthe Birkmose om forråelse

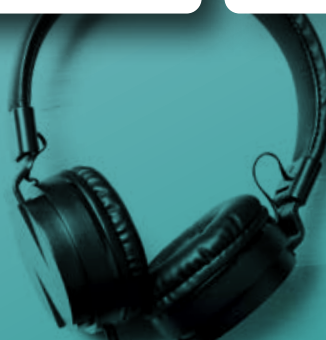
En af landets fremmeste eksperter i forråelse og mekanismerne bag går på jagt efter løsninger på problemet.



FÅR DU NOK SØVN?

Hør, hvorfor solbriller kan hjælpe dig af med søvnproblemer

Du behøver ikke at være bekymret for dit helbred, selvom du arbejder om natten. Bare du får søvn nok.



Husk, at du kan høre mere fra Fagbladet FOA i podcasten 'Færdigt Arbejde'. Find for eksempel disse seks episoder, hvor du normalt lytter til podcast – eller gå ind på **Fagbladetfoa.dk/podcast**.

INDHOLD

SNAPSHOT

SÅDAN HOLDER
DE FAST I ARBEJDS-
GLÆDEN I HAMMEL

SIDE 18

INDBLIK
VARMERPAUSER
ER EN BY I
RUSLAND FOR
MANGE FOA-
MEDLEMMER
SIDE 34

TEMA
SÅ GÅR DET
IGEN LØS TIL
DM I SKILLS
SIDE 24

- 4 Chefredaktørens leder**
- 6 Fag og fremtid**
Medarbejdere var med til at udvikle ny tilsynsmodel
- 8 FOKUS Urinprøver**
Er det rimeligt, at en kvinde har skullet aflevere rene urinprøver igennem 10 år?
- 12 Velfærdens Talent 100**
Årets 100 velfærdstalenter skal snart kåres – Sandra kan blive et af dem. Læs hvorfor
- 14 Groft sagt**
- 15 Forskerzonen**
Mere hjælp at hente, hvis du er ramt af eksem
- 16 Striiben & Medlem til medlem**
- 18 Snapshot**
Hammel Neurocenter har knækket koden til fastholdelse
- 22 Fagligt talt**
- 24 TEMA DM i Skills 2024**
Mød deltagerne ved årets Skills-konkurrencer i sosu-kategorien
- 32 Interview**
Præsten elsker sine hjemmeplejere
- 34 INDBLIK Varmepauser**
Sommeren nærmer sig – og dermed også risikoen for at arbejde under hedeølger
- 40 Brug FOA**
Der kan være penge at hente ved at få tjekket din lønseddel
- 43 Min vej**
Økonomichef vil slutte sit arbejdsliv som sosu-medarbejder
- 44 Faglig praksis**
Plejehjem fik mindsket gener fra lyde og lugte
- 46 A-kassen**
- 47 Mad på farten**
- 48 Det sker**
- 50 Quiz**

**SANDRA ER ET FANTASTISK UNGT OG ENGAGERET MENNESKE,
SOM ER EN ÆRE OG ET FYRTÅRN FOR SIN STAND. SIDE 12**

PER JUUL PEDERSEN, PÅRØRENDE

SOSU-ASSISTENT SANDRA LARSEN GJORDE EN KÆMPE FORSKEL I PER JUUL PEDERSENS MORS SIDSTE TID – DERFOR INDSTILLEDE HAN HENDE SOM VELFÆRDSTALENT

FOA

Ansv. chefredaktør Klaus Lange
klaus@foa.dk · 46 97 23 21

Fagbladsredaktør Allan Wahlers
alwa@foa.dk · 46 97 26 44

Udgiver FOA · Staunings Plads 1-3
1790 København V · 46 97 26 26
foa.dk · foa@foa.dk

HVEM TÆNKER DU PÅ, NÅR HIMMELBUSSEN DYTTER?

VELKOMMEN | Hvad betyder noget for os i vores sidste dyrebare øjeblikke?

Jeg tror, det handler om de mennesker, vi elsker. Resten af vores tilværelse vil nok mest være fyld mellem de vigtige øjeblikke sammen med dem, der har stået os allernærmest. For mig er det en vild tanke. For hold da op, hvor 'fyldet' fylder meget i vores travle tilværelser.

I denne udgave af fagbladet kan du på side 12-13 læse om noget af det, der betød noget for Vera Juul Pedersen i hendes sidste tid. Det er en virkelig smuk og vigtig historie. Den handler nemlig om, hvor meget du og dine kolleger nogle gange kommer til at betyde for de mennesker, I passer på – og deres familier.

Og så handler historien om talent. Ikke den slags talent, der hyldes af erhvervslivet for at tjene millioner af kroner. Men den slags talent, der gør en forskel for andre mennesker – værdstalent.

Talent er nemlig også evnen til at give et barn med en hård bagage en fantastisk dag. Evnen til at berolige en psykiatrisk patient. Evnen til at redde et liv eller lindre lidelse. Evnen til at drage omsorg og pleje ældre og syge. Og meget mere.

Og ved I hvad? Når himmelbussen kommer, så bliver det ikke aktiespekulantens trillioner, der betyder noget. Det vil være jeres værdifulde arbejde, der gør en forskel. God læselyst! ★

Klaus Lange
KLAUS LANGE
ANSV. CHEFREDAKTØR

”

HOLD DA OP, HVOR
'FYLDET' FYLDER
MEGET I VORES
TRAVLE TILVÆRELSE.



HVAD MENER DU?

Hvorfor valgte du at blive leder?

AF IDA ØSTERLUND OG JOSEPHINE VEDEL

Vil rykke bjerge

Yumana Mahmoud
Teamleder, Grønttorvets
Friplejehjem, Valby



"Jeg opdagede, at jeg var god til at sætte dagsordenen, og det med at tale om resultater tiltalte mig. Min leder anerkendte mig og spurgte, hvad jeg ville. Hvad jeg drømte om. De spørgsmål fik mig til at tænke mig om. Jeg kan godt lide at lede mennesker, at vi rykker os sammen og evaluerer på vores fejl. Jeg vil rykke bjerge med mine medarbejdere."

I tråd med fortiden

Lars Lund
Funktionsleder, Rigshospitalet



"Jeg kom til Danmark fra Sverige i 1990. Inden da havde jeg været meget politisk aktiv. Da jeg fik arbejde som portør, blev jeg hurtigt TR og AMR, og det lå ikke så langt fra min politiske fortid, kan man sige. Jeg blev ikke leder, fordi jeg vil bestemme. Jeg blev leder, fordi jeg sammen med medarbejderne vil udvikle faget og skabe fællesskab."

Blev set og anerkendt

Marianne Lomholt Sørensen
Dagplejeleder, Dagplejen Varde Kommune

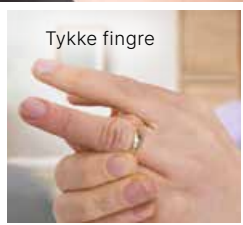


"Jeg har altid gerne villet have indflydelse og bidrage. Da jeg blev færdig med uddannelsen som pædagog, blev jeg ansat i en specialbørnehave. Her blev jeg hurtigt TR og AMR og sidenhen souschef. Jeg fik så arbejde i en anden institution, hvor der var en leder, som så mig og anerkendte mig. Jeg havde jo prøvet og havde smag for ledelse."

Døjer du med vand i kroppen?

Bliver benene hurtigt trætte, når du går eller står i længere tid? Er fødderne tunge, og er det måske ligefrem svært at passe skoene? Eller føles det som om, du har væske i fingrene? Så kan det tyde på, at du har for meget vand i kroppen.

Tykke fingre



Tunge fødder



Kom af med vandet!

Føles benene tunge? Er du træt i kroppen – har du følelsen af at mangle energi?

Du har måske hørt, at landmænd af og til må dræne deres marker for vand efter perioder med meget regn. Det samme kan gøre sig gældende, når kroppen skal af med eventuelt overskydende væske.

Det er helt normalt. F.eks. hvis du står meget op eller sidder stille gennem længere tid. Her kan du opleve en følelse af tunghed – særligt i benene. Du er måske også mere træt og mangler energi...

Naturens hjælp til at "dræne" kroppen

Med produktet Hydrolet kan du få planternes hjælp til at støtte kroppens udskillelse af vand

sammen med de affaldsstoffer, kroppen ikke skal bruge. Du får hjælp til at bevare en normal vandladning, mindske følelsen af tunge ben og få mere energi. Ingredienserne giver dig også et bidrag til kredsløbet i de små blodkar og til at vedligeholde et normalt blodtryk. Nøgleordet er den gode balance af væskerne i din krop.



Udrensning og væske i kroppen

Vand er afgørende for, at processerne i din krop fungerer. Det hjælper med at transportere næringsstoffer ud til cellerne og fjerne affaldsstoffer.

Faktisk består din krop af 60 % vand. Noget vand danner kroppen selv, andet vand indtager vi og udskiller via urinvejene. For at dette kan ske på den optimale måde, har vi brug for, at nyrerne renser blodet for affaldsstoffer, så vi kan udskille dem, når vi urinerer. Sådan fungerer den normale nyrefunktion.

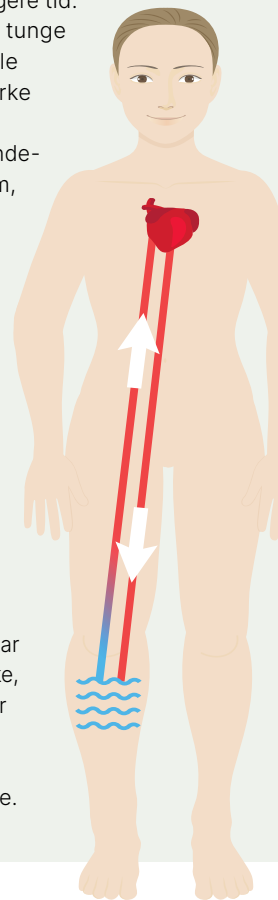
Hydrolet indeholder et ekstrakt af agerpadderokke, som støtter nyrernes evne til at udskille væske og dermed affaldsstoffer.

Læs mere på wellvita.dk

Væske i vævet

Når væske trænger ud i vævet fra dine blodbaner, er det en helt normal og nødvendig ting. Væv og celler har brug for væske, ilt og næring. Men sommetider bliver væske fanget i vævet. F.eks. når du står op eller sidder ned gennem længere tid. Det kan give tunge ben og i nogle tilfælde påvirke blodtrykket.

Hydrolet indeholder kalium, der bidrager til at vedligeholde et normalt blodtryk. Tabletterne er derudover tilsat et koncentrat af hibiscus, der støtter kredsløbet i de små blodkar samt majssilke, der medvirker til at støtte udskillelsen fra urinvejene.



Prøv Hydrolet med 50% rabat

Hydrolet kan prøves på abonnement til halv pris for første pakke.

Kun 149 kr. (inkl. fragt 188 kr.)
90 tabletter. 1 måneds forbrug

RING: 82 30 30 40
Hverdag kl. 8-16

Kundeservice er altid klar med gratis råd og vejledning.

WEB: wellvita.dk

- ✓ Ingen bindingstid
- ✓ Kan betales efter at varen er modtaget

★ Trustpilot
★★★★★
Over 10.000 anmeldelser

wellvita®
Energivej 4, 6700 Esbjerg



Bibbi smed støttestrømperne

Bibbi er ejer af et gartneri og en travl kvinde.

I perioder var fødderne så trætte, at hun måtte gå med støttestrømper for at klare dagens strabadser, fortæller hun. Hjælpen fandt hun pudsigt nok i planteriget.

Efter nogle uger med Hydrolet-tabletterne blev fødderne ikke trætte nær så ofte, og et par måneder senere pakkede Bibbi støttestrømperne væk.

- Resultatet var meget bedre, end jeg havde forestillet mig, smiler Bibbi.



Kundehistorier på wellvita.dk

Agerpadderokke i Hydrolet støtter nyrernes evne til at udskille væske og dermed affaldsstoffer. **Glat burre**, som fremmer udskillelsen af væske via nyrerne, og **hibiscus**, der bidrager til kredsløbet i de små blodkar, kan medvirke til at mindske følelsen af tunge ben og hjælpe med at styrke kroppen og få mere energi. Hydrolet er i øvrigt tilsat **mælkebøtterod** og **majssilke** samt **kalium**, som bidrager til at vedligeholde et normalt blodtryk.



Agerpadderokke



Mælkebøtterod



Glat burre



Majssilke



Hibiscus



Kalium

Ny tilsynsmodel bygger på tillid

Medarbejdere har bidraget til ny model for tilsyn på ældreområdet i Roskilde Kommune. Modellen skal løfte kvaliteten af plejen.

AF ULLA ABILDTRUP | FOTO: RASMUS HARGAARD BREUM

Både social- og sundhedshjælpere og social- og sundhedsassistenter har været med i arbejdet med den tilsynsmodel, Roskilde Kommune for nylig har indført.

Modellen bygger på tillid, dialog og organisatorisk læring – i stedet for kontrol, der ikke er koblet op på den daglige praksis.

Det nye tilsyn foretages af kommunens egne kvalitetskonsulenter. De følger medarbejderne rundt til borgerne gennem en hel dag og indtager dem i faglige drøftelser og refleksion.

Tilsynets rapport bliver derefter fremlagt for et nyt lokalt kvalitetsråd, som består af den lokale ledelse,

medarbejdere, borgere, pårørende og en repræsentant fra ældrerådet og civilsamfund. På plejecentrene indgår der desuden medlemmer fra kommunens bruger- og pårørenderåd.

På baggrund af drøftelser om rapporten lægger kvalitetsrådene kursen for kvalitetsarbejdet og mødes løbende for at drøfte kvaliteten på området.

En model for forbedring

Medlemmerne af rådene uddannes til at arbejde med kvalitet i ældreplejen af Dansk Selskab for Patient-sikkerhed efter forbedringsmodellen PDSA. Et nyt tværgående kvalitetsråd får desuden mulighed for at nedsæt-

te arbejdsgrupper, der kan undersøge løsninger på udfordringer som for eksempel nye arbejdsgange eller kompetenceudvikling.

Mette Olander er direktør for Social, Job og Sundhed i Roskilde Kommune, og hun mener, at kvalitetsrådene kan være med til at skabe et fælles syn på ældreplejen og ejerskab til løsninger, der styrker kvaliteten.

”Før manglede tilsynet helhedssyn, og det svækkede tilliden og motivationen hos medarbejderne. Det nye samskabte tilsyn skaber sammenhæng i det løbende kvalitetsarbejde,” siger Mette Olander. ★

REDAKTIONEN@FOA.DK

SOCIAL- OG SUNDHEDSHJÆLPER TINA STAGELUND OG SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT PIA FERDINANDSEN:

DER ER BLEVET LYTTET TIL OS

Tina Stagelund har været social- og sundhedshjælper i hjemmeplejen i Roskilde Kommune i over 30 år. Nu kommer hendes mangeårige erfaringer for alvor kommunen til gode, for hun har været inddraget i udviklingen af en ny tilsynsmodel.

”Kommunen har lyttet rigtig meget til os,” siger Tina Stagelund og tilføjer, at processen har været superspændende.

”Jeg oplevede, at jeg blev hørt af alle omkring bordet. Også af den almen praktiserende læge, som deltog i udviklingen af tilsynet. Og jeg lærte selv en masse, for eksempel havde repræsentanten for Ældrerådet et andet blik på ældreplejen end os ansatte.”

Hun synes, at det nye samskabte tilsyn på nogle måder minder om ældreplejen,

som den var, da hun blev ansat for mange år siden:

”Her er borgeren i centrum, og det tætte samarbejde omkring borgeren fungerer virkelig godt,” siger Tina Stagelund, der synes, at processen omkring det nye tilsyn også har gavnet arbejdsmiljøet.

Pia Ferdinandsen er social- og sundhedsassistent på Omsorgscentret Tofte-



Pia Ferdinandsen sætter stor pris på den dialog, der er kommet i forbindelse med ældreplejen i Roskilde Kommune.

MINISTER: IKKE EN LØFTET PEGEFINGER

”Der er rigtig gode takter i samskabt tilsyn i Roskilde Kommune. Jeg hæfter mig især ved, at fokus for det samskabte tilsyn er tillid, dialog og læring. Det er nemlig også fokus i vores forslag til en tilsynsreform på ældreområdet. Fremtidens tilsyn skal være en hjælpende hånd – ikke en løftet pegefinger. Vi skal tænke tilsynene på en helt ny måde, så de udvikler ledere og medarbejderne. Tilsyn skal først og fremmest være lærende og handle om, hvordan vi skaber de bedste rammer for vores ældre medborgere.”

ÆLDREMINISTER METTE
KIERKGAARD (MODERATERNE)

højen og har oplevet mange tilsyn gennem sine mere end 17 år som ansat i Roskilde Kommunes ældrepleje.

”Tilsynene havde tidligere nærmest karakter af en eksamen, hvor man stod og spekulerede på, om man nu havde forstået spørgsmålet rigtigt og fik svaret korrekt,” fortæller hun.

”Det nye tilsyn er meget mere præget af dialog. Vi gennemgår for eksempel borgernes livshistorier og døgnrytmeplaner sammen. Kvalitetskonsulenterne

spiser også frokost med os og borgerne og følger en hel normal hverdag på omsorgscentret,” siger Pia Ferdinandsen.

Styrket samarbejde

Når konsulenterne fra kommunen har skrevet udkast til en tilsynsrapport, bliver den drøftet i et nyt kvalitetsråd, hvor der også er repræsentanter for medarbejderne:

”Jeg tror, den nye tilsynsmodel vil styrke samarbejdet hele vejen rundt,

også med de pårørende. For vi sidder sammen i kvalitetsrådet og taler om, hvilke mål vi skal sætte os, og hvordan vi skal nå de mål. Det giver tryghed for borgerne,” mener Pia Ferdinandsen. ★

AFLEVEREDE RENE URIN- PRØVER I 10 ÅR

Efter at have afleveret hundredvis af rene urinprøver igennem 10 år kan et FOA-medlem nu slippe for de regelmæssige besøg på misbrugscentret.

FOKUSSIDERNE ER SKREVET AF SARA RESTED SURI, SASU@FOA.DK | FOTO: PER RASMUSSEN



Forestil dig at træde ind på et misbrugscenters lille, dårligt belyste toilet. Du sætter dig på toiletbrættet, kigger op og ser direkte ind i et fremmed menneskes øjne.

Medarbejderen studerer dit skød nøje, mens strålen af tis rammer det lille plastikkrus, du tidligere fik stukket i hånden.

Det gør du i næsten 10 år. Hver eneste uge. Af og til endda flere gange om ugen. Og svaret på prøven er altid det samme: Den er ren. Alligevel begynder hele møllen forfra igen få dage efter.

Sådan var virkeligheden for en 53-årig social- og sundhedsassistent, der i 2014 fik et påbud fra det, der i dag hedder Styrelsen for Patientsikkerhed. Et påbud, der resulterede i hundredvis af rene urinprøver, og hvis konsekvenser stadig tynger hende den dag i dag.

”Den sag har haft stor psykisk indflydelse på mit liv og har det stadig. Selvom sagen blev afsluttet for et par måneder siden, sidder mønstret fast inde i mig: Den årelange følelse af vagtsomhed, at skulle overpræstere og aldrig lave fejl på jobbet. Ingenting har ændret sig,” fortæller social- og sundhedsassistenten.

Misbrugscenter bad om stop

Social- og sundhedsassistenten er i denne artikel anonym, og Fagbladet FOA har valgt at kalde hende for Sanne. Hun frygter at blive dømt af sine kolleger, hvis hun står frem med sit rigtige navn. Fagbladet FOA kender hendes identitet.

”Jeg føler mig slet ikke i stand til at tage de fordomme, der trods alt vil følge med. Det lange kontrolforløb har væltet mig, så jeg skal lige finde tilbage til mig selv igen.”

I sin tid fik Sanne påbuddet fra Styrelsen for Patientsikkerhed, fordi de ville sikre sig, at hun ikke faldt tilbage i det stofmisbrug, hun tidligere havde kæmpet med. Men ikke én gang i de 10 år med urinprøvekontroller indikerer hendes prøver, at hun har haft et tilbagefald.





Og flere gange bad hendes misbrugscenter endda Styrelsen for Patientsikkerhed om at ophæve påbuddet.

'Ingen grund' til mistanke

Sannes arbejdsgivere beskrev hende som en 'fagligt dygtig', 'velldit' og 'stabil' medarbejder overfor Styrelsen for Patientsikkerhed. Og et par år efter at hun fik påbuddet, havde arbejdsgiverne 'ingen grund' til at mistænke hende for at falde tilbage i et misbrug. Det viser Sannes sagsakter, som Fagbladet FOA har fået aktindsigt i.

Alligevel skulle kalenderen vise den 9. oktober 2023, før påbuddet takket være FOA blev fjernet.

"Jeg anfægter ikke, at der er brug for tilsyn, der beskytter patientsikkerheden. Men det er et problem, at Styrelsen for Patientsikkerhed de sidste mange år tilsyneladende har sluppet sagen. I de sidste fem år har der – efter min vurdering – ikke været argumenter for at holde hende i et påbud," siger Tine Marie Andersen, der er advokat hos FOA og har kørt Sannes sag.

Trussel mod retssikkerheden

Tine Marie Andersen mener, at det er kritisabelt, at Styrelsen for Patientsikkerhed har ladet sagen køre i så mange år. Hun understreger også, at Sanne flere gange selv har henvendt sig til Styrelsen for Patientsikkerhed for at få en afklaring i sagen – men uden held.

"Det er problematisk for hendes retssikkerhed, at hun ikke på noget tidspunkt har vidst, hvor længe hun ville være underlagt påbuddet," slår Tine Marie Andersen fast.

Styrelsen For Patientsikkerhed udtale

ler sig ikke om konkrete sager, skriver de i en mail til Fagbladet FOA. Dog varer deres kontrolforløb typisk et til to år. I 'meget få sager' kan kontrolforløb strække sig over længere tid på grund af særlig sygdom, misbrugshistorik eller risiko for tilbagefald, uddyber de.

Ikke en eneste klage

Da advokat Tine Marie Andersen i oktober 2023 fik sagen revurderet, gik der blot halvanden måned, inden Sanne fik det svar, hun ikke engang turde håbe på længere: Påbuddet om tilsyn og om at hun skulle gå i urinprøvekontrol, var ophævet. Med afgørelsen stoppede også grundlaget for at inddrage hendes arbejdsgivere i sagen. Men for Sanne føles alt ikke lykkeligt endnu.

"Jeg har desværre ikke fået den forløsning, jeg troede, jeg ville. Jeg er stadig i alarmberedskab, for oplevelsen har sat sig i mit nervesystem. Jeg har jo nærmest fået det mere stramt, end jeg nogensinde har haft," siger Sanne.

Afgørelsen byggede blandt andet på, at Sanne ikke har haft tilbagefald, og at hendes arbejdsgivere har vurderet, at hun er en social- og sundhedsassistent 'uden anmærkninger'. Desuden har hun fulgt sin læges anvisninger og altid mødt stabilt op på misbrugscenteret for at få taget urinprøver.

Hun vil også fortsætte med at være tilknyttet misbrugscentret og tage sin substitutionsmedicin:

"Det er faktisk noget af en bedrift som social- og sundhedsassistent ikke at få en eneste klage i 10 år. Det sker ikke ofte i mit fag, så jeg er da stolt over at klare mig så eksemplarisk. Og sådan vil jeg fortsætte." ★

UBRUDT RÆKKE AF RENE PRØVER

Fagbladet FOA kan ud fra sagsakterne dokumentere, at sosu-assistenten har aflagt mindst 300 rene urinprøver fra 2014 til 2021. Men urinprøverne fra 2021 til 2023 fremgår ikke af sagsakterne. I dokumenter fra 2023 henviser både Styrelsen for Patientsikkerhed og FOAs advokat dog til, at Sanne ikke har aflagt en positiv urinprøve siden 2014.

FLERE OG FLERE MISBRUGSSAGER

Sager om sosu-assistent, der har et misbrug eller mistænkes for at have et, er fordoblet siden 2017. Det viser tal fra Styrelsen for Patientsikkerhed. I 2017 var 33 sosu-assistent i såkaldt egnethedstilsyn, mens der i 2023 var 70.



Læs hele Sannes historie her



MISBRUGSEKSPERTEN: HOLDT I ET JERNGREB



Henrik Rindom, som er misbrugsekspert, kalder Sannes sag for 'en stor psykosocial belastning af en person, der prøver at lægge afstand til et misbrug'.

Han understreger, at urinprøvekontroller i nogle tilfælde er nødvendige. Men han forstår ikke, hvorfor Sannes i denne sag ugentligt skulle konfronteres med sit tidligere misbrug over så mange år.

"Hvorfor skal hun holdes i et jerngreb en gang om ugen og med bukserne nede om anklerne konfronteres med, at hun har været misbruger – alt imens hun prøver at skabe sig en ny tilværelse? Det er i sig selv en udløsende faktor, der kan gøre hendes situation værre," siger Henrik Rindom. ★

JURIST: LANGT UD OVER DET RIMELIGE



Lektor ved Juridisk Institut på Aarhus Universitet Steen Jørgensen mener, at Styrelsen for Patientsikkerhed

har ladet Sannes sag køre 'alt, alt for lang tid'. Han henviser til det såkaldte proportionalitetsprincip.

"Det undrer mig, at styrelsen har ment, at det er nødvendigt med urinprøvekontroller i 10 år. Især når der ikke har været påviselige tegn på tilbagefald i mange år. Jeg vurderer umiddelbart, at vi kommer langt ud over det, der er rimeligt."

Når Styrelsen for Patientsikkerhed ophæver påbuddet en god måned efter, at FOAs advokat går ind i sagen, vidner det om én ting, mener Steen Jørgensen: At sagen har fået lov til at løbe alt for længe, uden at nogen har tænkt over det. ★

FOA: FULDSTÆNDIG VANVITTIG SAG



For fagpolitisk ordfører i FOA Maria Klingsholm er der ingen tvivl: Social- og sundhedsassistent Sannes forløb er 'overformynderisk' og 'kontrol af værste skuffe'.

"Det er jo fint at udøve en kontrol, der er understøttende og sikrer, at der ikke er noget at være bekymret for. Men at aflægge urinprøver i næsten 10 år, uden at der er så meget som én positiv prøve? Det burde jo ikke kunne lade sig gøre," siger Maria Klingsholm.

Hvis man kan bruge ressourcer på at fastholde et menneske i et så langt kontrolforløb, påpeger hun, burde man også burde kunne afsætte nogle penge til at lave en særskilt klageinstans. Så kunne man sikre sig en uvildig vurdering af, om ens forløb hos Styrelsen for Patientsikkerhed er rimeligt. ★

SANNES SAG STÅR IKKE ALENE:

'TVUNGET' TIL 29 URINPRØVER PÅ GRUNDLØS MISTANKE

Det er anden gang inden for kort tid, at Fagbladet FOA kan fortælle om en sag, hvor Styrelsen for Patientsikkerhed får kritik for deres håndtering af en urinprøvekontrol.

I efteråret 2023 kunne vi således fortælle om en 34-årig social- og sundhedsassistent, som først blev fyret efter en anklage om at stjæle medicin fra sin arbejdsplads. Så blev hun mistænkt for at være misbruger. Derefter blev hun tvunget til at aflevere urinprøver hos sin egen læge to gange om ugen. Og endelig skulle hun medvirke i en undersøgelse hos en psykiatrisk speciallæge.

Sagen begyndte sidst i marts og kunne

have kostet social- og sundhedsassistenten sin autorisation.

Så vidt kom det ikke til at gå. Efter at hun i løbet af knap fem måneder har afleveret 29 negative – og dermed rene – urinprøver, valgte Styrelsen for Patientsikkerhed i november at afslutte sagen med en kortfattet meddelelse. Her fremgik det blandt andet, at der ikke længere er forhold, der giver anledning til mistanke om misbrug.

"Jeg er uskyldig og vil bare gerne have den sag sluttet," siger den 34-årige, som på grund af sagens særlige omstændigheder ikke ønsker sit navn frem. Fagbladet FOA kender hendes identitet.

Mistanken om et misbrug har fra starten været både utidig og urimelig. Det

mener Anne Signora Toft, der er advokat i FOA og repræsenterer den 34-årige social- og sundhedsassistent.

"Der var ingen dokumentation for misbrug eller misbrugsadfærd (...) Alligevel var det risikoen for et muligt 'tilbagefald til misbrug', der blev brugt som argument, da kvinden blev bedt om at aflevere to urinprøver hver uge," siger advokaten og kalder det 'uartigt', at styrelsen brugte den formulering i henvendelsen til kvindens læge. ★



Læs hele
historien her

Sandra og Vera blev venner for livet

Venskab har ingen alder. Det bekræftede forholdet mellem social- og sundhedsassistent Sandra Larsen og den ældre borger Vera Juul Pedersen. Nu har Veras familie indstillet Sandra til en fornem pris.

AF LAURITS ERIKSEN, LAUE@FOA.DK

"Du kommer ikke ind," lød stemmen bag den låste dør.

Stemmen tilhørte 92-årige Vera Juul Pedersen fra Esbjerg. Hendes søn havde mod hendes vilje arrangeret, at hjemmeplejen skulle komme på besøg.

"Jeg er lige så stædig som dig. Jeg bliver stående her, til du låser op," svarede social- og sundhedsassistent Sandra Larsen, der den kolde decemberdag i 2021 var blevet sendt ud for at besøge Vera.

Vera måtte til slut overgive sig, og hun inviterede modvilligt sin overmand i vestjysk stædighed indenfor – og det skulle vise sig at være en god beslutning.

Jo flere gange Sandra Larsen kom for at svinge støvsugeren og pleje Vera Juul Pedersen, jo gladere blev Vera for besøgene. Veras søn kunne tydeligt fornemme på sin mor, når Sandra havde været der.

"Hun lyste op, og resten af dagen snakkede hun om besøget. Det betød meget for os som familie, at vi var trygge ved den person, der kom og passede på vores mor," siger Per Juul Pedersen.

Selv da Vera flyttede på plejehjem, fik hun af og til besøg af Sandra Larsen, selvom hun ikke arbejdede der. Det gjorde hun, fordi de to havde udviklet et venskab.

Betød meget for familien

"Man skal være professionel i sit arbejde, men jeg er jo i sidste ende kun et menneske. Derfor vil der altid være borgere, som kommer mere ind under huden end andre. Vera betød meget for mig, og derfor begyndte familien også



at betyde meget,” siger Sandra Larsen om forholdet.

”Et fyrtårn for sin stand”

I august 2023 blev Vera Juul Pedersen indlagt på hospitalet, og det blev hurtigt klart for familien, at hun ikke ville overleve. Det fandt Sandra Larsen ud af, og da Per Juul Pedersen kom for at besøge sin mor, sad Sandra allerede ved sengekanten og holdt Vera i hånden.

”Er Sandra her?” var Veras sidste ord. For Per Juul Pedersen siger de tre ord alt:

”Midt i sorgen over min mors død er det et lyspunkt, når vi tænker på, at hun det sidste år fik Sandra ind i sit liv. Sandra er et fantastisk ungt og engageret menneske, som er en ære og et fyrtårn for sin stand,” siger Per Juul Pedersen, som derfor har valgt at nominere Sandra Larsen til Velfærdens Talent 100.

”Vi krydser alt, hvad vi har, for at Sandra bliver udvalgt som et af årets velfærdstalenter. Det fortjener hun.” ★

”

VERA BETØD MEGET FOR MIG, OG DERFOR BEGYNDTE FAMILIEN OGSÅ AT BETYDE MEGET.

SANDRA LARSEN

SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT
indstillet til Velfærdens Talent 100

VELFÆRDENS TALENT 100

Hvert år hylder FOA og PenSam 100 velfærdstalenter. Talenterne skal være under 36 år, ansat på en FOA-overenskomst og arbejde med velfærd.

Alle har frem til 5. april i år kunnet nominere et velfærdstalent.

De 100 talenter udpeges af et dommerpanel fra FOA og PenSam, og 30. maj bliver de hyldet på Christiansborg.

Sidste år blev talenterne fundet blandt pædagoger, pædagogiske assistenter, social- og sundhedshjælpere, social- og sundhedsassistenter og medhjælpere, portører, reddere, køkkenassistenter, omsorgsmedhjælpere, handicaphjælpere, husassistenter samt elever.

&

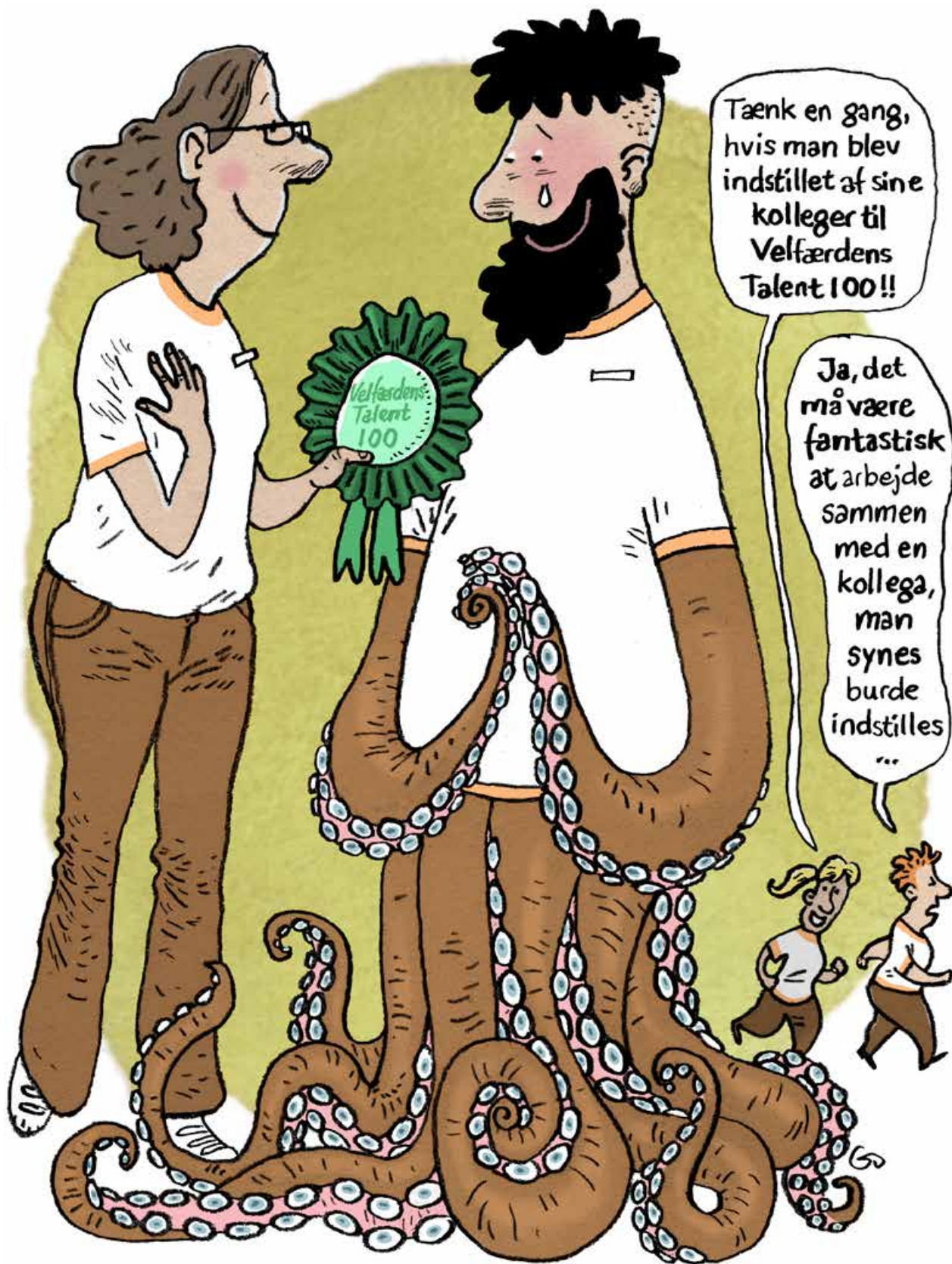
Læs mere
pensam.dk/talent

&

Fik du set videoen?

Per Juul Pedersen overrasker Sandra Larsen på hendes arbejdsplads med nyheden om, at hun er nomineret til Velfærdens Talent 100.





ALSIDIGE TALENTER

Snart bliver det afsløret, hvilke 100 velfærdsarbejdere der er blevet udpeget som årets talenter. Læs mere på de foregående sider.

ILLUSTRATION: GITTE SKOV

FLERE SAGER OM EKSEM KAN ANERKENDES

En afgørelse fra Ankestyrelsen, der baserer sig på nyere forskning, kan hjælpe flere, som er blevet ramt af håndeksem i forbindelse med deres arbejde. Det mener FOA.

AF ALLAN WAHLERS

Der skal ikke mere end 30 minutters vådt arbejde til om dagen, før der er en øget risiko for at udvikle håndeksem.

Det viser et studie, der blandt andet er udført på Bispebjerg Hospital, og som i januar 2020 blev offentliggjort i tidskriftet Scandinavian Journal of Work, Environment & Health.

Ankestyrelsen anerkendte i foråret 2022 en sag på baggrund af studiet. Sagen handlede om en rengørings-

assistent, der på en ugentlig vagt havde haft våde hænder i 2-2,5 timer i alt – altså omkring 30 minutter om dagen i gennemsnit – og det medførte håndeksem.

På den baggrund mener FOA nu, at medlemmer, der har pådraget sig det, der kaldes 'irritativt kontakteksem' – for eksempel når huden på hænderne er blevet udsat for større belastning, end den kan tåle – bør få deres sag forelagt for Erhvervssygdomsudvalget. Og det vil altså sige, hvis man har fået eksem på grund af mindst 30 minutters vådt arbejde dagligt eller 2-2,5 timers vådt arbejde ugentligt.

FOA mener også, at sager, der tidligere er afvist som arbejdsskader, bør kunne genoptages og i stedet føre til anerkendelse, hvis hænderne har været våde mindst 30 minutter pr. dag i gennemsnit. ★ ALWA@FOA.DK



FOTO: ISTOCK

PAS PÅ DINE HÆNDER

Fagbladet FOA har tidligere bragt en række gode råd til, hvordan du kan forebygge håndeksem. Her er nogle af dem:

- Brug altid beskyttelseshandsker, når du har vådt eller snavset arbejde.
- Brug handsker, når det er nødvendigt, men i så kort tid som muligt.
- Brug bomuldshandsker under beskyttelseshandskerne, hvis du bruger dem mere end 10 minutter.
- Vask hænderne i køligt vand og skyl og tør dem godt efter vask.
- Pas også på dine hænder i fritiden.



Læs mere her



ER DU RAMT AF HÅNDEKSEM?

Hvis du mener, at du har pådraget dig håndeksem som følge af dit arbejde – eller hvis du tidligere har fået afvist din sag, selv om du har pådraget dig håndeksem – så kontakt din lokale FOA-fagforening.

VI ER KLAR TIL AT FORTSÆTTE KAMPEN

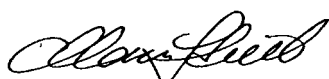
STRIIBEN | Når jeg skriver klummen til dette fagblad, kender jeg endnu ikke resultatet af den urafstemning blandt medlemmerne, der afgør, om det bliver et ja eller et nej til den nye overenskomst. Jeg håber naturligvis, at det er endt med et meget stort ja til resultatet.

Det har været et meget langt og kompliceret forhandlingsforløb. Jeg gik ind i forhandlingsrummet 27. september 2023 til de ekstraordinære trepartsforhandlinger om løn og fortsatte direkte til OK24-forhandlingerne, hvor jeg satte den sidste underskrift 5. marts 2024.

I sådan et forhandlingsforløb er der både vores egne interne forhandlinger, der er forhandlingerne med alle andre organisationer og endelig forhandlingerne med arbejdsgiverne. Det betød, at målskiven hele tiden flyttede sig, og at der hele tiden skulle findes kompromisser og lægges nye strategier for at nå så langt som overhovedet muligt.

Kom vi igennem med alt det, vi gerne ville? Svaret er et klart 'nej'. Men vi kom faktisk igennem med størstedelen af de krav, vi havde rejst. Nu venter der blandt meget andet en ekstra forhandling på det offentlige område i efteråret 2025. Det er her, vi skal genforhandle, hvis den private lønudvikling bliver bedre end forventet, så vi ikke har et efterslæb med ind i 2026.

Kampen for bedre løn og arbejdsvilkår stopper aldrig! Så vi er allerede klar til de næste runder, selv om vi lige skal sove igennem og komme helt ovenpå efter et meget intenst forløb. Lad mig bare sige det sådan: Der går et par dage, før kroppen kommer sig over alt for mange døgn uden søvn. :-)
★


MONA STRIIB
FORMAND

”

KAMPEN FOR BEDRE
LØN OG ARBEJDSVILKÅR
STOPPER ALDRIG!

X

@STRIIBMONA

MEDLEM
TIL
MEDLEM



DET VIGTIGSTE ...

... mine kolleger har lært mig. Ja, hvad er det? Det spurgte vi brugerne om på **FOAs Facebook-profil** for nylig. Her er nogle af de svar, vi fik:

Trine Kornum

At fejl er muligheden for at lære og udvikling.

Jeanette Christiansen

At et godt team passer på hinanden, både de dage man løber stærkt, og de dage man kan slappe af 🌹, og at de bakker en op i et hårdt job ❤️

Anita Katrine Ustrup

Vigtigheden af at holde gode fester i privaten, kollegafester 🥳

Solveig Bech

At man er god nok som man er, og at vi alle kan noget 🙌😊

Lissie Brinchs Andersen

At vi er stærkest, hvis vi holder sammen 🍷🍷🍷

Tina Valentin

Livet (også arbejdslivet) er så komplekst og sammensat, at man får et rigere og mere ægte og nuanceret liv ved at være åben, lydhør og ikke alene tro på sin egen sandhed. ❤️

Bo Bræmer Christensen

At låse mine Pepsi Max inde når jeg har fyraften 😊

**FØLG
OS PÅ**



**Ny
medlems-
fordel**

Som medlem af FOA får du **10 % rabat** på forsikringer hos Alka.
Book et forsikringstjek, hør hvor meget du kan spare og få samtidig et gavekort på **200 kr.** til shopping.
Start på **alka.dk/foa**

alka | **FOA**

SNAPSHOT | SUPER SAMARBEJDE





Her bliver plejepersonalet hængende

Et trygt arbejdsmiljø og muligheden for at kunne gøre en mærkbar forskel for patienterne er opskriften på, hvordan Hammel Neurocenter har undgået stor personaleudskiftning.

AF IDA ØSTERLUND | FOTO: RASMUS HARGAARD BREUM





PÅ REGIONSHOSPITALET HAMMEL NEUROCENTER

tager personalet sig af de patienter, som er blevet ramt af en hjerneblødning, en blodprop i hjernen eller på anden måde pludselig har fået vendt deres liv på hovedet.

På 10 afsnit, som er inddelt efter patienternes funktionsniveau, får de rehabiliterende behandling og træning. Fra de intuberede, som er de hårdest ramte, til dem, der snart kan komme hjem og passe sig selv.

Selvom der mangler faglærte i sundhedsvæsenet, er det ikke et problem her. Gennemsnitsancienniteten for plejepersonalet er 12 år og 16 år for ergo- og fysioterapeuter. Det på trods af, at Danmark sidste år slog rekord i jobskifte, hvor næsten en million danskere fik nyt arbejde.

”Folk forlader ikke stedet, når de først er kommet indenfor,” griner Pia Hansen, som er social- og sundhedsassistent og selv har været fast inventar i 13 år.

Pia Hansen mener, at årsagerne er et godt, tværfagligt samarbejde, at de ser en udvikling hos patienterne, at der er plads til øvdage, og at der er plads til at lufte sin faglige tvivl:

”Vi kan sagtens sige højt, hvis vi synes, at en patient er rigtig svær at trænge igennem til. At man bliver usikker på sin egen faglighed eller er bange for, at det er en selv, der gør noget forkert. Og så snakker vi åbent om det.”

Meget af behandlingen går ud på at observere patienterne i dagligdagssituationer. Hvordan klarer patienten at bage en AMO-kageblanding? Hvordan går det med at spille et brætspil eller åbne et pillglas? I hvilken rækkefølge bruger han eller hun sæberne i badet?

Når det går fremad, er det en god dag på jobbet. ”At gå hjem fra arbejde og mærke, at noget er lykkedes. At en forbindelse er skabt. At jeg kan mærke, at jeg har været med til at få skabt ro for patienten, som så bedre kan holde ud at være i sin egen krop. Det er det, der er det bedste ved mit job,” siger Pia Hansen. ★ IDBO@FOA.DK



HAMMEL NEUROCENTER

Hammel Neurocenter behandler patienter, der har fået en moderat eller svær hjerneskade som følge af for eksempel en blodprop i hjernen eller hjerneblødning. Hospitalet har i alt 118 sengepladser, og der udskrives årligt mere end 1.100 patienter. Herudover behandles knap 1.000 patienter ambulant.



TID TIL AT TALE SAMMEN

FAGLIGT TALT | Med den nye ældrelov tegner kravene til dokumentation i ældreplejen til at blive væsentligt mindre og på nogle områder helt forsvinde. Jeg synes grundlæggende, det er en god idé.

Vi skal bare huske, at dokumentationen, som vedrører praktisk hjælp og personlig pleje, har en funktion. Den skal give vigtige oplysninger videre til kollegerne om den enkelte ældre. Der er en grund til, at nattevagten bruger rigtig meget tid på at orientere sig i plejesystemet i starten af vagten og igen logger sig ind på pc'en eller telefonen i slutningen i vagten for at skrive, hvad hun eller han har observeret i løbet af natten. Man er jo nødt til at vide, hvad status er for den enkelte ældre, inden man banker på.

Mit bud til denne del af ældreudspillet er, at hvis vi skal dokumentere mindre, så skal det erstattes af et permanent overlap mellem vagtlagene. Der skal simpelthen være tid til at give en status på de enkelte borgere. Vi skal bruge den tid, vi brugte på at dokumentere til i stedet at tale sammen om de enkelte borgers tilstand og behov.

Et kvarters eller en halv times overlap er rigtig godt givet ud og er rent faktisk mindre tid, end vi i dag i gennemsnit bruger på dokumentation i vores plejesystemer. Det vil også skabe et bedre kollegaskab, simpelthen fordi der bliver skabt en bedre relation imellem vagterne. ★


TANJA NIELSEN
SEKTORFORMAND

”

DER SKAL SIMPELTHEN VÆRE TID TIL AT GIVE EN STATUS PÅ DE ENKELTE BORGERE.

X

@TANIFOA74



KORT
OG
GODT



SUNDHEDSAPPS SKAL VURDERES

Det vrirler efterhånden med apps, der skal hjælpe med at holde os selv og andre sunde. Derfor har regeringen besluttet at oprette et nævn for sundhedsapps. Efter planen skal nævnet senere på året i gang med at vurdere de forskellige apps ud fra blandt andet pris, effekt og brugervenlighed, og de apps, nævnet ender med at anbefale, vil komme til at fremgå af sundhed.dk.

KILDE: MEDTECHNEWS

SOSU-uddannelsen ER BEDST

Social- og sundhedsassistentuddannelsen er nummer et, når det kommer til at hjælpe unge kvinder, der er i risiko for aldrig at få en erhvervskompetencegivende uddannelse, til at få én.

Det konkluderer en ny rapport fra Tænketanken DEA, der ser på, hvilke unge der er i risiko for ikke at få en uddannelse. Her viste det sig, at cirka hver tredje unge kvinde, der forlader risikogruppen ved at gennemføre en uddannelse, faktisk gennemfører social- og sundhedsassistentuddannelsen. Hver femte tager en uddannelse inden for detailhandel.



Læs hele
historien her



Stephane tvunget ud af Danmark

29-årige Stephane Sahue måtte først i februar opgive kampen for at få lov til at blive i Danmark og gennemføre sin uddannelse som social- og sundhedsassistent. Han er nu rejst tilbage til familien i Elfenbenskysten.

Sahue må rejse ud, samtidig med at et stort flertal i Folketinget er klar til at invitere 1.000 udlændinge fra primært Indien og Filippinerne til Danmark for at arbejde som social- og sundheds-hjælpere. Regeringen varslede også først på året,

at uddannelse inden for eksempelvis sosu-fagene igen skal kunne udløse opholdstilladelse.

De to initiativer skal vedtages ved lov og kommer først til at gælde fra 1. juli. Derfor bliver Stephane Sahue ikke omfattet. Han kan dog vende tilbage til Danmark til sommer, hvis han ud fra sine nuværende forudsætninger kan finde job som sosu-hjælper. Han må ikke genoptage sin uddannelse.

51%

af de sosu-assistenter og -hjælpere, der trykker tabletter ud af blisterpakker, oplever smerter eller andre fysiske gener i forbindelse med arbejdsopgaven. Det viser en undersøgelse, som FOA lavede i november 2023.

KILDE: FOAS MEDLEMSPULS

FOKUS PÅ SANSER ØGEDE TRIVSLEN

Sidste år gennemførte Furesø Kommune i samarbejde med virksomheden Wavecare et forsøg med demente beboere på plejehjemmet Lillevang. I forsøget blev beboerne udsat for forskellige former for sanselys, -musik og -film, og resultatet blev mere ro blandt beboerne samt mindre stress og sygefravær blandt personalet.

KILDE: FURESØ KOMMUNE

NU VIL ASKE ARBEJDE MED MENNESKER



VIDEOKLIP



Se videoen med Aske her

19-årige Aske Reipurth havde egentlig planer om at uddanne sig til elektronikingeniør. Men et sommerferieafløserjob på plejehjemmet Tjørnehaven i Galten fik ham på andre tanker.

Nu planlægger han at søge ind på pædagogstudiet. Og han

håber, at flere unge på samme måde som ham selv vil få øjnene op for, hvor givende det kan være at arbejde med mennesker:

"Som ung kan man gøre en helt anden indsats og bringe et nyt pust ind i faget, og det er en anden dynamik, der opstår."



I forhold til de behandlere, der ikke er radiologer, er der ingen tvivl om, at kunstig intelligens kan vurdere billederne bedre.

JØRN MUNKHOF MØLLER

CHEFLÆGE I AKUTMODTAGELSEN PÅ AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL - TIL SUNDHEDSMONITOR

Om et forsøg, hvor kunstig intelligens har været med til at vurdere røntgenbilleder - og nedbragt ventetiden på skadestuerne med en time i gennemsnit.

TEMA

DM I SKILLS 2024

Lørdag 20. april skal der endnu en gang findes en vinder i kategorien 'Social- og sundhedsassistent' ved DM i Skills – de årlige danmarksmesterskaber for erhvervsuddannelserne. På disse sider kan du møde finalisterne og læse mere om, hvad de som sosu-elever har fået ud af deltagelsen.

DM I SKILLS

Du modtager dette blad i samme uge, som DM i Skills bliver afviklet på Dyrskuepladsen i Roskilde.

Der er åbningsceremoni onsdag 17. april om aftenen, konkurrencer fra torsdag 18. april til lørdag 20. april og kåring af vinderne fra kl. 14 lørdag 20. april.

I social- og sundhedsassistentkategorien dystet fem par mod hinanden – et par fra hver region. Men der er kun én deltager, der vinder.

Der er konkurrencer i 47 forskellige fag, mens der også er mulighed for at opleve og prøve en række demonstrationsfag.

Der er fri adgang for publikum.



Læs meget mere her
skillsdenmark.dk

Christine Svane-kær Christensen under en landstræningsdag i marts, hvor Skills-deltagerne fik lov at prøve nogle af de velfærdsteknologiske løsninger, som er en del af konkurrencerne.





HVEM LØBER MED ÅRETS DM I SOSU?

DM i Skills afvikles i år på den legendariske dyrskueplads i Roskilde. Her kan du varme op sammen med deltagerne.

Normalt er det nogle af de ypperste kunstnere indenfor hiphop, rock og pop, der besøger Dyrskuepladsen i Roskilde.

Men i år sker der noget ganske andet, allerede et par måneder inden musikken begynder at spille. I dagene 18.-20. april er der nemlig DM i Skills, og det betyder blandt andet, at Danmarks bedste social- og sundhedsassistentelev skal kåres.

En af årets deltagere er nordjyske Christine Svanekær Christensen, som deltager for første gang, efter at Skills har fyldt en hel del i familiens liv de senere år. Hendes storesøster Cecilie Svanekær Christensen vandt således DM i sosu-Skills i 2020.

"Allerede da jeg startede i grundforløbet, omkring den tid min storesøster deltog, fik jeg at vide, at man også havde mig i tankerne til DM i Skills. Så på en måde har jeg forberedt mig lige siden," siger Christine Svanekær Christensen, da Fagbladet FOA taler med hende til en landstræningsdag, hvor deltagerne kan møde hinanden og forberede sig til konkurrencen.

"Efter jeg stillede op i Skills, har jeg udviklet mig meget rent fagligt. Jeg føler mig mere sikker, og jeg føler mig bedre klædt på i relationen til borgere og kolleger," tilføjer hun.

Hun er heller ikke i tvivl om, hvor stor betydning DM i Skills har for sosu-faget.

"Det er vigtigt, vi kan vise, hvad vores fag består af. Vi kan vise det til voksne



mennesker, men vi kan også vise det til de unge mennesker, som er tilskuere til Skills,” siger Christine Svanekær Christensen, som efter planen afslutter sin uddannelse på SOSU Nord til november.

Beæret over at være dommer

Storesøster Cecilie er også stadig involveret i Skills, denne gang som dommer. Begge søstre understreger, at de ikke taler sammen om konkurrencen – ”der er helt lukket. På samme måde som man har sin tavshedspligt på arbejdet”, som Cecilie siger til Fagbladet FOA over telefonen. Og storesøster kommer på intet tidspunkt til at dømme lillesøster.

”Jeg synes faktisk, det var svært ikke at være en del af Skills, for det er sådan en fed oplevelse. Så jeg vil næsten sige, at jeg er beæret over, at jeg skal være med igen. Det bidrager også til, at jeg holder mig opdateret med den nyeste teoretiske viden,” siger Cecilie Svanekær Christensen, som i dag er 25 år og arbejder på Mave- og Tarmkirurgisk Afdeling, Regionshospitalet Nordjylland.

Hun tænker også tilbage på sin egen deltagelse i Skills-konkurrencerne med glæde og taknemmelighed over den faglige ballast, hun fik.

Stor skepsis om sosu-faget

En anden i deltagerfeltet, der har fået Skills under huden, er sidste års nummer to, Kaja Lorenzen. Hun stiller op for Region Syddanmark.

”DM i sosu-Skills er vigtig, fordi vi kan vise alle andre, hvad vores fag går ud på. Også alle de unge mennesker, som er tilskuere til Skills og skal ud at vælge en retning. En ting er at høre noget om sosu-faget, noget andet er, hvad man ser,” siger hun.

”Det er så meget skepsis om, hvad en social- og sundhedsassistent kan, og hvorfor det kræver en uddannelse. Men jeg vil gerne vise på den store scene, at vores arbejde er komplekst og fagligt.”

Selv fandt hun en retning i sit liv, da hun gik sosu-vejen efter en periode i

teenageårene med angst og depression. I dag kan hun trække på sine personlige erfaringer i sit første arbejde efter endt uddannelse i februar – på et center for børn med fysiske og psykiske handicap.

Venter på aha-oplevelserne

Til DM i år vil man også kunne opleve en anden Skills-fan i form af forbundssekretær Helena Mikkelsen, som er ansvarlig for FOAs uddannelsespolitik.

”Jeg kender Skills, fra dengang jeg selv tog sosu-uddannelsen tilbage i 2013. Desværre var jeg selv for gammel til at deltage dengang, men jeg har fulgt Skills fra sidelinjen lige siden,” siger hun.

”Jeg er slet ikke i tvivl om, at man får et indblik i fagligheden på en helt anden måde, når man deltager i Skills. Jeg glæder mig på vegne af deltagerne – også fordi de er superdygtige til at vise faget frem.”

Helena Mikkelsen glæder sig til at følge konkurrencerne på sosu-scenen, og så er der en særlig ting, hun også vil kigge efter:

”Jeg glæder mig til at se de tilskuere, der får sådan en aha-oplevelse og bliver nysgerrige på faget, fordi det bliver fremvist på denne her måde. Det giver mange flere perspektiver på uddannelsen og bryder med den stereotype opfattelse, som nogle kan have.” ★



Christine Svanekær Christensen vandt mesterskabet i Region Nordjylland i efteråret sammen med sin makker David Kjærside og gik videre til DM i Skills.

STOLT MOR GLÆDER SIG HELT VILDT

Christine og Cecilie Svanekær Christensen kommer ikke til at være de eneste fra 'Familien Skills', som er til stede i Roskilde.

Deres forældre, Lone og Jan, har lejet en Airbnb-lejlighed midt i Roskilde under hele Skills-konkurrencen og vil være at finde på campingstole med madpakker foran scenen. Og det er dem begge, der går op i Skills 'med liv og sjæl' også selv om Jan ikke arbejder i faget.

”Det er sjovt at se en far gå så meget op i det – det er faktisk værre, end når han ser fodbold,” griner Lone Svanekær Christensen og tilføjer:

”Vi glæder os helt vildt. Det er så fedt at være med til, at det ikke kan beskrives.”

Selv blev hun uddannet i faget i 1985 og arbejder i dag i den udekørende aftenvagte ved hjemmeplejen i Aalborg Kommune.

”Jeg lærer også noget ved at følge med i Skills – for jeg er nødt til at interessere mig for noget af det, de unge mennesker har lært, når de kommer på min arbejdsplads,” siger Lone Svanekær Christensen.

Mød de 10 deltagere

De stiller op parvis for hver region. Én person ender med at vinde. Mød deltagerne, der kæmper om 'Danmarksmesterskabet i sosu' ved Skills.



”VI KOMMER MED EN MEGAPOSITIV ENERGI”

**Karoline Lohse (19)
og Clara Camille
Eskelund-Foverskov (21)**

SOSU H, Region Hovedstaden

Hvorfor er Skills vigtig?

Karoline: Jeg synes, det er virkelig vigtigt at vise dem, der er ved at gå ud af folkeskolen, at det er supersejt at vælge et sosu-fag.

Hvordan er det at være ung i faget?

Clara: Nogle steder synes de, det er det fedeste i hele verden, fordi vi kommer med en megapositiv energi. Andre kan være lidt i tvivl, om man egentlig kan leve op til det, fordi man ikke har så meget livserfaring.

Hvad er jeres største styrker til Skills?

Clara: Karolines største styrke er, at hun er sindssygt dygtig fagligt.

Karoline: Clara har en positiv indgangsvinkel til alt. Det havde hun også ved regionsmesterskaberne: ”Hvis vi tror på, vi vinder, så gør vi også noget for det”, sagde hun. ★

”

VIL VÆRE MED AT TIL AT VISE FOLK, HVAD JOBBET EGENTLIG INDEBÆRER, OG HVOR VIGTIGT DET ER BÅDE AT KUNNE SE ET MENNESKE OG KUNNE LØSE EN OPGAVE SAMTIDIG.

CLARA CAMILLE ESKELUND-FOVERSKOV

STILLER OP TIL DM I SOSU-SKILLS FOR REGION HOVEDSTADEN



”VI VISER, HVAD VI EGENTLIG KAN”

Natalie Juul (19) og Caia Nielsen (23)

SOSU MV, Region Midtjylland

Hvorfor er Skills vigtig?

Natalie: Sosu-faget er et, der er stor opmærksomhed omkring, fordi der er stor mangel på sundhedspersonale. Vi er med til at fremme det og vise, hvad det egentlig kan.

Hvad har Skills-træningen betydet for jeres faglighed?

Caia: Vi lærer rigtig meget, for vi sidder ikke i et klasselokale med 20 andre mennesker. Der er stor faglighed i at kunne fokusere på små mængder ad gangen og have meget direkte kontakt med lærerne.

Hvad er jeres største styrker til Skills?

Caia: Natalies største styrke er klart hendes forberedelsesevne. Hun er virkelig god til at dykke ned i materialet, så vi med det samme lærer det, vi skal kunne.

Natalie: Caias største styrke er, at hun er så positiv. Hvis noget går galt, siger hun: ”Arh, vi tager den lige igen. Vi kan godt”. ★



”VI NEDBRYDER FORDOMMENE”

Kaja Lorenzen (23) og Nanna Fangel (19)

SOSU SYD, Region Syddanmark

Hvorfor er Skills vigtig?

Nanna: Vi er med til at nedbryde nogle fordomme, som der kan være omkring vores fag, ved at vise, at vi laver så meget mere, end folk går og tror, vi gør.

Hvordan er det at være ung i sosu-faget?

Kaja: Nogle tager det som en positiv ting og tager godt imod vores idéer, og andre synes, at det godt kan virke lidt provokerende. I bund og grund handler det om at skabe respekt om sin karakter.

Hvad er jeres største styrker til Skills?

Kaja: Nannas største styrke er hendes evige gåpåmod. Hvis noget kikser, tager hun det med oprejst pande, og så klør hun bare på.

Nanna: Kajas største styrke er, at hun er enormt faglig dedikeret. Man kan virkelig mærke på hende, når hun går ind til en borgeropgave. ★



”HAR FÅET ET MEGET STÆRKERE FAGSPROG”

Christine Christensen (23) og David Kjærside (23)

SOSU NORD, Region Nordjylland

Hvorfor er Skills vigtig?

David: Det er med til at vise, hvad det egentlig er, vi laver. Vores arbejde har måske et blandet ry, men vi kan rent faktisk være med til at fremvise det gode, der er ved vores fag.

Hvad har Skills-træningen betydet for jeres faglighed?

Christine: Det har udviklet mig rigtig meget. Jeg er blevet stærkere i de fagsprog, vi har med at gøre, og også i forhold til den medicin, vi arbejder med.

Hvad er jeres største styrker til Skills?

Christine: Davids styrke er, at han er stærk i den teoretiske viden. Jeg kan godt få god brug for hans viden om det teoretiske.

David: Christine har omvendt ofte tit helt styr på det praktiske, hvor jeg måske enten ikke har prøvet det eller ikke er så god til det. Vi komplementerer hinanden, når vi træner sammen. ★



”VI HAR FÅET MEGET IND PÅ RYGRADEN”

Sarah Jonassen (24) og Emil Kirkegaard (21)

SOSU Nykøbing Falster,
Region Sjælland

Hvorfor er Skills vigtig?

Emil: Det er vigtigt både for at promovere vores fag, men også for at tiltrække unge mennesker. Det her med at løfte vores fag og vise, hvad vi egentlig laver.

Hvordan har I kunnet bruge Skills-træningen i praksis?

Sarah: Det er megafedt, fordi vi træner rigtig meget i mange forskellige ting, så de ligger mere på rygraden. Det gør også, at man har overskud og kan analysere udover de grundlæggende ting.

Hvad er jeres største styrker til Skills?

Sarah: Emil er altid rolig. Det er meget dejligt. Og han er dygtig fagligt og velformuleret.

Emil: Sarah er altid positiv og også sindssygt dygtig fagligt. Det kan man se i alt, hvad hun laver. ★

**HVEM VINDER?
FAGBLADET FOA
ER OGSÅ MED VED
DM I SKILLS I ÅR –
FØLG MED HER**



TEMA ■ DM I SKILLS 2024

KUNNE DU KLARE SKILLS-OPGAVERNE?

Deltagerne kommer igennem 8-10 forskellige opgaver på scenen, før der kan kåres en vinder. Her kan du se nogle eksempler – navnene er fiktive, og de plejekrævende borgere spilles af skuespillere:

Palliativ pleje

Eleverne skal på morgenbesøg hos Birgitte Hermansen, som har brystkræft og ikke længere kan tilbydes behandling. Eleverne skal derfor yde lindrende sygepleje.

Varighed: 25 minutter

I psykiatrien

Eleverne skal varetage plejen hos Orham, som flygtede fra Syrien i 2005. Orham er indlagt med symptomer på hashpsykose.

Varighed: 25 minutter

På kirurgisk afdeling

Eleverne skal varetage plejen hos Grete Hammer, en 80-årig dame, der er blevet opereret for hoftebrud. Grete skal i gang med genoptræning, inden hun kan blive udskrevet.

Varighed: 22 minutter



Se alle opgaverne her
[Sevu.dk/fevu/opgaver-til-dm-i-sosu-skills](https://sevu.dk/fevu/opgaver-til-dm-i-sosu-skills)

OK-24





SÅDAN GIK AFSTEMNINGEN

– og det betyder resultaterne for dig

FOAs medlemmer har været med til at stemme om aftalerne i de nye OK24-overenskomster, mens dette blad har været undervejs fra trykkeriet.

&



Husk, at du kan gå ind på
[Fagbladetfoa.dk/OK24](https://fagbladetfoa.dk/OK24) og læse
mere om resultatet af afstemningen.



Hun tror på det gode i velfærdsstaten

Præsten Anne-Mette Gravgaard, der mistede en arm og et ben i en trafikulykke, beskriver sine hjemmeplejere som en lille forsmag på Paradis.

AF ULLA ABILDTRUP | FOTO: RASMUS HARGAARD BREUM

BLÅ BOG

Anne-Mette Gravgaard

- Født d. 25. februar 1949
- Uddannet cand.mag. i kunsthistorie og oldgræsk fra Københavns Universitet i 1976
- Sognepræst ved Davids Kirke på Østerbro i København 1996-2020
- Udsat for en trafikulykke i 2003, hvor hun mistede en arm og et ben.

Seks gange dagligt får pensioneret sognepræst Anne-Mette Gravgaard besøg af hjemmeplejen i lejligheden på Østerbro i København.

”Jeg er et lidt kompliceret tilfælde, fordi jeg mistede min venstre arm og mit højre ben i en højresvingsulykke i 2003, hvor en lastbil overså mig,” forklarer hun.

”Siden er min tilbageværende hånd blev ramt af leddegigt, som gør den næsten ubrugelig, og i det sidste halv-

andet år har jeg døjet med helvedesild i mit ene øje,” tilføjer hun.

Alligevel er det ikke til at vride et kritisk ord om livet ud af Anne-Mette Gravgaard:

”Som pensionist har jeg jo mistet den daglige omgang med menigheden og mine kolleger i kirken, og flere venner og tidligere kolleger er gået heden. Til gengæld – og det er vel det, der gør mig livsduelig også i dag – har en løbende strøm af nye og spændende menneskeskæbner gjort deres entré i mit liv.”



"Der er nok ikke så mange, der siger det offentligt som jeg, men det burde der være, for vi ældre er generelt så taknemmelige for vores hjælp," siger den 75-årige tidligere sognepræst.

"Jeg er nemlig blevet en lykkelig sosu-bruger: Sosuer af alle farver, køn og aldre servicerer mig mange gange i døgnet med øjendrypning, badning, på- og afklædning, morgenmad og frokost, livshistorier også videre," siger Anne-Mette Gravgaard.

Fantastisk indføling

Det har stor betydning for den pensionerede præst, at hjemmeplejerne virkelig engagerer sig i deres arbejde.

"De har en fantastisk indføling med andre mennesker og giver så meget af sig selv. Det føles faktisk som en lille forsmag på Paradis!" erklærer Anne-Mette Gravgaard.

Hun nævner som eksempel en social- og sundhedshjælper, som under sin oplæring kom en del gange hos præsten.

"Hun var et pragtfuldt kvindemenneske og meget moderlig overfor mig. Hun gav mig sådan en tryghed og omsorg, når jeg skulle bade, at jeg turde stå på ét ben, mens hun skrubbede mig – og skrubbe mig gjorde hun!" smiler Anne-Mette Gravgaard.

"Der tales tit om, at der mangler respekt over for gamle mennesker. Men det er ikke mit indtryk, når det gælder hjemmeplejen. Det væsentlige er en gensidig respekt mellem social- og sundhedshjælperen og borgeren og en accept af, at vi har hver vores opgaver i forholdet og hver vores forudsætninger og talenter."

Trylleri med vagtplanen

Præsten kan også lide, at hjemmeplejerne tager sig tid til at tale med hende, og hun drøfter meget gerne politik og nyheder med sine hjælpere. Hun har også lige været til undersøgelse på hospitalet, og aftalen lå desværre oven i det tidspunkt, hvor hun normalt får gjort rent.

"Så tryllede planlæggeren, så jeg fik gjort rent tidligere end normalt og samtidig nåede min tid på hospitalet. Planlæggeren er så god til at tage hensyn både til os, der har brug for hjælp og til medarbejderne," mener præsten.

Hun lægger også mærke til, at hjemmeplejerne hjælper hinanden.

”

Jeg tror, at meget af plejernes overskud kommer af, at de kan mærke vores taknemmelighed.

ANNE-METTE GRAVGAARD
PENSIONERET SOGNEPRÆST

"Jeg hører tit, at de ringer til hinanden og tilbyder hjælp. Man mærker virkelig, at de har valgt faget til. De er meget ansvarlige og følger op på de mennesker, de omgås. Mine hjemmehjælpere fortæller, at det er det mest meningsfulde job, de kunne forestille sig."

"En har opgivet et indbringende job som grafisk designer hos Novo Nordisk, en anden har skippet et job som flyleder, og en tredje har droppet et ph.d.-projekt for at komme til at beskæftige sig med mennesker og hjælpe."

Præsten spørger ofte, om hun da er den eneste, der har det så godt med sine hjemmeplejere, når hun er til fysioterapi, på hospitalet eller sammen med venner. For der står jo så meget negativt i medierne, som hun siger. Men alle er meget enige om, at de er glade for deres hjemmepleje.

"Der er nok ikke så mange, der siger det offentligt som jeg, men det burde der være, for vi ældre er generelt så taknemmelige for vores hjælp," siger den 75-årige Anne-Mette Gravgaard. ★

REDAKTIONEN@FOA.DK

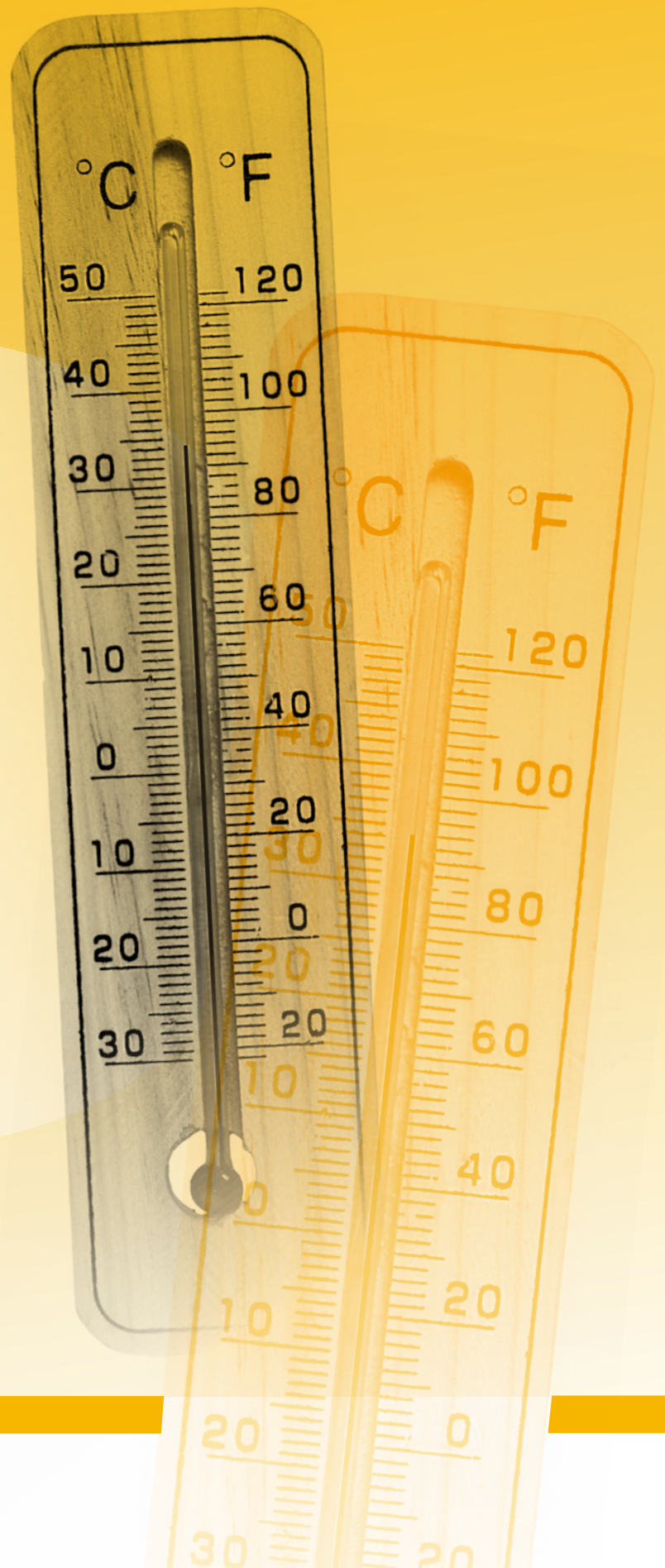
VARMEPAUSER

Ansatte, der har et job, hvor de ikke sidder stille, skal ifølge Arbejdstilsynet have varmepauser ved høj luftfugtighed og temperaturer på 32 grader. Det skriver tilsynet i en vejledning.

Og hvis de ansatte skal bære uniform på arbejdet – som for eksempel på hospitaler eller mange steder i ældreplejen – kan det medføre, at pauserne skal forlænges.

Pauserne skal holdes i lokaler med lavere temperatur eller udendørs, og hvis man er en del af en risikogruppe – er gravid, ældre eller har hjerte- eller lungesygdomme – skal man eventuelt have længere pauser.

KILDE: ARBEJDESTILSYNET



”VARMENPAUSER ER EN BY I RUSLAND”

Den varme tid kommer tættere på. Men selvom Arbejdstilsynet anbefaler, at medarbejdere skal have ekstra pauser, når det er meget varmt, er det kun 11 procent af FOAs medlemmer, der har en aftale om det på deres arbejdsplads.

” Vi holder hverken pauser, når det er koldt eller varmt.”

”Hyppigere pauser er umulige at holde, for man kommer bagud eller skal løbe stærkere.”

”Vi får jo ikke engang tissepause fra kl. 7 til kl. 12.”

Sådan lyder nogle af udsagnene fra de 3.669 FOA-medlemmer, der har besvaret en medlemsundersøgelse, der – stik imod Arbejdstilsynets anbefalinger – viser, at kun cirka hver 10. FOA-medlem har en aftale om at holde varme-pauser, når det er meget varmt.

Men det problem er ikke nyt.

I 2018, da Danmark var ramt af historisk varme og tørke, bragte Fagbladet FOA et interview med social- og sundhedsassistent Beata Larsen fra Plejecenter Solgaven i Mariagerfjord Kommune. Dengang sagde hun:

”Varmepauser er en by i Rusland. Jeg føler knap nok, at vi har haft almindelige pauser på grund af øget travlhed og mange akutopgaver.”

Eneste assistent til 67 borgere

I løbet af de år, der er gået, er intet blevet bedre på Plejecenter Solgaven, hvor Beata Larsen stadig arbejder. Faktisk

tværtimod, fortæller hun, da vi tager fat i hende igen i forlængelse af medlemsundersøgelsen. På grund af manglende personale er der blevet mindre tid til pauser, end der var før, og varmepauser er der slet ingen af.

”Tit er jeg den eneste social- og sundhedsassistent til 67 borgere, så ofte har jeg ikke engang tid til at spise min aftensmad, før de fleste er lagt i seng. Og jeg har slet ikke mulighed for at holde ekstra pauser, når det er varmt,” siger hun.

”Vi står med et kæmpe problem med pauser, uanset om det er varmt eller ej. For vi kan ikke rekruttere eller fastholde personale,” siger hun.

Ledelsen skal dog have lidt credit, lyder det fra Beata. De ansatte har siden 2018 fået dispensation, når det er rigtig varmt, til at tage egne bukser på.

”Vi har brokket os rimelig meget over vores uniform, som er for varm om sommeren og for kold om vinteren. Så nu må vi have vores egne bukser på, som går til knæene, og som ikke er gennem-sigtige,” siger Beata Larsen.

Ældrechef: Der skal være plads til pauser

Michael Tidemand, der er sundheds- og ældrechef i Mariagerfjord Kommune, fortæller, at han godt kan genkende, at personalet på kommunens plejecentre kan have så travlt, at de ikke har tid til at holde pauser.

”Der er jo arbejdskraftmangel, og det er med til at presse os på at løse opgaverne og holde pauser og få det hele til at gå op i en højere enhed. Men vores udgangspunkt er, at man skal have sin pause,” siger han og tilføjer, at man også fra ledelsens side er opmærksom på, at Arbejdstilsynet anbefaler, at medarbejderne får

ekstrapauser, når det er meget varmt.

Det lyder bare til, at der er lidt langt til at kunne holde en varmepause, når der ikke engang altid er tid til at holde en normal spisepause?

”Nu har du talt med én medarbejder, som er meget ansvarlig og gerne vil løse sine opgaver, og som har den her oplevelse, men jeg tror ikke, det er det samme som at sige, at vi aldrig holder varmepauser,” siger Michael Tidemand.

”Vi følger det på ledelsesplan, og man har mulighed for at tage det op i MED, hvis man synes, det er et problem. Jeg har ikke selv fået et hav af meldinger om, at der ikke kan holdes pauser,” siger han.

Smelter i varme uniformer

69 procent af FOAs medlemmer svarer i medlemsundersøgelsen, at de har udfordringer med at håndtere varmen på jobbet. Blandt medlemmer i Social- og Sundhedssektoren svarer 52 procent, at de har dårlig eller meget dårlig mulighed for at tilpasse deres arbejdstøj til varmen.

Især, skriver mange, er det en udfordring, at tøjet er lavet af kunstige materialer. En social- og sundhedshjælper ansat i hjemmeplejen fortæller:

”80 procent polyester gør, at man ikke kan komme af med varmen. Når jeg kommer hjem fra en vagt om aftenen, er både mit hår og mit undertøj helt vådt.”

En social- og sundhedsassistent, som også arbejder i hjemmeplejen, stemmer i:

”Arbejdstøjet er så billigt, at man sveder under det, og sveden løber ned ad kroppen, men uden tøjet bliver vådt, fordi det er syntetisk.”

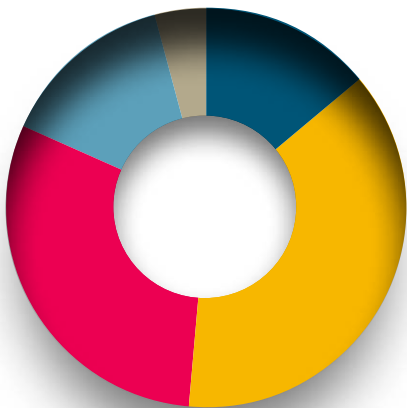
Problemstillingen er langt fra ny. I 2018 svarede 69 procent af FOAs medlemmer i en lignende undersøgelse, at deres tøj ikke var passende til sommervejret. ★



På social- og sundhedsassistent Beata Larsens job er antallet af pauser blevet færre de sidste fem år.

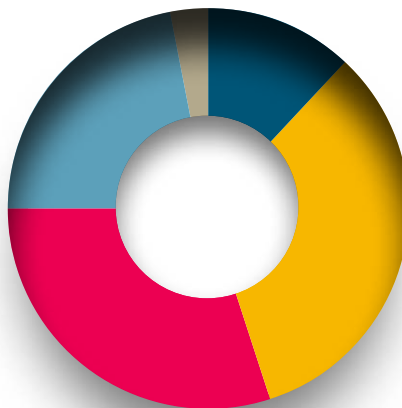
UNDERSØGELSEN

FOA spurgte i sommeren 2023 sine medlemmer om forskellige spørgsmål i forbindelse med at være på arbejde i varmen.



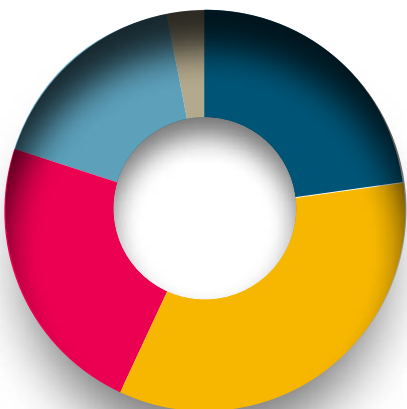
Hvor gode eller dårlige er dine muligheder for at holde pause, når du er på arbejde i sommervarmen?

- 14 % Meget gode muligheder
- 37 % Gode muligheder
- 30 % Dårlige muligheder
- 14 % Meget dårlige muligheder
- 4 % Ved ikke/ikke relevant



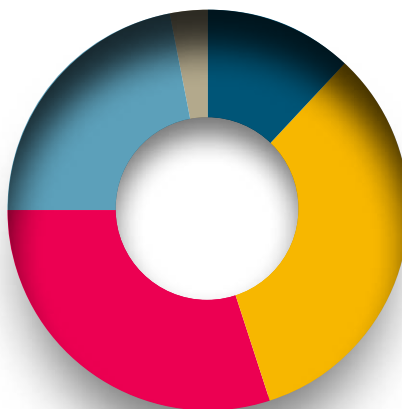
I Social- og Sundhedssektoren fordelte svarene sig således:

- 11 % Meget gode muligheder
- 35 % Gode muligheder
- 34 % Dårlige muligheder
- 17 % Meget dårlige muligheder
- 3 % Ved ikke/ikke relevant



Hvor gode eller dårlige er dine muligheder for at tilpasse din påklædning til varmen, når du er på arbejde i sommervarmen?

- 23 % Meget gode muligheder
- 34 % Gode muligheder
- 23 % Dårlige muligheder
- 17 % Meget dårlige muligheder
- 3 % Ved ikke/ikke relevant



I Social- og Sundhedssektoren fordelte svarene sig således:

- 12 % Meget gode muligheder
- 33 % Gode muligheder
- 30 % Dårlige muligheder
- 22 % Meget dårlige muligheder
- 3 % Ved ikke/ikke relevant

KILDE: UNDERSØGELSEN ER GENNEMFØRT I PERIODEN 28. JUNI-10. JULI 2023. I ALT SVAREDE 3.669 MEDLEMMER PÅ SPØRGSMÅLENE OM UDFØRTE ARBEJDSGANGE I SOMMERFERIEPERIODEN. NB: NÅR TALLENE INDIMELLEM IKKE GIVER 100 % I ALT, SKYLDES DET AFRUNDING.



Plejepersonale frygter for de ældres helbred

Knap tre ud af fire ansatte i ældreplejen er bange for, om de ældre borgere bliver dårlige i de høje temperaturer. Det er især bekymringen for, om de ældre får nok at drikke, der fylder. Det viser ny medlemsundersøgelse.

VARME KOSTER MENNESKELIV

I 2018, da der var hede-bølge over Danmark henover sommeren, var der en øget dødelighed relateret til de høje temperaturer for borgere over 65 år. Her anslog Statens Serum Institut, at varmen var medvirkende til 250 flere dødsfald end forventet.

Også i 2022 kostede hede-bølger i Europa menneskeliv. Det har et spansk-fransk studie fastslået, skriver TV 2. I perioden fra 30. maj til 4. september 2022 døde 61.672 mennesker som følge af varmen, viser analysen.

Forskerne bag undersøgelsen påpeger, at hvis der ikke gøres mere for at beskytte de mere sårbare grupper mod stigende temperaturer, risikerer Europa i 2030 at opleve omkring 68.000 dødsfald i gennemsnit hver sommer på grund af varmen.

I 2040 vil det tal stige til over 94.000, og i 2050 kan det ligge over 120.000, viser forskernes prognose.

Dehydrering. Fald. Besvimelser. Saltbalance. Påklædning. Øget risiko for urinvejsinfektioner. For tykke dyner. For lang tid i solen og for lidt solcreme.

Bekymringerne for de ældres helbred i varmen fylder meget hos plejepersonalet.

Det viser en medlemsundersøgelse blandt FOAs medlemmer. Her svarer knap tre ud af fire – 73 procent – af de ansatte i ældreplejen, at de i høj eller i meget høj grad er bekymrede for de ældre borgers velbefindende, når temperaturen nærmer sig 25 grader.

Det er især frygten for, at de ældre ikke får nok at drikke og bliver dehydrerede, der fylder for de ansatte.

”Rigtig mange ældre indtager ikke den nødvendige væske. Vi har flere borgere med væskeskemaer, der ikke bliver fulgt op på allerede. Så når der ikke er tid eller nogen, der tager ansvar for opfølgning, er det borgernes helbred, vi sætter på spil,” svarer en social- og sundhedshjælper i medlemsundersøgelsen.

Det er særligt de ansatte i hjemmeplejen, der frygter varmets konsekvenser for de ældres helbred. Her svarer 79 procent, at de i høj eller meget høj grad bekymrer sig. 18 procent gør i nogen grad.

Ifølge nogle af de uddybende kommentarer går bekymringerne mest på, at der ikke er lagt ekstra tid ind i køre-listerne til at sørge for, at de ældre får nok at drikke, og at de ikke kan holde øje med borgeren, så snart de er kørt videre til den næste.

En social- og sundhedsassistent i hjemmeplejen skriver:

”Ofte føler de ingen tørst og glemmer rådet om at drikke rigeligt. Vi kan stille meget frem, men når vi kører, kan vi ikke gøre mere.”

Føler ikke lige så meget tørst

Ifølge Anne Marie Beck, der er seniorforsker i ernæring ved Herlev og Gentofte Hospital, er dehydrering hos ældre mennesker et alvorligt og udbredt problem. Ikke kun om sommeren. Et stu-

die, hun har været med til at lave, viser, at 36 procent af dem, der kommer ind på akutafdelingen, er dehydrerede, uden at det er blevet opdaget.

Dehydreringen sker, forklarer hun, fordi ældre mennesker har sværere ved at føle tørst. De kan ikke ligesom unge koncentrere urinen, og den bliver ikke mørk ved dehydrering som hos yngre. Ældre mennesker har typisk også mindre muskelmasse, som er der, hvor kroppen 'gemmer' vandet.

"Vi ved faktisk ikke helt, hvorfor man pludselig ikke føler sig så tørstig, som man gjorde, da man var yngre. Det er hormonelt betinget og noget, der foregår i hjernen. Man har lavet studier, hvor man giver både unge og gamle noget at drikke, og af en eller anden grund bliver de ældre bare ikke tørstige igen lige så hurtigt," siger Anne Marie Beck.

Hun fortæller, at man for ældre personer anbefaler, at mænd indtager to liter væske og kvinder 1,6 liter. ★



6 GODE RÅD

SÅDAN MOTIVERER DU ÆLDRE TIL AT DRIKKE MERE VÆSKE

Dehydrering blandt ældre kan være farligt, men samtidig har mange ansatte svært ved at få borgerne til at drikke mere, når det er varmt. Få nogle tips og tricks her.

1

Et glas på badeværelset

For de beboere, der selv kan gå på toiletet, kan et trick være stille et glas på badeværelset. Så kan reglen være, at borgeren skal drikke et glas vand per toiletbesøg.

2

En kold kande

For ansatte i hjemmeplejen kan en idé være at stille en kande med koldt vand i køleskabet. Så kan den ansatte lave en aftale med borgeren om, at den kande skal være tom inden næste dags besøg.

3

Drik væske til alle måltider

Drik altid et glas vand til et måltid. Mange ældre er småtspisende, så væske med kalorier – for eksempel mælk – kan også være en mulighed.

4

Sørg for de rigtige drikkeglas

Nogle ældre mennesker kan på grund af gigts eller Parkinsons have svært ved at løfte normale kaffekopper eller store vandglas. Andre har svært ved at få fingrene ind i hankene. Så helt lavpraktisk bør man bruge kopper, der gør det mere tilgængeligt at drikke. Det kan være krus af hård plast.

5

Et toiletbesøg er træning

Mange ældre holder igen med væsken, fordi de ikke vil rende på toilettet hele tiden. Men plejepersonalet kan forsøge at motivere borgeren ved at forklare, at det faktisk er en god træning at rejse sig fra sin stol, gå ud på toilettet, sætte sig ned og rejse sig igen.

6

Okay med te og kaffe

Det er en myte, at te og kaffe er vanddrivende. Begge dele kan indgå i den væske, man skal drikke. Det samme gælder øl og vin, siger eksperten, men man skal selvfølgelig ikke drikke sig så fuld, at man falder.

KILDE: ANNE MARIE BECK, SENIORFORSKER I ERNÆRING VED HERLEV OG GENTOFTE HOSPITAL

Millionerne ruller ind

FOA begyndte sidste år at registrere resultaterne af de mange løntjek, der gennemføres hvert år. Den foreløbige oversigt viser, at de første 458 registrerede sager har indbragt omkring 10 millioner kroner.

AF MORTEN BRUUN | FOTO: PRIVATFOTO

TYPISKE FEJL PÅ LØNSEDLEN

- Forkert erfarings- eller anciennitetsdato
- Manglende eller forkert indbetaling til pension
- Manglende eller forkert lokalt løntillæg
- Manglende eller forkerte ulempetillæg
- Forkert timetal, fritvalgstillæg og/eller stillingsbetegnelse.



Er det virkelig rigtigt? Hvor er det fantastisk. Det er jeg altså glad for at høre.”

Sådan lød den spontane reaktion fra social- og sundhedsassistent Elsebeth Nakel, da Fagbladet FOA sidste år kontaktede hende for at fortælle, at hun efter et løntjek ville få efterbetalt 110.000 kroner.

”Det kan ikke være rigtigt, at ens arbejdsgiver kan ’glemme’ 110.000 kroner. Det er faktisk fuldstændig vanvittigt,” sagde Elsebeth Nakel dengang og udtrykte ønske om, at alle, der læste om hendes sag, ville bruge den som inspiration til at bede FOA om hjælp til et løntjek.

På det tidspunkt var hun gået på pension, men hendes ønske er gået i opfyldelse. I hvert fald har fem af hendes tidligere kolleger fulgt hendes eksempel.

Den ene af de sager er færdig og resulterede i en efterbetaling på godt 50.000 kroner. To andre er ved at blive behandlet, mens de sidste to sager er ved at blive oprettet, fortæller Loke Saxtorff, der er faglig sagsbehandler i FOA Sydfyn og bistod i alle seks sager.

”Det er faktisk ikke usædvanligt. Når først vi afslutter en sag på en arbejdsplads, dukker der ofte flere op,” siger han.

15 afdelinger og 458 sager

De 6 plejehjemsmedarbejdere er ikke de eneste, der har fået hjælp af Loke Saxtorff og hans kolleger på Sydfyn. De seneste 2 år har afdelingen således afsluttet 109 løntjek og hentet mere end 3,2 millioner kroner hjem til medlemmerne.

Det fremgår af den oversigt over afsluttede løntjek, FOA gik i gang med for blot få måneder siden. Her registreres resultaterne af de mange løntjek på tværs af alle afdelinger, og status midt i marts viste, at foreløbig 15 afdelinger har bidraget med i alt 458 afsluttede sager, som har hentet 9.801.681 kroner til medlemmerne.

I gennemsnit svarer det til ca. 21.400 kroner pr. sag, og hertil kommer så alle de penge, de øvrige afdelinger har hentet hjem, som Thomas Enghausen, der er næstformand i FOA, bemærker. Samtidig hæfter han sig ved, at tallene for



Det kan ikke være rigtigt, at ens arbejdsgiver kan 'glemme' 110.000 kroner. Det er faktisk fuldstændig vanvittigt.

ELSEBETH NAKEL
SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT



Den nu pensionerede social- og sundhedsassistent Elsebeth Nakel hentede 110.000 kroner efter et løntjek sidste år og er jublende glad for, at flere af hendes daværende kolleger fulgte hendes eksempel og nu er på vej til at bidrage til FOAs nye registrering af løntjekresultaterne.

alvor visualiserer nødvendigheden af at være med i en fagforening, der kan tilbyde hjælp til at tjekke lønsedlen.

"I den bedste af alle verdener fik alle den løn, de præcis har krav på. Men det er bare ikke tilfældet, og det kan somme tider undre, fordi der jo er tale om overenskomster, vi alle har skrevet under på og er enige om," siger han og tilføjer:

"Mit håb er, at registret kan give os et endnu bedre overblik over, hvor de typiske fejl forekommer, så vi kan fortælle både kommunale, regionale og private arbejdsgivere, at her skal der strammes op. Uanset om det er arbejdsgiveren, der fortolker eller administrerer en aftale forkert, eller om det er os, der har været med til at lave nogle knudrede og utydelige formuleringer."

Løntjek kan bruges til organisering

I FOA Sydfyn oplever afdelingsformand Susan Bøg Nielsen det hverken som besværligt eller tidsrøvende at registrere resultaterne. Til gengæld ser hun masser af værdi i den indsats, som tre af afdelingens ansatte lægger i løntjek i store dele af deres arbejdstid.

"For det første giver resultaterne os et organiseringspotentiale. Når vi besøger en arbejdsplads og skaffer penge til et medlem gennem et løntjek, forstår de uorganiserede kolleger, hvad det er, en

fagforening kan," siger Susan Bøg Nielsen og fortsætter:

"For det andet giver det os et indblik i de områder, hvor der er problemer. Den suverænt største knast er arbejdstidsreglerne, hvor vi blandt andet finder fejl i forhold til overarbejde, inddragelse af frihed og honorering for dobbeltvakter. På nogle arbejdspladser er mange af den slags fejl ensbetydende med et dårligt arbejdsmiljø, og så kan vi jo pludselig bruge vores viden fra løntjekkene over for arbejdsgiveren."

Bruger pengene på rejser

I Svendborg er den pensionerede social- og sundhedsassistent Elsebeth Nakel stadig voldsomt glad for resultatet af sit løntjek, som i virkeligheden blev gennemført ved lidt af en tilfældighed. Hun kontaktede FOA for at få hjælp efter en indskydelse om hjælp til samtidig at tjekke lønnen.

Hun mente selv, hun var blevet snydt – og havde altså ret – og har siden forstået at nyde de godt og vel 60.000 kroner, hun stod tilbage med efter at have betalt skat.

"I december var jeg otte dage i New York med min datter," sagde hun og fortalte, at en to uger lang rejse til Indien sammen med kæresten også var på programmet. ★ MOBR@FOA.DK

FÅ HJÆLP

Du kan tage fat i din tillidsmand eller din lokale FOA-fagforening, hvis du gerne vil have tjekket din lønseddel.

SKIVE LYKKE FESTIVAL

– tidligere Skive Handicap Festival

Tirsdag den 28. maj
Dyrskuepladsen i Skive



SKIVE LYKKE FESTIVAL

PROGRAM

- 09:00 Pladsen åbner
- 10:00 Jacob Haugaard byder velkommen
- 10:15 MD Duo
- 11:45 Kandis
- 14:00 Fyr & Flamme
- 15:30 Tak for i dag - på gensyn i 2025

skiveLykkefestival.dk



Få de bedste boligrabatter hos PenSam Bank

Få et
SuperGavekort
på 2.000 kr.**
Bestil et banktjek
på pensam.dk/
gavekort

Eksisterende realkreditlån overføres gratis*

*Tilbuddet gælder for dig, der har et realkreditlån på minimum 500.000 kr. **For dig, der har et nuværende realkreditlån**, uanset realkreditinstitut, tilbyder PenSam Bank, at lånet flyttes gebyrfrit, dvs. uden disse omkostninger: Totalkredit gebyr (4.000 kr.), kurtage 0,15%, PenSam Bank gebyr (6.000 kr.), tinglysningsgebyr (1.850 kr.), variabel tinglysningsomkostning (afhænger af lånets størrelse), indfrielsesgebyr fra nuværende institut og gebyr for kurskontrakt (500 kr.). Eventuelt kurstab ved indfrielse og oprettelse betales af dig som kunde. Kursfradrag ifm. kurssikring betales af dig som kunde. **For dig, der er ny kunde uden realkreditlån**, der ønsker at købe bolig: Her betales standard priser. For alle realkreditkunder, der ønsker at bruge kampagne-tilbuddet, er det et krav, at du skal være FOA-medlem eller PenSam-medlem, og du skal have hele din privatøkonomi hos PenSam Bank. Din økonomi skal kunne kreditvurderes til låneforpligtelsen, og NemKonto skal være hos PenSam Bank.

** Værdi af SuperGavekortet er på 2.000 kr. Gavekortet kan frit anvendes blandt alle gavekort, produkter og oplevelser på GoGift.com. PenSam Bank har ingen forbindelse til GoGift og PenSam Bank modtager ingen honorering eller lign. fra GoGift i forbindelse med gaven. Husk, at du skal opgive din gave på 2.000 kr. til SKAT på din selvangivelse. Kampagnen kører til og med den 31. maj 2024.

PenSam FOA

UFAGLÆRT SOCIAL- OG SUNDHEDS-
MEDARBEJDER THOMAS HARFOT:

RESPEKT FOR, AT NOGEN VIL ANSÆTTE MIG

AF LAURITS ERIKSEN | FOTO: RASMUS BREUM

Jeg tror, vi alle skal være bedre til at stoppe op og evaluere, hvor vi gerne vil hen i livet. Jeg fandt ud af, at jeg vil være meget mere end ham, der har styr på regneark. Jeg kan også bidrage med en kerneopgave inden for sundhedsvæsenet. Derfor vil jeg ikke være økonomichef, når jeg stopper min karriere.

De seneste 4,5 år har jeg arbejdet i en chefstilling på Næstved, Slagelse og Ringsted Sygehuse. Jeg er derfor vant til at holde hovedet koldt under lange, travle arbejdsdage. Det er nok en god erfaring at have, når man starter i en ny stilling som social- og sundhedsmedarbejder. Nu er jeg pludselig 'Thomas 20 år' igen, og for første gang i lang tid er jeg grøn og ufaglært. De kompetencer, jeg har opbygget gennem 22 år, smider jeg delvist væk nu, hvor jeg træder jeg ind i en hverdag, som er helt anderledes end før. For selvom jeg gennem mit arbejdsliv har været tæt på sundhedsområdet, har jeg aldrig været helt tæt på, hvor plejen og omsorgen udføres. Det er heller ikke nogen hemmelighed, at lønsedlen kommer til at se anderledes ud. Måske skal vi til at købe den billige ost i stedet for den dyre, men det skal nok hænge sammen alligevel. Min kone og børn bakker mig 100 procent op.

Jeg har respekt for, at der er nogle, der tør ansætte en ufaglært som mig. Min kommende arbejdsgiver har mødt mig med en imponerende tillid. Jeg vil gerne gøre mig umage for at være i faget. Derfor er det vigtigt for mig at bevise overfor kommende kolleger, beboere, de pårørende og ikke mindst mig selv, at jeg kan klare jobbet. Bolden ligger hos mig nu. ★

MIN
VEJ

| CV |

2024 -: Social- og sundhedsmedarbejder, Holbergcentret/Rosenuset

2019-2024: Økonomi- og planlægningschef, Næstved, Slagelse og Ringsted Sygehuse

2018-2019: Økonomi- og administrationschef i ARGO

2007-2018: Gruppeleder og derefter økonomi- og personalechef i Sorø Kommune

2002-2006: Vicekommunaldirektør og afdelingsleder i Stenlille Kommune

1999-2002: Planlægger, Sygehusdirektoratet Københavns Amt

1996-1999: Økonom, Amtssygehuset Herlev

1993-1996: Fuldmægtig i Sundhedsministeriet

Her har bordbenene fået sokker på

Støj og skarpe lugte er hverdag på mange plejehjem, men sådan behøver det ikke at være.

AF THOMAS BJERG | FOTO: TOR BIRK TRADS

Rungende rulleborde med klirrende service og stoleben, der hviner hen over gulvet. Nyhedsudsendelser om krige og dansktopmusik, der kører på repeat. Og skarpe lugte fra bleer og linned gennemvædet af urin.

Dårlige lyd- og duftmiljøer på plejehjem går ud over medarbejdere og beboere, men ret simple tiltag kan hjælpe. Det viser et forsøg i Aarhus Kommune.

Plejehjemmet Vidtskuevej i Viby J har været med i forsøget og har fået sat spot på, at medarbejdernes adfærd og rutiner er afgørende. Det fortæller social- og sundhedshjælper og vagtplanlægger Helle Torp Lundfelt.

”Radio og tv skal ikke bare køre med musik og nyheder, for mange demente tåler ikke mere end to-tre musiknumre. Så bliver de trætte og urolige. Det samme gælder opvaskemaskinen. Den skal ikke køre i spisesituationen, selv om det er nemt. Derfor taler vi ofte på vores faglige møder om, at vi skal have et formål, når vi for eksempel sætter musik på,” siger hun.

Stolesokker hjælper

Forskere fra Aarhus Universitet undersøgte lyd- og duftmiljøer på en række plejehjem i Aarhus Kommune, og derefter igangsatte kommunen et forsøg. Det mundede ud i en række anbefa-

linger til at forbedre lyd- og duftmiljøerne.

Nogle af rådene er lette at gå til. For eksempel har plejehjemmene fået sokker på stolene i dagligstuerne. Det er runde gummidutter med slidstærkt filt.

”Det larmede meget, når vi trak 12 stole ud fra spisebordet, men nu glider de stille. Borgerne har også nemt ved at flytte dem,” siger Helle Torp Lundfelt.

En anden kilde til larm var rulleborde med hjul af metal eller hårdt gummi.

”Når vi kørte ned ad gangen med service på bordene, vækkede vi hele afdelingen,” siger Helle Torp Lundfelt og viser, at et nyt rullebord med bløde hjul triller lydløst.

Beboernes lydbarometer

Viceforstander Helle Anderson supplerer med, at medarbejderne nu først samler service ind, efter at beboerne har forladt spisebordet.

”Det er små ting, men vi tænker over det. Borgerne kan ikke flytte sig fra støjen. Vi er deres lydbarometer,” siger Helle Anderson.

Også alarmerne fra medarbejdernes tablets generede beboerne.

”De sagde, at nogen trak en kat i halen, når vi fik et kald. Og det blev ved, indtil det blev besvaret. Nu er de indstillet til at brumme efter kort tid,” siger Helle Torp Lundfelt.

Forsøget på plejehjemmene viser også, at det er muligt at forbedre duftmiljøet. Især generer lugt af urin og afføring, beskidt vasketøj og røg.

Snavset linned er en udfordring

På Vidtskuevej afprøvede personalet luftrensere i vaskerummene, og fire borgere fik vaskemaskiner i lejlighederne. Alle løsninger blev koordineret af kommunens sundheds- og omsorgsforvaltning, så de kunne bruges på alle plejehjem.

”Luftrenserne havde effekt, men de var for dyre. Vaskemaskinerne hjalp, for når en beboer har et uheld, skal sengetøjet til vask med det samme og ikke puljes sammen i et vaskerum. Men duftmiljøet er alligevel sværere at gøre noget ved end lydene,” siger Helle Anderson.

Det skyldes blandt andet, at ventilation på plejehjem ofte kræver dyre ombygninger, forklarer projektleder Mads Duevang Dahl, der valgte løsningerne i samarbejde med forskerne og plejehjemmene.

Netop snavset linned er et problem.

”Det bedste er at have snavset linned uden for plejehjemmet, men mange steder har man det indenfor i små vaskerum, og de bliver varme. Nogle gange er det som at gå ind i en væg af lugt, når man træder ind,” siger Mads Duevang Dahl. ★ REDAKTIONEN@FOA.DK



Social- og sundhedshjælper Helle Torp Lundfelt har sammen med sine kolleger arbejdet for at reducere unødigt støj på Plejehjemmet Vidtskuevej i Viby J – blandt andet sokker på stolebenene.

SÅDAN FÅR MAN MINDRE STØJ OG BEDRE DUFTMILJØER

En undersøgelse af otte plejehjem i Aarhus Kommune viste, at det er muligt at gøre noget positivt for lyd- og duftmiljøet. Her er udvalgte tiltag:

Duft:

- Brug luftrensere i vaskerum
- Installér støjsvage kombimaskiner, der vasker og tørrer tøj hos borgerne, og undgå 'kurvekø' i vaskerum
- Brug duften af bagværk og blomster aktivt
- Luft ud jævnlige

Lyd:

- Udskift støjende rulleborde
- Læg voksduge og underduge på borde
- Sæt stolesokker på spisestoleben
- Brug musik bevidst til at berolige eller stimulere borgeren – gerne borgerens favoritmusik
- Undgå at skramle med service og bruge hårde hvidevarer, når borgere er til stede
- Sluk tv, når det ikke bruges.

KILDE: MOESGÅRDS ANTROPOLOGISKE ANALYSEENHED, AARHUS UNIVERSITET



Læs mere
om duft- og lydmiljøer

DELTAG I A-KASSENS GRATIS WEBINARER

AF METTE WIEDERHOLT PEDERSEN

I FOAs A-kasse holder Rie Villemos og Eva Pihl løbende webinarer om jobsøgning og om emner, der handler om at være ledig. Her får du en masse input i forhold til den situation, du står i, og du får mulighed for at møde andre i samme situation som dig. Se oversigten over kommende webinarer: foa.dk/webinar.

Få tips til jobsøgning

På webinaret 'Sådan skriver du en god jobansøgning' får du inspiration til at skrive en fængende ansøgning, der skiller sig ud fra de andre ansøgninger. Hvad er en god overskrift, og hvordan er det lige med fotos?

Sådan ser et godt cv ud

På webinaret 'Sådan skriver du et godt cv' får du tips til at sætte dit cv op på en nem og overskuelig måde. Ofte bruger en potentiel arbejdsgiver cv'et til den første sortering af ansøgere, og falder det ikke i deres smag, læser de slet ikke din ansøgning. Vi anbefaler derfor, at du arbejder lige så grundigt med cv'et som med selve jobansøgningen.

Er du så heldig at komme til jobsamtale, er der gode råd at få i vores webinar om, hvordan du skal forberede dig. Det kan være nervepirrende at skulle til en samtale. Måske er det længe siden, du har prøvet det. Måske er det din første samtale nogensinde. Men husk, at du bliver indkaldt til en jobsamtale, fordi du er fagligt kvalificeret, og fordi din ansøgning har gjort indtryk på ansættelsesudvalget. Men om du får jobbet, afhænger af, hvordan du klarer dig til samtalen. På webinaret 'Sådan får du en god jobsamtale' for-

tæller Rie og Eva, hvordan du præsenterer dine erfaringer og kompetencer så godt som muligt.

Øvrige webinarer

- Sådan søger du job på et nyt fagområde
- Sådan bruger du dit netværk
- Sådan søger du uopfordret
- Sådan tackler du ledighedsstress
- Skal jeg ringe til arbejdspladsen?
- Sådan får du et godt aktiveringsforløb

Se tidligere webinarer

Har du ikke mulighed for at deltage, kan du se en optagelse af vores webinarer på foa.dk/tidligere-webinarer.

Sådan tilmelder du dig

Det er gratis at deltage på webinarerne, og du behøver ikke være ledig for at deltage. Men er du ledig, får du en invitation i din postkasse på foa.dk/post, når der er nye webinarer. Er du i arbejde og for eksempel jobsøgende, er du også velkommen til at deltage. Er du ledig, tilmelder du dig via invitationen i foa.dk/post. Er du i arbejde, skriver du til FOA JobMatch på jobmatch@foa.dk og beder om at få en invitation. Deadline for tilmelding er dagen før webinarerne inden kl. 15.

For dig, der er elev

I FOA har vi også webinarer målrettet elever. Du kan se, hvad der er planlagt på foa.dk/elev/webinar-elever.

For dig, der er tillidsvalgt

På foa.dk/raad-regler/tillidsvalgt/arrangementer-tillidsvalgte kan du se, hvilke webinarer FOA har til dig som tillidsvalgt. ★

HUSK!

22. april

kan du udfylde dit dagpenge- eller efterlønskort på foa.dk/find-blanketter. Se oversigt over alle datoer på foa.dk/udbetalingsperioder.

Ring

Husk at du kan du ringe til FOAs A-kasse i tidsrummet 8 til 18 på alle hverdage. Vores telefonnummer er 46 97 37 77.

Nyt job?

Find dit nye job på foa.dk/foajob.

Digital post

Har du husket at tjekke din post fra FOA? Det gør du på foa.dk/post. Husk, at du på Mit FOA i øverste højre hjørne på hjemmesiden kan du se og evt. ændre, hvordan du får besked, når der er post til dig. Vi anbefaler, at du både får besked pr. mail eller sms.

SANDWICH MED GRØNÆRTE- PURÉ OG SPRØD BACON

Savner du inspiration til en velsmagende madpakke, der kan holde energien oppe, så læs med her. En god sandwich skal være saftig og smage friskt, salt, sødt og krydret. Denne sandwich har det hele.

AF KATRINE KLINKEN | FOTO: LINE FALCK

SLURP!

Kold kaffe sødet med honning og evt. blandet med mælk er forfriskende

TIP!

Nødder i ærtepuré kan erstattes af solsikkekerner



Sandwichbolle med grønærtepuré

2-4 stk.

2-4 bløde boller

Grønærtepuré

25 g cashewnødder
1 spsk. hakket skalotteløg
100 g bælgede ærter – svarer til ca. 400 g ærtbælg (eller evt. 100 g fine ærter fra frost)
½ spsk. hakket estragon
1 tsk. tørrede chiliflager
½ dl olivenolie
½ citron
evt. lidt vand
salt og friskkværnet peber

Fyld

8 skiver bacon
8 salatblade

Opskrift

Grønærtepuré:

Mal nødderne i en blender. Tilsæt hakket løg, bælgede ærter og kør, til ærtepuréen er ensartet. Tilsæt estragon, chiliflager og olivenolie. Tilsæt lidt reven citronskal og citronsaft. Hvis ærtepuréen er for tør, tilsættes lidt vand. Smag til med salt og peber.

Bacon:

Steg bacon sprødt på en slip-let pande.

Sandwich:

Skyl salatblade og dup dem tørre. Flæk bollerne og smør begge sider med ærtepuré, læg salatblade og evt. lidt ekstra estragonblade og sprød bacon i bollerne. Saml til sandwiches.

Katrine Klinken er kok og ernærings- og husholdningsøkonom og arbejder som madskribent.



Læs mere
[instagram.com/katrineklinken](https://www.instagram.com/katrineklinken)

FREDERIKSSUND

Seniorklubben. 15. maj: Udflugt til M/S Museet for Søfart i Helsingør og spisning – drikkevarer for egen regning. Afgangstidspunkt fra Frederiksværk og Frederikssund følger. Bindende tilmelding skal ske til bestyrelsen senest 17. apr. Pris for FOA-medlemmer 400 kr. og gæster 500 kr. Der kan betales på mødet 17. apr. eller på netbank til reg. 2232 –konto 43 97 15 10 72. Husk at skrive navn på indbetalingen. | 18. sep. kl. 13: Musikalsk underholdning v. Finn Bendixen,

som fortæller om dansens historie og et liv med dans og underholdning.

HORSENS

Seniorklubben. 23. apr. kl. 14: Steen Quorning fortæller om, hvordan det er at bo og arbejde i Grønland. | 14. maj kl. 14: Lone Bach, byrådsmedlem fra SF, fortæller om sit politiske arbejde. | 28.-30. maj: 3-dages tur til Frederikshavn og Læsø.

ODENSE

Seniorklubben. 23. apr. kl. 10-12: Den Fynske Landsby, Sejerskovvej 20, Odense. Vi mødes ved den Fynske Landsby, hvor vi vil blive vist rundt af en guide, som fortæller om steder og livet, som blev levet dengang. Pris medlem 200 kr. ikke-medlem 250 kr. Det er inkl. guide, entre, kaffe/lagkage.

| 7. maj kl. 10-12: Underholdning v. Toner i takt i FOA Vesterbro 120, Odense – god stemning samt kaffe/kage. | 28. maj kl. 10-12: Modeopvisning i FOA Vesterbro 120, Odense. Kl. 9.30-10: Tilmelding til turen Holmegård og Vesterhave Vingård 10. sep. Kl. 10-12: Seniorshoppen v. Helle. | 11-12. juni: 2-dages udflugt til Ærø. Afg. kl. 7.45 – 08.20 – 08.45 fra Nyborg – Dannebrogsgade – Amtsgården. Undervejs på turen til Ærø serveres der kaffe/rundstykker. Rundtur på øen inkl. seværdigheder – vi skal bo på Ærø Hotel, hvor får vi serveret middag. Efter morgenmad: bryggeriet i Rise inkl. frokost. Derfra går turen til Ærøskøbing, hvor I selv går rundt. Senere tilbage med færgen til Rudkøbing og hjem. Pris medlem 1.725 kr. ikke-medlem 2.025 kr., tillæg for enkeltværelse 275 kr.

**SØNDERJYLLAND
Seniorklubben.**

21. marts kl. 14: Sang-eftermiddag med levende musik, hvor vi synger sange fra den danske sangskat. Afholdes i FOAs mødelokaler på Brundevej 2, Rødekro. Tilmelding senest 14. marts på foa.dk/afdelinger/foa-soenderjylland. | 23. maj kl. 10: Besøg Fængslet, Horsens. Afg. fra FOA Sønderjylland, Brundevej 2, Rødekro. Der gives middag på Løsning kro, kaffe på vejen hjem. Medlemmer betaler 200 kr. Ægtefælle/samlever som ikke er medlem af FOA 300 kr. Tilmelding senest 10. maj på foa.dk/afdelinger/foa-soenderjylland. Ret til ændringer forbeholdes. Ved møder i afdelingen er kaffen gratis for alle. Ikke-medlemmer, betaler entreprisen ved arrangementer ude af huset. Husk du er automatisk

medlem af seniorklubben som efterløner og pensionist.

VEST**Sygehjælpernes**

Faggruppeklub: 2. maj kl. 19: Foredrag m. sognepræst Elise Balslev, som fortæller om Tove Ditlevsens omtumlede liv. Tilmelding til servicehjørnet senest 25. apr. på 76 93 10 50. **Seniorklub Vejen:** 6. maj kl. 14, Lundtoft, Magnolievej 28, Brørup. Vejen Mandskor vil synge for os. | 12. juni: Tur til Jelling. Afg. fra Fuglsangsallé 10, Vejen. Vi spiser middag på Jelling Kro. Derefter kører vi til Give egnsmuseum med rundvisning og kaffe. Prisen for turen er 400 kr. + drikkevarer. Der må gerne tages en ledsager med på turen. Prisen for dem er 500 kr. Tilmelding senest 5. juni. **Seniorklub Varde:** Vi planlægger en udflugt

i maj måned. Mere information følger.

Seniorklub Esbjerg:

2. maj klokken 13: Tur til Fanø. Vi mødes ved færgen, som sejler kl. 13.10. Vi tager bussen til Sønderho og går rundt i byen. Vi finder et sted at drikke kaffe. Kl. 16.30, skal vi med færgen tilbage fra Nordby. | 30. maj kl. 8.30: Sommerudflugten går i år til Humlemagasinet i Middelfart – en stor have, museer og butik. Det hele er rollatorvenligt. Bussen kører fra Kirkegade kl. 8.30. Vi medbringer rundstykker og en lille én til halsen. Medbring selv en kop – chaufføren laver kaffen. Middag indtages vi på Mørkenborg Kro. Bussen kører os ud i det flotte landskab – kaffe/lagkage serveres på Refsborg ved Billund. Vi er tilbage i Esbjerg ca. kl. 17. Pris 300 kroner.

FOA Bogshop

Få op til 20 % i rabat, når du køber studiebooks til din social- og sundhedsuddannelse eller pædagogisk assistentuddannelsen.

Læs mere på foabogshop.dk.

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

KONTAKT FOA

FOA, forbundshuset
Staunings Plads 1-3
1790 København V

Telefon: 46 97 26 26
Åbningstid:
Mandag-torsdag
8.30-16.00
Fredag 8.30-15.00

FOA-afdelinger

Afd. 1: 46 97 11 00
foa.dk/foa1
Bornholm: 46 97 33 13
foa.dk/bornholm
Frederikshavn: 46 97 11 70
foa.dk/frederikshavn
Frederikssund: 46 97 12 00
foa.dk/frederikssund
Guldborgsund: 46 97 17 50
foa.dk/guldborgsund

Horsens: 46 97 14 55
foa.dk/horsens
KLS: 46 97 15 00
foa.dk/cls
Køge: 46 97 16 00
foa.dk/koege
LFS: 35 44 45 46
foa.dk/lfs
Mariagerfjord: 98 51 21 11
foa.dk/mariagerfjord

Midtjylland: 46 97 30 30
foa.dk/midtjylland
Midt- og Vestjylland:
46 97 14 14
foa.dk/midt-vestjylland
Nordjylland: 46 97 29 00
foa.dk/nordjylland
Nordsjælland: 46 97 33 90
foa.dk/nordsjaelland
Odense: 46 97 18 00
foa.dk/odense

Randers: 46 97 19 00
foa.dk/randers
Roskilde: 46 97 19 90
foa.dk/roskilde
Silkeborg-Skanderborg:
46 97 20 20
foa.dk/silkeborg-skanderborg
Social- og Sundheds-
afdelingen:
46 97 22 22
foa.dk/sosu

Partistøtte – nej tak

FOA støtter ikke politiske partier og dit kontingent bliver ikke brugt til at støtte politiske partier. Lovgivningen kræver imidlertid, at du som medlem af en faglig organisation, skal have mulighed for at framelde dig partistøtte, uanset at FOA ikke støtter politiske partier. Du kan derfor framelde dig her.

Ønsker du at framelde dig partistøtte, skal du udfylde nedenstående kupon. Kuponen skal sendes til forbundets revisor. Adressen, du skal sende den til, står nedenfor. På den måde sikrer du dig anonymitet. FOA får kun at vide, hvor mange der har framellet sig – ikke hvem.

Frameldingen gælder, indtil du annullerer den. Du behøver derfor ikke indsende kuponen, hvis du allerede har gjort det tidligere.

Hvorfor kan man ikke framelde partistøtte online på hjemmesiden?

Framelding skal ske ved hjælp af en erklæring, som skal underskrives personligt. Det er noget, Folketinget har bestemt.

☐ **Framelding:** Jeg ønsker at være fritaget for at betale til politiske partier eller partipolitiske formål i øvrigt over mit medlemskontingent.

☐ Jeg ønsker at annullere min tidligere framelde af partistøtte.

Sendes til:

Ri Statsautoriseret Revisionsaktieselskab
Skagensgade 1, 2630 Taastrup
Mærk kuverten: **Erklæring**

Cpr nr.

Lokal FOA-afdeling

Navn

Adresse

Postnummer og by

Dato

Underskrift

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

Storstrøm: 46 97 28 00
foa.dk/storstroem
Sydfyn: 46 97 27 27
foa.dk/sydfyn
Sønderborg: 46 97 34 00
foa.dk/soenderborg
Sønderjylland: 46 97 35 00
foa.dk/soenderjylland
Trekanten: 46 97 36 10
foa.dk/trekanten

Vendsyssel:
46 97 10 30/46 97 13 46
foa.dk/vendsyssel
Vest: 76 10 93 50
foa.dk/vest
Vestsjælland: 46 97 38 60
foa.dk/vestsjælland
Århus: 89 36 66 66
foa.dk/aarhus

PMF-afdelinger
FOA/PMF Kbh. Syd:
46 97 28 50
foa.dk/foa-pmf-kbh-syd
PMF afd. 1: 46 97 31 01
foa.dk/pmf1
PMF afd. 4: 43 71 66 90
foa.dk/pmf4
PMF Fyn: 46 97 13 13
foa.dk/pmf-fyn

PenSam
Jørgen Knudsens Vej 2
Postboks 282
3520 Farum
Telefon: 44 39 39 39
pensam@pensam.dk
pensam.dk

Redaktionen sluttet
20. marts 2023

Indlæg til 'Det sker' sendes
til Henriette Monrad,
hmon@foa.dk

Frist til nummer 4
28. maj
Frist til nummer 5
20. august

Annoncer
Media-Partners
Telefon: 28 57 08 57
jorgen@media-partners.dk

Annoncefrist
Nummer 3
1. maj
Nummer 4
7. august

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

Nummer 3 udkommer
Uge 24 2024

Synspunkter frem-
sat i Fagbladet FOA
er ikke nødvendigvis
sammenfaldende med
FOAs synspunkter.

Vi tager ansvar for
indholdet og er tilmeldt

**PRESSE
NÆVNET**

Medlem af Danske Medier
**DANSKE MEDIERS
OPLAGSKONTROL**

Tilsluttet Specialmediernes
Oplagskontrol

Oplag:
169.153/12. årgang
Tryk: Stibo Complete
ISSN: 1901-0222



Udgiver:

FOA

Staunings Plads 1-3
1790 København V
Telefon: 46 97 26 26
foa.dk
e-mail: foa@foa.dk

QUIZ

1. Hvor mange urinprøver skulle Sanne aflevere igennem 10 år?

- A. Under 300
- B. 300
- C. Mindst 300

2. Hvem har indstillet Sandra Larsen til Velfærdstalent 100?

- A. Hendes leder
- B. En familie til en borger
- C. Hendes kolleger

3. Hvor mange af FOAs medlemmer har en aftale om pauser, når temperaturen stiger i de varme måneder?

- A. Hver tredje
- B. Hver femte
- C. Hver tiende

4. Hvad var Thomas Harfot, før han blev sosu-medarbejder?

- A. Økonomi- og planlægningschef?
- B. Hjemmeplejechef
- C. Chef for ældretilsynet



5. Vi er gået tæt på en af illustrationerne i dette nummer af Fagbladet FOA. Hvad forestiller det?

- A. En marengs
- B. En lampeskærm
- C. En plisseret nederdel

KAN DU DIT FAGBLAD?

Vær med i lodtrækningen om et valgfrit gavekort på 250 kroner til Matas, Imerco, H&M eller Nordisk Film Biografer. Vi trækker lod blandt de indsendere, der har svaret rigtigt på flest spørgsmål. Du finder alle

svar i dette nummer af Fagbladet FOA. Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen. Besvar quizzen på fagbladetfoa.dk/quiz senest **20. maj**.

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 1/2024 er **Jesper Olsen, Stege**

Har du et Dilemma?



Fagbladet FOAs nye podcast sætter fokus på svære dilemmaer i dit arbejds- og privatliv.

Et panel af dygtige mennesker vil i en ny podcast tale om og diskutere dilemmaer, som medlemmer af FOA kender fra hverdagen.

Panelet er sammensat af en bred vifte af FOAs faggrupper, som ganske sikkert har stået i de samme situationer.

Men Fagbladet FOA har brug for din hjælp. Måske har du oplevet det som svært at bede om lønforhøjelse, når chefen virker utilfreds? Eller måske ved du ikke, hvordan du jonglerer børnenes lektier og skiftende vagter som skilsmisseforældre?

Hvis du brænder inde med et dilemma, kan du fange vært og journalist Malin Schmidt på masch@foa.dk

Hvordan kan vi møde dig bedst?

Om det bliver hos dig eller hos os,
det er lige godt for os...

Som SOSU-hjælper eller SOSU-assistent kan du blive medlem i Popermo. Vi kan tilbyde dig mange ting – først og fremmest nogle virkeligt gode private forsikringer og kompetent rådgivning.

Har du lyst til at lære os bedre at kende, kan du **booke din egen tid** med en af vores forsikringsrådgivere via denne QR-kode: Mødet gennemføres over telefonen, og der er afsat god tid til at fordybe sig i samtalen.



Men vi kan også komme ud og besøge dig og dine kollegaer på din arbejdsplads. Har du f.eks. et fyraftensmøde eller en temadag i kalenderen, supplerer vi gerne jeres arrangement med information om forsikringer samt mulighed for at stille spørgsmål. Kontakt os blot på **+45 66 12 94 48**, så aftaler vi videre derfra.



Helle Thomsen hjælper dig gerne

Vi er til for vores medlemmer!

Popermo Forsikring GS
C.F. Tietgens Boulevard 38
5220 Odense SØ

Telefon 66 12 94 48
popermo.dk
CVR 61 67 23 11

Popermo er et dansk forsikringsselskab
og er medlem af Garantifonden
for skadesforsikringsselskaber



Inkontinenspleje i fokus

Inkontinenspleje og skifterutiner kan gøres enklere og bedre

Medarbejdere på plejehjem og bosteder bruger i dag 26% af arbejdstiden på at skifte bleer. En hård og utaknemmelig opgave, fordi den er fysisk krævende og ofte forbundet med lækager og konflikter med beboere og kolleger. Samtidig rammes beboerne af urinvejsinfektioner, svamp og dermatitis.

Sådan behøver det heldigvis ikke at være. Med moderne teknologi kan personalet nu sikre sig, at bleen kun skiftes, når borgeren har brug for det. Blesensorer reducerer antallet af bleskift og forflytninger med 10-20% dag og nat. Infektioner og forbrug og reduceres også, og der bliver tid til andre opgaver. Og så giver det ikke mindst tryghed for, at man som SoSu, socialpædagog eller ergoterapeut giver borgerne præcis den hjælp, de har brug for.

Wear & Care er specialister inden for inkontinenspleje. Vi leverer uddannelse i optimering af processer samt en simpel sensorteknologi, der gør plejen mere værdig for beboeren og enklere for medarbejderne.

Læs mere på www.wearandcare.com

10-20% færre bleskift

54% færre timer i våd ble

38% færre lækager



Wear&Care
TECHNOLOGIES

Fremtidens inkontinenspleje
+45 28 15 45 80

Det kan skrives langt, snørklet og kompliceret. Eller helt **PlusKort**: **Få gode rabatter!**

Gå ind på **PlusKort.dk** eller i appen og gå på
opdagelse i alle dine rabatter og fordele.

FOA PlusKort.



Scan QR-koden og få dit PlusKort og alle
rabatterne på mobilen med det samme.

Available on the iPhone
App Store

ANDROID APP ON
Google play