FAGBLADET FOA

14 FOA-MEDLEMMERS BUD PÅ BEDRE VELFÆRD:

HVIS JEG VAR BORGMESTER

SIDE 8-25

18 SIDER OM VALGET

VERDENSPREMIERE PÅ NY SLAGSANG:

'ALT DET DU KAN NÅ PÅ 0 MINUTTER'

SIDE 24

PÆDAGOGISK

TrygFonden Besøgshunde præsenterer

DAGENS HØJDEPUNKT

En besøgshund spreder glæde og smil, og den er altid god for et varmt puf med snuden. Hver uge kommer besøgshunden Elvis og hans ejer Sanne på besøg på Gug Plejehjem i Aalborg. Der sker noget særligt i beboernes øjne, når de to kigger forbi. Elvis er social og tager kontakt, mens Sanne sætter samtaler i gang. Emma er plejehjemmets besøgshundekoordinator og er med til at sørge for, at besøgene bliver en god oplevelse for alle. Har jeres institution har lyst til at blive en del af TrygFonden Besøgshunde? Se mere på besøgshunde.dk

Elvis
Besøgshund

Sanne
Besøgshundeejer

Emma
Besøgshunde-koordinator

besøgshunde.dk

TrygFonden

FAGLIG PRAKSIS

VIL DU SE MIT DRØMMEVÆRELSE?

SIDE 48

INDHOLD

Chefredaktørens leder
SIDE 4

Fag og fremtid: Børn med særlige behov udfordrer dagplejere
SIDE 6-7

18 SIDERS TEMA
Valg '21
Hvis jeg var borgmester
SIDE 8-25

Formandens klumme & debat
SIDE 26-27

Snapshot: Mød mel-indianerne i det nye børnekøkken
SIDE 28-31

Fagligt talt
SIDE 34

TEMA **Nænsom Nødværge**
Bosteder har brug for en bred palette af metoder for at mindske vold og trusler
SIDE 36-41

Det virker: Bøger om nye familieformer
SIDE 43

Brug FOA: Ayse blev forskelsbehandlet på grund af sit hørehandicap
SIDE 44-45

Min vej: Fra teknisk servicemedarbejder til sosu-assistentelev
SIDE 47

Faglig praksis: Børnehave fik kunstforløb med Shane Brox
SIDE 48-49

A-kassen: Få hjælp til ansøgninger
SIDE 50

Mad på farten
SIDE 53

Quiz
SIDE 54

Det sker
SIDE 56-57

Kollegakram
SIDE 58

VALG '21
HVIS JEG VAR BORGMESTER
SIDE 10

SNAPSHOT
FINGRENE I BOLLEDEJEN
SIDE 28

”

AT GIVE OS EN DØRÅBNER ER JO IKKE AT ANERKENDE OS. DET ER IKKE AT TAGE OS OG FAGET ALVORLIGT, OG DET I HVERT FALD IKKE MÅDEN AT FÅ FOLK AT SØGE ARBEJDE I HJEMMEPLEJEN. SIDE 17

LENA RASMUSSEN
SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT

FOA **Ansv. chefredaktør** Gitte Hejberg · gith@foa.dk · 46 97 24 58 · **Redaktionschef** Morten Bruun · mobr@foa.dk 46 97 23 97 · **Udgiver** FOA · Staunings Plads 1-3, 1790 København V · 46 97 26 26 · foa.dk · foa@foa.dk

VALG, VELFÆRD OG VILKÅR

VELKOMMEN | 16. november skal vi sætte kryds ved vores foretrukne politikere til kommunalbestyrelser og regionsråd. Og det kan godt betale sig at prøve at finde ud af, hvad de forskellige politikere vil med den offentlige velfærd. Kommunalppolitikerne har nemlig ganske meget at skulle have sagt, når det handler om for eksempel ældreområdet, dagtilbud og skoler, ligesom regionspolitikerne træffer beslutninger om eksempelvis sygehuse og psykiatri.

Udover at være brugere af den offentlige velfærd skal mange af FOAs medlemmer selv via deres job levere den offentlige velfærd i det daglige. For rigtig mange medlemmer er valget dermed også et arbejdsvilkår-valg.

På flere arbejdspladser, helt aktuelt i ældreplejen, ulmer uroen på grund af pressede arbejdsvilkår. Antallet af plejekrævende ældre stiger, der mangler kolleger, og i næsten halvdelen af tilfældene mislykkes det at rekruttere en uddannet inden for social- og sundhedsområdet. Det er altså ikke ligegyldigt, hvem der får ansvar for at løse den situation.

Fagbladet FOA har bedt en række medlemmer fortælle, hvad de ville gøre, hvis de var borgmestre. Det handler især om tid og resurser, og som én bemærker om travlheden: "Nogle gange undgår vi bevidst at spørge en borger, hvordan det går. Vi ved, at vi ikke har tid til at høre svaret."

Jeg håber virkelig, at mange vil huske velfærden og arbejdsvilkårene – og vil lytte ekstra godt til FOAs medlemmer – når de fatter blyant og stemmeseddel. ★

Gitte Hejberg

GITTE HEJBERG
ANSV. CHEFREDAKTØR

LÆS MERE OM KOMMUNALVALGET SIDE 8-25

> FOR RIGTIG MANGE MEDLEMMER ER VALGET DERMED OGSÅ ET ARBEJDSVILKÅR-VALG.

@GITTEHEJBERG

Læs mere
Er du i tvivl om, hvilke politiske kandidater du er mest enig med? Så tag en af de tests, som flere store medier udbyder. Du kan søge på 'kandidattest'.

HVAD MENER DU?

Hvad afgør, hvor du sætter dit kryds?

AF JONAS REESE LAJER

Børnene skal prioriteres
Anne-Birthe Christiansen
Omsorgsmedhjælper i Aalborg Kommune
Det vigtigste for mig er, hvordan pengene bliver fordelt i kommunen. Der skal sættes penge af til at sikre kvalitet i børnepasningen. Det bliver afgørende for mit kryds.

Går uden om tal-mennesker
Klaus Albrektsen
Teknisk serviceleder i Mariagerfjord Kommune
Som tillidsvalgt har jeg siddet med til møder i byrådet. Det har givet et indtryk af, hvem der vil gøre noget godt for borgerne og ikke bare ser på tal. Den viden vil jeg bruge i stemmeboksen. Jeg kan godt frygte, at de forkerte bliver valgt ind, og vi igen skal til at diskutere sammenlægning og stordrift.

Mennesker er det vigtigste
Ib Suhr Olsen
Hospitalsmedhjælper i Region Hovedstaden
Jeg vil se efter, hvem der vil prioritere menneskene i kommunen. Det gælder børnepasning, skoler og ældrepleje.

FOTO: TOBIAS STIDSEN, TOR BIRK TRADS OG JØRGEN TRUE

ANNONCE

Dobbelt indvirkning

En daglig tablet med Cartiflex Collagen giver dig dobbelt indvirkning på dine led. Tabletternes store fortrin er, at de indeholder en kombination af ingredienser, som både kan understøtte velbehag i leddene og bidrage til produktionen af kollagen, som er en vigtig bestanddel i brusk.

Cartiflex Collagen med boswellia:

Kollagen og komfort til dine led

Når du kommer op i årene, er der mere tid til alt det, du har lyst til. Men det er også her, du kan få problemer med leddene. Det skyldes oftest, at talrige bevægelser og løft gennem årene har slidt på bruskvævet, der beklæder ledfladerne.

Hører du til blandt de mange, som godt kunne bruge støtte til brusk, knogler og ledkomfort, er der hjælp at hente. Cartiflex Collagen indeholder stoffer, som kan støtte ledfunktionen - også når vi bliver ældre - så vi kan tackle de problemer, som naturligt følger med.

Kollagenet i Cartiflex Collagen er udenatureret type II kollagen. Det fremstilles gennem en skånsom proces, så dets naturlige struktur bevares og kan genkendes af kroppen.

De koncentrerede tabletter er derudover sammensat af planter og næringsstoffer, der afhjælper ledstivheden med byggemateriale til sunde led, brusk og knogler.

Lene

Jeg mærker en tydelig forbedring

De seneste år har Lene måttet begrænse sine aktiviteter på grund af problemer med sine hofter.

Da Lene fik foreslået at prøve Cartiflex Collagen for at komme hofteproblemerne til livs, var hun hurtig til at få ført det ud i livet.

- I dag er det 6 måneder siden, at jeg begyndte på produktet, og jeg må virkelig sige, at ingredienserne har gjort, at jeg mærker en tydelig forbedring. Mine kolleger har også bemærket det og spørger, hvad pokker jeg dog har gjort, smiler Lene glad.

Marlena

Ledproblemer truede drømmerejsen

Marlena har i lang tid haft en drøm om at bestige Afrikas højeste bjerg Kilimanjaro. Da Marlena begyndte forberedelserne, sagde hendes knæ fra, men hun var ikke selv klar til at sætte en stopper for drømmerejsen. Marlena prøvede forskellige produkter, men effekten var begrænset.

- Min veninde anbefalede Cartiflex Collagen, og de ingredienser gav en virkelig god effekt. Jeg fortsatte mine foreberedelser, og det lykkedes mig at nå toppen af Kilimanjaro, siger Marlena stolt.

Hjælp til brusk, muskler og ledkomfort

Næringsstoffer og naturlige ingredienser er kombineret i Cartiflex Collagens ekstrakttabletter for at give bedst mulig hjælp til brusk, muskler og ledkomfort.

Ingefær afhjælper stivheden og er med til at bevare leddenes bevægelighed.

D vitamin

Vitamin D bidrager til at vedligeholde normale knogler og muskelfunktioner.

Boswellia kan bidrage til produktionen af kollagen og til god ledkomfort.

C vitamin

Vitamin C bidrager til normal dannelse af kollagen, der har betydning for normalt fungerende brusk.

Cu

Kobber bidrager til at vedligeholde et normalt bindevæv.

Mn

Mangan bidrager til at vedligeholde normale knogler og til normal dannelse af bindevæv.

Kollagenet i Cartiflex Collagen - **type II kollagen** - er udenatureret og dermed tilgængelig i sin oprindelige form, så det kan genkendes af kroppen.

Prøv til halv pris!

Cartiflex Collagen kan prøves på abonnement til halv pris for første pakke.

RING: **82 30 30 40**

Hverdage kl. 8-16

Kundeservice er altid klar med gratis råd og vejledning.

Bestil online:
www.wellvita.dk

Netop nu: kr. 169,-
(+ fragt kr. 39)

2 måneders forbrug

Ingen bindingstid.
Betal efter at varen er modtaget.

wellvita®
Energivej 4, 6700 Esbjerg

Trustpilot

FAG OG FREMTID

DAGPLEJERE:

Flere børn bør tælle for to

Dagplejere med børn med særlige behov mangler støtte, viser undersøgelse. Problematisk for både dagplejer og barn, siger forsker.

AF MALIN SCHMIDT | FOTO: CLAUS BJØRN LARSEN

BØRN MED SÆRLIGE BEHOV

- Hver tredje dagplejer vurderer, at de p.t. har et barn med særlige behov.
- 17 % af dagplejerne har børn, der tæller for to.
- 45 % vurderer, at de inden for de seneste to år har haft børn med særlige behov. Ud af dem vurderer 55 procent, at barnet burde have talt for to, men at det ikke gjorde det.

KILDE: FOA-UNDERSØGELSE BLANDT 1.031 DAGPLEJERE OM BØRN MED SÆRLIGE BEHOV

Næsten hver anden dagplejer har inden for de seneste to år haft børn med særlige behov, viser en ny FOA-undersøgelse. Nogle er for eksempel født for tidligt, andre har problemer med motorikken, sproglige udfordringer eller kommer fra en socialt udfordret familie. Godt halvdelen af de dagplejere vurderer, at barnet har behov, der gør, at det burde tælle for to, mens 24 procent af dem føler, at de mangler støtte i forhold til børnene.

Det er problematisk, vurderer Lone Svinth, lektor i pædagogisk psykologi ved Aarhus Universitet, der forsker i børn i udsatte positioner.

”Det tyder på, at der mangler resurser, og det risikerer at gå ud over dagplejerens arbejdsmiljø og barnets mulighed for at være i et omsorgsfuldt miljø,” siger hun og peger på, at det kan handle om dagplejerens pædagogiske forudsætninger.

”Nogle får måske ikke støtte nok fra pædagogen, måske har de ikke viden nok om børn med særlige behov, eller også har de simpelthen for mange børn. Der er noget, der mangler.”

Formand for Pædagogisk Sektor i FOA, Kim Henriksen, mener, at undersøgelsen peger på en presset dagpleje.

”I årevis har vi talt om tidlig indsats og om, hvor afgørende barnets første 1.000 dage er, og så får alle dagplejere ikke den støtte, de har brug for. Det hænger ikke sammen.”

DAGPLEJER LENE AMLING RASMUSSEN:

KOMMUNER MÅ SIMPELTHEN IKKE SPARE HER

Når Lene Amling Rasmussen har et barn med særlige behov, er hun hele tiden tunet ind på at aflæse og forstå barnets reaktioner, så hun kan finde de løsninger, barnet har brug for her og nu.

”Det kræver min fulde opmærksomhed at se bag om barnets adfærd, så jeg hele tiden kan guide det. Det er nødvendigt, for at barnet kan føle sig tryg og indgå i fællesskabet med de andre børn,” siger Lene Amling Rasmussen, der er pædagogisk assistent og dagplejer i Aalborg Kommune, og lige nu har et barn i dobbeltplads, så hun har tre dagplejebørn i stedet for fire.

Kravler nærmest ind i sig selv

Det har hun haft flere gange før. Det kan være et barn, der er født for tidligt, har fysiske udfordringer eller er særligt sensitivt og dermed har et overbelastet nervesystem.

”Det barn, jeg har nu, er ikke præmaturt, men har mange af de samme tegn. For eksempel kan det have svært ved at sortere i indtryk. Et barn med et sensitivt nervesystem kan være hyperaktivt og ’kravle på væggene’, som nogle vil kalde det, eller det kan

Dagplejer Lene Amling Rasmussen elsker den pædagogiske udfordring i arbejdet med børn med særlige behov: "Jeg bliver rørt, når de små ting, vi har øvet længe, endelig lykkes. Når et barn, der har haft det svært med maden, tager det op i hånden, moser det og spiser det med velbehag. Eller når barnet begynder at kravle rigtigt."

I Aalborg Kommune er der i alt 48 dobbeltpladser i dagplejen. Nogle børn bliver visiteret til pladserne fra starten, mens der hos andre viser sig behov undervejs, forklarer dagplejeleder Peter Ottesen.

"Dobbeltpladserne giver den ro og overskud, som nogle børn har brug for. Det er vigtigt, at vi ser behovet tidligt, så de får en god opstart i deres første pasningstilbud."

Hvis der er flere børn med særlige behov end de 48, finder de en løsning, understreger han.

"Vi kan lukke for gæstebørn, give mere støtte fra pædagogen eller rykke rundt, så vi skaber en plads mere." ★ MASCH@FOA.DK

nærmest kravle ind i sig selv," siger hun.

Lene Amling Rasmussen forsøger generelt at planlægge dagen, så barnet ikke bliver overstimuleret.

"Jeg tilsidesætter gerne mine egne behov, for eksempel at mødes med kolleger i legestuen, for jeg ved, at barnet har brug for ro for at lære at kunne mærke sig selv. Barnet skal finde tryghed hos mig, for ellers finder barnet det heller ikke andre steder. Det handler om tilknytning lige fra starten. Alt det andet skal vi nok nå."

Små ting kan få det til at vælte

Bare det at spise kan være svært eller at håndtere overgange som at skulle ud ad døren. Det er de små ting, der kan få barnets verden til at vælte.

"Derfor skal jeg både være meget struktureret og omstillingsparat. Hvis barnet har en dårlig dag, så går vi ikke på boldbanerne."

For Lene Amling Rasmussen er det afgørende, at hun kun har tre børn, for det kræver ekstra at have et barn med særlige behov. Ofte bliver forældresamarbejdet intensiveret, og hun skal samarbejde med for eksempel en fysioterapeut. Desuden skal hun have tiden til at sikre, at alle tre børn får de rette udviklingsmuligheder.

"Jeg ser klart konsekvenserne, når gruppen bliver større. Det kan være meget overvældende for det sensitive barn, der bliver urolig og ked af det og ikke får overskud til læring. Det stopper barnets udvikling, og det koster på den lange bane. Kommunerne må simpelthen ikke spare her." ★

HVIS JEG VÆR BORGMESTER

VALGTEMAET ER SKREVET AF RASMUS HANDBERG, MALIN SCHMIDT, SIMON MARVIG RAVN OG MORTEN BRUUN,

SCANPIX

VALG '21: 16. november skal der vælges nye byråd og regionsråd. I den anledning har Fagbladet FOA bedt 14 FOA-medlemmer fortælle, hvad de ville gøre, hvis de sad med borgmesterkæden. Ingen af de 14 stiller op til valget. De er blot engagerede borgere og beskæftiget i nogle af de områder, der fylder mest i valgkampen. Én af dem – en sosu-hjælper – drømmer om, at politikerne vil lytte til medarbejderne på gulvet. En anden savner anerkendelse, og så er der pædagogmedhjælperen, der efterlyser flere kolleger i ydertimerne.

REDAKTIONEN@FOA.DK | FOTO: ANNA CATHRINE LETH CHRISTIANSEN, JØRGEN TRUE, JACOB NIELSEN, HEIDI LUNDSGAARD OG TOBIAS STIDSEN

MIN HJERTESAG: HVAD DRØMMER HUSASSISTENTEN, PORTØREN OG ANDRE OM
SIDE 12

TIDLIGERE BORGMESTER: SÅDAN ER DET AT BO PÅ PLEJEHJEM
SIDE 22

SATIRIKERENS SANG: ALT DET, DU KAN NÅ PÅ 0 MINUTTER
SIDE 24

Børn skal have ro til at gro

Selvom børneområdet i Sorø Kommune har fået flere penge siden valget i 2017, savner Anne Kulas stadig bedre normeringer i ydertimerne.

HVIS JEG VAR BORGMESTER

Anne Kulas
Pædagogmedhjælper
Vuggestuen i den integrerede institution Grønnegården
Sorø Kommune

Det er øjeblikkene, man skal have tid til. Som når pædagogmedhjælper Anne Kulas tager drengen i hånden, følger hans blik og spørger, hvad han ser på. Eller når pigen sætter sig op på skødet og slynger sine arme om Annes hals og trykker sig ind til hende.

Og det er, når den store pige, der for længst har forladt vuggestuen, hvor Anne Kulas arbejder, viser hende det æble, hun netop har sanket, og Anne Kulas grinende spørger, hvordan hun dog kan tygge æblet uden tænder. Og pigen uden mælketænder svarer, at hun da bare tygger med kindtænderne.

Det gode børneliv

Det er i de små guldstunder og i nærværet – når de maler sammen, taler om former og farver under frokosten og kigger på kogler og biller i naturen – at udviklingen ligger. Og den er afhængig af tid og dermed af normeringerne.

"Vi er med til at skabe det fundament, som børnene skal videre herfra med. Både til børnehaven og senere til skolen. For mig handler det om at skabe det gode børneliv. Der skal være ro til at gro," siger Anne Kulas og citerer dermed den integrerede institution Grønnegårdens manifest. Ligesom det staudebed, de brugte coronatiden på at etablere, og hvor kæmpeverbena og staudesalvie nu gror højt og flot.

"Ro til at gro," gentager hun. Fordi det er rigtigt.

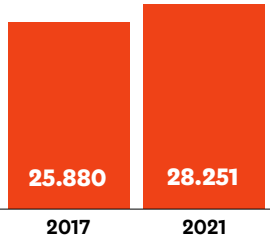
Normeringer er afgørende

Siden kommunalvalget i 2017 har Sorø Kommune tilført børne- og ungeområdet flere midler, men sammenlignet med andre kommuner ligger den stadig under gennemsnittet.

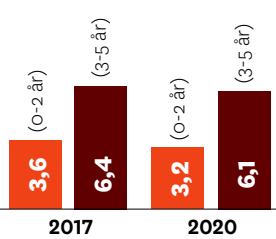
SORØ KOMMUNE
Siden 2017 er udgifterne pr. barn steget, og normeringerne er blevet bedre, men der er flere ufaglærte.

KILDE: DANMARKS STATISTIK OG FOA

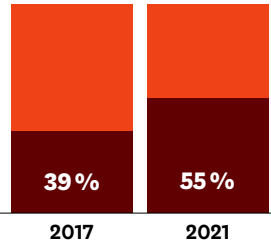
UDGIFTER PR. BARN
Dagtilbud 0-13 år



NORMERING
0-5 år (antal børn pr. voksen)



ANDELEN AF UFAGLÆRTE
Børneområdet (0-13 år), KL



SE LANDSDÆKKENDE TAL PÅ SIDE 18-19

”Det er svært at gå i gang med pædagogiske aktiviteter som at male eller øve motorik, når de kun er to voksne til at tage børnene op fra middagslur,” siger pædagogmedhjælper Anne Kulas, der har været i Grønnegården i 26 år. I den periode er opgaverne blevet flere og ansvaret større.

”Det gode børneliv kræver gode normeringer. Det er klart der, jeg ville sætte ind. Vi er 2 voksne til 12 vuggestuebørn indtil klokken 8.30. Og når klokken er 12-13 stykker, er vi 2 igen,” siger Anne Kulas om eftermiddagen, der går med at tage børn op fra middagsluren, give dem frugt og en tør ble.

Sårbart i ydertimerne

Det går, fordi personalet har overblikket. De har en dygtig leder og er dygtige til deres arbejde, også fordi mange af dem ligesom Anne Kulas er erfarne. Selv har hun været i Grønnegården siden 1995 og set børn blive voksne og selv få børn.

”Egen avl,” kalder Anna Kulas de børn, der vender tilbage, og som sender deres egne børn til Grønnegården.

”Men det er også sårbart, når der for eksempel er sygdom. Jeg kunne virkelig godt tænke mig, at der var mere personale i ydertimerne, så vi kunne tilbyde flere pædagogiske aktiviteter om eftermiddagen. Vi bruger halvanden time på at få børnene op, og så er det svært at gå i gang med at male eller tegne, øve motorik eller sprog. Vi gør vores bedste,” siger hun. Men ja, de løber stærkt.

I dag er opgaverne flere, end da hun startede for 26 år siden. Forældresamarbejdet kræver mere. Projekter om FN’s verdensmål kommer ind fra sidelinjen. Der er mere dokumentation og evaluering, mere fokus på børn i udsatte positioner. Og det er også godt, mener Anne Kulas, der selv nyder, at hun i dag har det pædagogiske ansvar, hun som pædagogmedhjælper i 90’erne kun kunne drømme om. Samtidig tager de nye opgaver tid, og der skal prioriteres benhårdt.

”Vi skal hele tiden have fokus på, hvordan vi giver børnene et fundament, så de ikke vælter for hurtigt, når de skal ud i verden.” ★

NORMERINGERNE SÅ SKIDT UD

Lars Damgaard Pedersen (O)
Formand, Børne- og Undervisningsudvalget
Sorø Kommune

Det er rigtigt, at vi mildest talt lå skidt med hensyn til normeringerne i 2019. Det var vi meget enige om i hele udvalget, og vi var også enige om, at vi skulle gøre noget ved det meget hurtigt. Med minimumsnormeringerne var midlerne der, så vi havde mulighed for at prioritere området. Vores nyeste tal viser også, at vi er i mål med minimumsnormeringerne allerede i 2023, så vi får en voksen til tre vuggestuebørn og en voksen til seks i børnehaven. Det, vi er udfordrede på nu, er at få flere pædagoger. For at skabe pædagogisk kvalitet er det alfa og omega, at der er hænder og helst uddannede hænder. Det er det, vi hele tiden arbejder på.

HVIS JEG VAR BORGMESTER

Nogle drømmer om flere ansatte i dagtilbuddene, i ældreplejen og på rengøringsområdet. Andre går op i beredskabet og forholdene for handicappede. Fagbladet FOA har givet ordet til en række medlemmer, der fortæller om deres hjertesag.

Else Pedersen
Pædagogmedhjælper
Selling Børnehus

Kommunerne har fået flere penge til daginstitutionsområdet, men os på gulvet kan ikke mærke det. Det er især inklusionsbørnene, det går ud over, når normeringen er lav. Det er børn med sprogudfordringer og børn, der måske har en diagnose. De har brug for ekstra tryghed og en-til-en opmærksomhed, for eksempel via dialogisk læsning, hvor børnene er en del af læsningen. Det er rigtigt svært, når man er 3 voksne til 22 børn, så for mig er det vigtigste, at vi bliver flere medarbejdere.

Ole Nielsen
Portør
Sygehusapoteket Fyn

Min hustru arbejder i en daginstitution, og jeg kan se, at de hele tiden får mere travlt. Før var der fire-fem børn pr. voksen, nu er det nærmere syv-otte. Man kan se noget lignende på handicapområdet. Min svigersøns bror er på et bosted for handicappede, hvor de er to ansatte til alle beboerne om natten. Hvis en af dem bliver udadreagerende, er der kun en til at passe på resten. Kommunen skal gøre plads til de svageste i samfundet, så jeg ville give flere penge til daginstitutionerne og handicapområdet.

Jesper Frisk Pilebo
Serviceassistent
Sjællands Universitetshospital i Køge

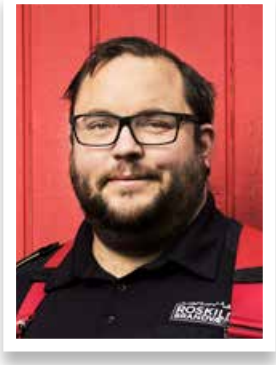
Min svigerfar bor i øjeblikket i en ældrebolig efter tre hjerneblødninger. Her får han hjælp til rehabilitering af mennesker, der er uddannede, og som kan lide deres arbejde. Min svigerfar gør det, han selv kan – han vil for eksempel gerne barbere sig selv, og mens han gør det, skifter de ansatte hans sengetøj. Jeg er så lykkelig for, at han er et sted, hvor tingene fungerer. Sådan er det desværre ikke alle steder, så jeg ville klart ansætte flere folk i ældreplejen og prioritere, at de er uddannede.

Mette Stilling
Husassistent
Holstebro Kommune

Jeg ville prioritere flere penge til folkeskolen, så lærerne og pædagogerne får bedre muligheder for at hjælpe børnene. Jeg har selv to børn, der går i tredje og syvende klasse, og de fortæller ofte om elever, der har det svært – børn med ordblindhed og diagnoser, og børn der bliver mobbet. Det gør ondt at høre om. Lærerne gør et godt stykke arbejde, men hvis der er sygdom, så sejler det. Jeg elsker, at vi har en folkeskole med forskellige børn, for det lærer børnene at rumme hinanden. Lærerne skal bare have ressourcerne til at håndtere det.

Shaista Javaid
Rengøringstekniker
Rødovre Kommune

Hvis jeg kunne bestemme, skulle vi fastholde det fokus på rengøring, som vi har haft under corona. Rengøring har ikke været i søgelyset, før virussen ramte, men det blev tydeligt, at der var positive effekter af den øgede rengøring, herunder mindre sygefravær. Men de ekstra opgaver skal gå hånd i hånd med, at der ansættes mere personale. Under corona fik vi 16 midlertidige stillinger besat – det må vi tænke i igen. For hvis toiletterne igen skal rengøres to gange dagligt og ditto kontaktfladerne, har vi brug for flere hænder.



Kenneth Erik Johansen
Beredskabsassistent
Roskilde Brandvæsen

Jeg ville slå på det, et kommunalt brandvæsen kan, og som vi gør i det beredskab, jeg kommer fra. Når man har et kommunalt brandvæsen, har man et stort råderum over sit beredskab. Jeg ville sørge for, at vi er bedst muligt forberedt ved at bruge råderummet på træning og opkvalificering. Klimaforandringerne tyder på, at vi skal være beredte på større katastrofer. Hvis vi slækker i en fredstid, er vi ikke klar i en krigstid. Brandvæsnet er en livsforsikring, som alle borgere betaler til. Når man betaler sin kommuneskat, får man et beredskab i et eller andet omfang, som er klar til at hjælpe 24-7 365 dage om året, og her er det vigtigste at få det bedste for pengene, hvilket er nemmest med medarbejdere, som kommunen selv 'ejer'.

Karsten Møller Andersen
Ambulancebehandler
Ambulance Syd

Når jeg henter min søn i børnehaven, kan jeg se, at personalet har travlt. De er kun 8 voksne til 70 børn. Det kan for eksempel betyde, at der næsten ikke er tid til overlevering, og det giver en uvished om, hvordan hans dag har været – så flere pædagoger er vigtigt for mig. Derudover ville jeg udbygge samarbejdet mellem sundhedsområdet og ældreplejen. Et godt eksempel på det er, at en akutmodtageleslæge kører med os ud på plejecentrene for at vurdere, om borgeren skal indlægges på sygehuset eller på plejecentret, hvor lægerne og akutsygeplejerskerne så kommer.

Lars Ræbild Lassen
Portør
Aalborg Universitetshospital

Jeg oplever, at kommunerne nærmest laver deres egne regler på handicapområdet. Jeg har selv et handicappet barn, og jeg føler indimellem, at alt med kommunen bliver trukket i langdrag, fordi de vil have os til at give op i forhold til den støtte, vi har ret til. Hvis jeg var borgmester, ville jeg stoppe med at spare på handicapområdet. Det er en sårbar gruppe, og der er ikke altid nogen til at tage kampen for dem.

Martin Langemose
Beredskabsassistent
TrekantBrand, Station, Fredericia

Danmark har et af Europas billigste beredskaber. Jeg synes, målet må være at have det bedste. Vi er fire på en døgnvagt, jeg så gerne, at vi var seks. Ved udrykning skal vi nok få løst opgaven, men fysisk træning, vedligeholdelse og øvelser bliver til tider skubbet foran os. Det kan være vasketøjet fra en brand, der bliver rykket til i morgen, fordi der er en vigtig øvelse i dag. Dagen efter rykker man en øvelse, fordi tøjet skal vaskes. Hvis jeg var borgmester, ville jeg sørge for flere fuldtidsansatte for at sikre tid til opgaver og uddannelse.

HVIS JEG VAR BORGMESTER

Lene Graessler
Social- og sundhedshjælper
Hjemmeplejen
Lyngby-Taarbæk Kommune

Savner tid til at yde omsorg

Lene Graessler kan godt mærke, at der er skåret næsten 10 procent i ældreudgifterne. Som borgmester ville hun lytte til medarbejderne på gulvet.

Social- og sundhedshjælper Lene Graessler går ud af sin hoveddør og videre op mod sin bil. Når hun klokken 7.30 møder ind hos første borger på kørelisten, starter hendes arbejdsdag i hjemmeplejen i Lyngby-Taarbæk Kommune.

Sådan har det været siden 2017. Før den tid mødte de ansatte ind på basen og brugte de første 10-15 minutter af arbejdsdagen på at gennemgå borgernes døgnrapporter.

Det morgenmøde blev sparet væk, og det skaber ifølge Lene Graessler frustrationer – blandt andet fordi hjælperne for eksempel ikke længere har mulighed for faglig sparring før et hjemmebesøg, de er usikre på.

"Det giver både os og borgerne en dårligere oplevelse. Så enkelt er det," siger Lene Graessler og suppleres af fællestillidsrepræsentant Jannie Hagbo, som mener, at hjælperne nu arbejder gratis hver morgen.

"Det er jo konsekvensen. Du sidder derhjemme med din morgenmad, tænder din telefon og forbereder din arbejdsdag, men vel at mærke uden at få løn for det."

Nul minutter til pillebesøg

I alt har Lyngby-Taarbæk Kommune – ifølge beregninger fra FOA – skåret 8,5 procent i udgifterne pr. ældre over 67 år siden valget i 2017. Det kan mærkes, siger Lene Graessler.

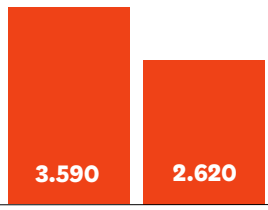
"Vi skal nå mere på mindre tid. De kan endda sætte en ydelse som at give piller til nul minutter. På nul minutter skal jeg altså ind på min telefon,

LYNGBY-TAARBÆK KOMMUNE

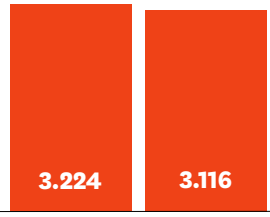
Kun tre kommuner brugte i 2017 flere penge pr. ældre end Lyngby-Taarbæk. Nu er den blandt de tre kommuner, der har sparet mest. Andelen af ufaglærte ligger langt over gennemsnittet.

KILDE: DANMARKS STATISTIK OG FOA

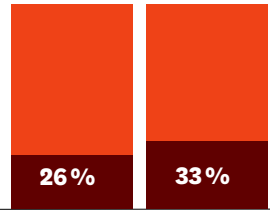
VISITEREDE TIMER
Pr. uge for alle borgere +80 år



BEFOLKNING
Antal borgere +80 år



ANDELEN AF UFAGLÆRTE
Social- og sundhedsområdet, KL



SE LANDSDÆKKENDE TAL PÅ SIDE 18-19

Manglende vejtid – altså tiden, der er afsat til at køre fra borger til borger – er noget af det, der frustrerer medarbejderne. Blandt andet derfor vælger Lene Graessler at køre i sin private bil, selvom hendes rute er en cykelrute.

hvor jeg skal klikke tre gange, så skal jeg tjekke medicinkortet, aflevere pillerne, se dem blive indtaget og notere, at de er givet. Det er provokerende," siger social- og sundhedshjælperen og fortsætter:

"Nogle gange undgår vi bevidst at spørge en borger, hvordan det går. Vi ved, at vi ikke har tid til at høre svaret. Det er trist, for vi er ofte de eneste, der kommer forbi i løbet af en dag. Vi savner at kunne give den omsorg, som vi kan mærke, der er brug for," siger Lene Graessler.

Politikerne skal forstå vores hverdag

Hun kunne godt tænke sig, at politikerne i højere grad lytter til medarbejderne på gulvet. Det ønske deler fællestillidsrepræsentant Jannie Hagbo, der – ligesom Lene Graessler – savner, at politikerne også til hverdag udviser forståelse for virkeligheden i ældreplejen og ikke kun i forbindelse med kommunalvalg.

Som eksempel nævner Jannie Hagbo en kommunalpolitiker, som for nylig foreslog, at hjemmeplejen begyndte at arbejde i teams.

"Det har jeg meget svært ved at tage alvorligt. Det har vi gjort i alle 25 år, jeg har været her. Problemet er, at vi mangler medarbejdere," siger hun og uddyber:

"Hvis man skal være 12 i et team, men man kun har kunnet rekruttere 9, så vil borgerne opleve, at der her nye ansigter, fordi der kommer mange afløsere og vikarer. Løsningen er altså ikke at køre i teams. Løsningen er, at vi skal skaffe flere medarbejdere." ★

RAMT PÅ KVALITETEN

Bodil Kornbek (A)
Formand, Social- og Sundhedsudvalget
Lyngby-Taarbæk Kommune

"Nogle af vores faldende ældreudgifter skyldes, at vi har lukket ubrugte pladser på plejehjemmene og oplevet et lille fald i antallet af ældre over 80 år. Men der har også været besparelser, som har presset området for meget. Og når presset er så stort, kan det ikke undgås, at det smitter af på kvaliteten. Det må vi erkende. Jeg har aldrig før modtaget så mange henvendelser fra bekymrede pårørende, ældre, medarbejdere og ledere som i det seneste halvandet år. Det er første gang i mine snart tre valgperioder, lederne så tydeligt og enstemmigt siger, de ikke længere kan stå inde for kvaliteten, hvis det fortsætter. På trods af det har personalet formået at løfte en svær opgave."

PR

HVIS JEG VAR BORGMESTER

Marianne Petersen
Social- og sundheds-assistent
Gladsaxe Kommune

Slut med dårlig samvittighed

Kommunen bruger nu flere penge på ældre, men Marianne Petersen savner kolleger og politisk anerkendelse af de sosu-ansatte.

51 – så mange timer måtte social- og sundhedsassistent Marianne Petersen arbejde første uge efter sommerferien, fordi der ikke var nok personale til at dække vagterne.

"Jeg kørte syv dage i træk. Det var forfærdeligt, men der var bare ikke noget at gøre," fortæller social- og sundhedsassistenten, der arbejder i hjemmeplejen i Gladsaxe Kommune.

At det er svært at skaffe tilstrækkeligt med personale til ældreplejen i landets kommuner, er velkendt. Og i Marianne Petersens hjemmeplejegruppe var de eksempelvis fra april til september bare 6 fastansatte, selvom de efter planen burde være 12.

Svært at gøre sit bedste

I Gladsaxe Kommune skal den store udfordring med at rekruttere personale ses i lyset af, at kommunen ifølge FOAs beregninger har opprioriteret ældreområdet, og i dag bruger flere penge pr. ældre over 67 år sammenlignet med 2018.

Kommunen har sat gang i 'flere fine projekter' med fokus på blandt andet ernæring og ensomhed, fortæller Marianne Petersen og hendes kollega og tillidsrepræsentant, Lena Rasmussen. Men de oplever, at den indsats overskygges af problemerne med at skaffe ansatte. Af samme årsag bliver personalet ofte ramt af en følelse af utilstrækkelighed.

"Man går hjem med dårlig samvittighed, fordi der ikke var tid til at gøre sit bedste," fortæller Marianne Petersen og Lena Rasmussen.

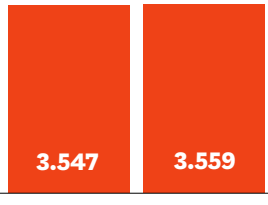
De to social- og sundhedsassistenter er derfor glade for, at kommunen siden seneste kommunalvalg har fået

GLADSAXE KOMMUNE

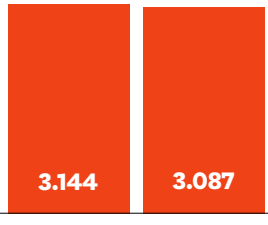
Har øget udgifterne til de ældste og er blandt de fem kommuner, der bruger flest penge på området. Også her er antallet af ufaglærte steget markant.

KILDE: DANMARKS STATISTIK OG FOA

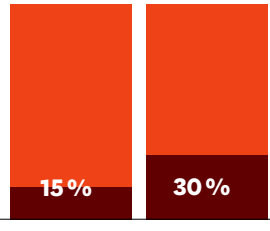
VISITEREDE TIMER
Pr. uge for alle borgere +80 år



BEFOLKNING
Antal borgere +80 år



ANDELEN AF UFAGLÆRTE
Social- og sundhedsområdet, KL



SE LANDSDÆKKENDE TAL PÅ SIDE 18-19

Folk ved ikke, hvad en social- og sundhedsassistent laver, oplever Marianne Petersen og hendes tillidsrepræsentant, Lena Rasmussen. De ønsker, at flere anerkender og forstår, hvor givende jobbet er. "Man bruger sig selv rigtig meget, men man får også så meget igen," siger de.

større fokus på at få flere ind i faget. Kommunen har eksempelvis oprettet særlige uddannelsesstillinger målrettet ufaglærte. Og Marianne Petersen og fem kolleger har fået titel af læringsvejleder for at skærpe opmærksomheden på medarbejdernes trivsel og kompetenceudvikling.

Ked af useriøs julegave

Men én vigtig ting savner både Marianne Petersen og Lena Rasmussen: At politikerne og samfundet generelt udviser større anerkendelse og forståelse for arbejdet i ældreplejen. De oplever for eksempel, at mange ikke aner, at der inden for social- og sundhedsfagene er forskel på en 'hjælper' og en 'assistent'.

"Mange tror, at en social- og sundhedsassistent som mig gør meget rent. Men jeg gør aldrig rent. Jeg udfører kun sygeplejefaglige opgaver, og det er et vanvittigt spændende arbejde med stort ansvar," siger Lena Rasmussen.

"Der er ingen tvivl om, at man bruger sig selv rigtig meget i vores job, men man får også så meget igen," tilføjer Marianne Petersen.

Derfor blev de to kolleger også ærgerlige over den gave, de modtog fra kommunen ved juletid. Gaven var ment som en tak for den særlige coronaindsats og bestod af en døråbner, så medarbejderne kunne åbne døre uden at røre ved håndtagene. Men de ansatte så gaven som et glimrende bevis på den manglende anerkendelse af hjemmeplejens arbejde.

"At give os en døråbner er jo ikke at anerkende os. Det er ikke at tage os og faget alvorligt, og det er i hvert fald ikke måden at få folk til at søge arbejde i hjemmeplejen," siger Lena Rasmussen. ★

MÅ GÅ NYE VEJE

Trine Græse (A)
Borgmester
Gladsaxe Kommune

"Vi har gang i flere initiativer, for selvfølgelig mærker medarbejderne, at det er svært at rekruttere tilstrækkeligt med personale. Vi ser blandt andet på, om vi kan organisere arbejdet anderledes, så andre faggrupper som rengøringspersonale og farmakologer overtager opgaver, så vi på den måde skaffer flere kolleger til vores hårdt belastede sosu-medarbejdere. Måske vi også skal kigge til Sverige efter medarbejdere, ligesom vi overvejer tilbud om stresscoaching og psykologbistand for at fastholde belastede medarbejdere. Og så er jeg glad for, at en lønkomité nu skal kigge på hele området for at se, om der er skævheder, der skal rettes op på, for det tænker jeg, at der er på sosu-området."

Et oprør, der ulmer

Mange FOA-medlemmer er ansat på de områder, der normalt afgør de lokale valg – og netop nu også er centrum for protester.

Hvor er der en voksen? Hvem passer vores børn? Utilfredse forældre og pædagogisk personale gik efter tv-afsløringer af omsorgssvigt i dagsinstitutioner i 2019 på gaden for flere voksne i dagtilbud og skabte det politiske pres, der lagde bunden for minimumsnormeringerne.

Og det er begyndt at vise sig i kommunerne, hvor udgifterne er steget en smule, og normeringerne er forbedret.

På samme måde ulmer et oprør på ældreområdet, men her er ændringerne ikke slået igennem i kommunerne. Sygefraværet stiger stadig. Manglen på uddannet arbejdskraft er rekordstor, og mere end hver femte medarbejder på ældreområdet er i dag ufaglært. Og på trods af et stadig stigende antal ældre fortsætter antallet af hjemmehjælpstimer med at falde.

Netop børn og ældre er to områder, der plejer at afgøre valgkampen i kommunerne. Det bliver formentlig også tilfældet i år, vurderer Ulrik Kjær, valgforsker og professor ved Institut for Statskundskab ved Syddansk Universitet.

Mange af FOAs medlemmer arbejder altså inden for de områder, der – ifølge Ulrik Kjær – løber med det meste af opmærksomheden.

"Det skyldes, at mange borgere er i kontakt med kommunerne på de områder. Derudover er det her, store dele af de kommunale budgetter ligger," siger Ulrik Kjær.

Han understreger, at vurdering er et 'gæt'. Der kan komme 'valgjokere', som ændrer det normale billede. Men ofte knytter andre temaer og debatter sig alligevel til kommunernes håndtering af velfærdsopgaverne.

"Du kan næsten ikke finde en kommunal diskussion, der ikke har med ældreområdet at gøre. For eksempel er velfærdsteknologi også robotstøvsugeren i hjemmeplejen og liften på plejecentret, og klimadebatten handler også om, hvordan plejehjemmet sorterer sit affald. Det er her – i den praktiske opgaveløsning – kommunerne kan handle," siger Ulrik Kjær. ★

SCANPIX

Ulrik Kjær
Professor
Syddansk Universitet

ÆLDRE
Landsdækkende tal
KILDE: DANMARKS STATISTIK OG FOA

BØRN
Landsdækkende tal
KILDE: DANMARKS STATISTIK OG FOA

VIDSTE DU AT ...

Næsten halvdelen af vælgerne beslutter sig først for, hvem de stemmer på i løbet af den sidste måned op til kommunalvalget.

KILDE: ULRIK KJÆR, PROFESSOR OG VALGFORSKER

VISITEREDE TIMER
Pr. uge for alle borgere +80 år

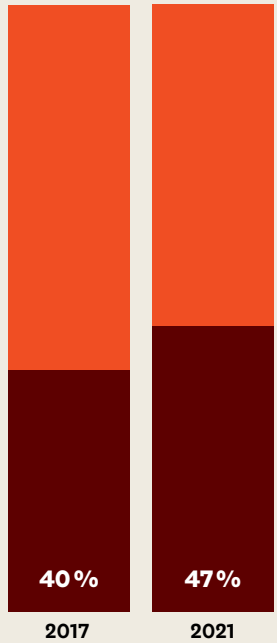
BEFOLKNING
Antal borgere +80 år

ANDELEN AF UFAGLÆRTE
Social- og sundhedsområdet, KL

UDGIFTER PR. BARN
0-13 år

NORMERING*
0-5 år (antal børn pr. voksen)

ANDELEN AF UFAGLÆRTE
Børneområdet (0-13 år), KL



ÆLDREUDGIFTER

Siden seneste kommunalvalg har 12 kommuner skåret ældreudgifterne med mindst 5-10 procent.

Tilsvarende er der 12 kommuner, der har hævet udgifterne med 10-20 procent. Hovedparten af dem lå i forvejen lavt på ældreområdet.

ÅRLIGE SYGEDAGE

Landsgennemsnit blandt social- og sundhedspersonale i kommunerne.
2018: 16,5
2019: 16,5
2020: 17,5

***Normering**
Ifølge tal fra Danmarks Statistik ser det ud til, at minimumsnormeringerne med én voksen til tre vuggestuebørn og én voksen til seks børnehavebørn som et gennemsnit på landsplan er indfriet.

Men tallene dækker over, at 2020 var atypisk på grund af de midlertidige ansættelser under corona. Desuden medregnes pædagogiske ledere samt syge medarbejdere, der vikardækkes.

TIDLIGERE BORGMESTER:

”JEG SAGDE I SJOV, AT DER FORHÅBENTLIG OGSÅ VILLE VÆRE PLADS TIL MIG, NÅR JEG BLEV GAMMEL”

MØD | NIELS BAUNEGAARD NIELSEN

Da Niels Baunegaard Nielsen var borgmester i Høng, handlede valgkampene også om vilkårene for børnene og de gamle. I dag bor den nu 94-årige mand på det plejehjem, han selv indviede for 40 år siden. Og han fornemmer, at de ansatte har nok at se til, fortæller han barnebarnet Rasmus, der er journalist og dækker sosu-området på Fagbladet FOA.

AF RASMUS HANDBERG | FOTO: JACOB NIELSEN

Som barn tænkte jeg, at min farfar måtte være verdens bedste til at tale med fremmede. Alle steder var han omkranset af folk, der ville hilse på ham. Min farfars reaktion var altid den samme: Først et smil, og så talte han med dem, som var de nære bekendte.

Måske var det den veludviklede sans for sine medmennesker, der gjorde farfar – Niels Baunegaard Nielsen – til en populær borgmester i de knap 23 år, han nåede at bestride posten i den nu hedengangne Høng Kommune i Vestsjælland.

Men hvordan var det at være borgmester? Og hvad synes han om at bo på det plejehjem – Høng Ældrecenter – som han indviede for 40 år siden, og hvor han nu har sin egen lille lejlighed med udsigt til æbletræer og solsikker i haven. I dag har to beboere fødselsdag, så en medarbejder kigger forbi med kaffe og lagkage til os begge.

Medarbejderne er meget søde og hjælpsomme. Men de har også travlt. Især om morgenen, hvor de kæmper lidt med at få os op.

NIELS BAUNEGAARD NIELSEN
TIDLIGERE BORGMESTER

"Vi bliver behandlet godt," konstaterer min farfar, der er 94 år og stadig friserer sit hår på samme måde, som da han var borgmester. Omend der er blevet mindre hår at frisere.

Høng Kommune var på mange måder anderledes end andre kommuner, fortæller han, og læner sig frem i sin lænestol:

"Vi gjorde det på vores egen måde. I andre kommuner stemte man om alting. Hos os debatterede vi os i stedet frem til løsningerne. Det, synes jeg, var en dejlig ting, og det gik jo godt."

Det har han formentlig ret i. I hvert fald høstede han valg efter valg flest personlige stemmer, ligesom indbyggertallet også steg takket være et lavt skattetryk og gode kommunale pasningsmuligheder.

Farfar sad i kommunalbestyrelsen for den tværpolitiske liste. Det var vigtigt for dem at adskille sig fra de politiske partier. Når det hvert fjerde år var tid til valgkamp, og de store partier lovede forbedringer for høj og lav, havde min farfar en anden tilgang:

"Jeg sagde til vælgerne, at jeg ikke kunne love dem noget, for det var ikke sikkert, at jeg kunne holde det. Dét, jeg kunne love dem, var, at jeg ville træffe de afgørelser, som jeg hen ad vejen syntes var de fornuftige. Og det viste sig at være godt nok."

Der er mange detaljer, som min farfar ikke kan huske. Alderen spiller ham trods alt et puds. Men i gamle avisartik-

ler og bøger om kommunen findes interessante oplysninger om hans tid som borgmester. Det er ret tydeligt, at landets kommuner også dengang var udfordret af et stigende antal børn og ældre.

På børneområdet havde Høng for længst indført en pasningsgaranti, da statsminister Poul Nyrup i 1993 gik på Folketingets talerstol og lovede landets forældre sådan en ordning.

Og for at imødekomme det stigende antal ældre besluttede kommunalbestyrelsen at etablere et nyt og moderne plejehjem i Høng. Den beslutning betød, at det gamle alderdomshjem i Reerslev måtte lukke – og det vakte utilfredshed blandt borgerne i byen, husker min farfar.

"De mente, at det ville være helt tosset, for ingen ville besøge de ældre, hvis de skulle flytte til Høng. Men bestyrerinden på alderdomshjemmet sagde, at folk jo alligevel ikke kom på besøg, så hun kunne ikke se, at det skulle være en god grund til ikke at lukke alderdomshjemmet."

I dag er farfar glad for, at kommunen investerede i at bygge et moderne plejehjem.

"Dengang sagde jeg i sjov, at der forhåbentlig også ville være plads til mig, når jeg en dag blev gammel."

Det er du så i dag, farfar. Hvad tænker du om at være her?

"Når man ikke kan klare sig selv, er det her et ganske godt sted at være. Medarbejderne er meget søde og hjælpsomme. Men de har også travlt. Især om morgenen, hvor de kæmper lidt med at få os alle sammen op."

Hvordan tror du, det ser ud, når jeg bliver gammel?

"Åh, det har jeg slet ikke fantasi til at forestille mig. Men nu arbejder de jo på at bygge et nyt plejehjem, så måske du skal bo der en gang." ★ RAHBN@FOA.DK

BLÅ BOG

Niels Baunegaard Nielsen, født 8. marts 1927

Tidligere gårdejer

Medlem af kommunalbestyrelsen i Høng Kommune fra 1970-1998
Valgt for den tværpolitiske liste – borgmester fra 1976 til 1998

Ridder af Dannebrog

2. september 1981 indviede Niels Baunegaard Nielsen Høng Ældrecenter. Nu er den tidligere borgmester beboer på plejehjemmet, hvor han tager imod barnebarnet Rasmus.

Minutsangen

Med inspiration fra FOAs medlemmer har musikeren, satirikeren og sosu-datteren Karina Willumsen skrevet en ny slagsang.

Det er sjældent, faktisk meget sjældent, at Fagbladet FOA udkommer på vers. Men denne gang gør vi en undtagelse. Vi runder nemlig valgtemaet af med en sang, som musikeren og den politiske satiriker Karina Willumsen – på opfordring fra Fagbladet FOA – har skrevet med inspiration i nogle af de vidnesbyrd om FOA-medlemmernes arbejdsvilkår, som ligger til grund for valgtemaet og har præget debatten dette efterår.

"Når jeg læser udsagnene fra FOAs medlemmer, bekræfter det bare, hvad vi alle sammen godt ved. At plejesektoren og daginstitutionerne er skåret fuldstændigt ind til benet. Der er måske nærmere tale om et ben, der er skåret over, når overarbejdet fordeles ved lodtrækning, og der reelt er handlinger, der er sat til at tage 0 minutter," siger Karina Willumsen og fortsætter:

"Altså helt ærligt? Der er jo ikke noget, der tager 0 minutter, på nær måske lige at konstatere det åbenlyse; at det er helt på månen, at FOAs medlemmer ikke får mere respekt for deres fag, bedre løn og ordentlige vilkår. Det burde tage præcis 0 minutter for politikerne at blive enige om det."

FOA-medlemmernes verden er ikke fremmed for Karina Willumsen. Hun er vokset op i en lille by i Odsherred med en mor, der er sosu-ansat og altid har arbejdet med demente og ældre.

FOTO: THOMAS SJØRUP

"Igennem min opvækst blev det tydeligt, at vilkårene for arbejdet bare blev dårligere og dårligere og tiden til at udføre arbejdsopgaverne mindre og mindre. Jeg kan ikke forstå, hvorfor det vigtigste arbejde i vores samfund er det, der bliver værdsat mindst og nedprioriteret igen og igen. Det skal vi lave om på," siger Karina Willumsen og tilføjer:

"Gerne lige nu eller højst indenfor 0 minutter." ★

Her kan du lytte til sangen
Fagbladetfoa.dk/minutsang

ALT DET DU KAN NÅ PÅ 0 MINUTTER

TEKST OG MUSIK: KARINA WILLUMSEN, 2021

"Det kan du vel nå på 0 minutter"
Det har en mellemleder sagt
Men det øjeblik at arbejdsdagen slutter
Skal jeg i gang med næste vagt

For vi har netop trukket lod
Og det er eddermame skod
At tage 8 arbejdstimer ekstra her

Og hvis så bare jeg blev rig
Og havde en smule friværdi
Jeg drømmer ikke om meget, men om mer

Omkvæd:
Der skal styr på de budgetter
Det er kursen, som vi sætter
Ingen her kan være ligeglad
Der skal være flere hænder
Til de ældre, som vi vender
Og tid og tyranni skal skilles ad

Minutter de skal tælle, ikke tælles
Omsorg skal ikke sættes på tabel
Og kaffen den bør drikkes, ikke bælles
Vi har ikke engang tid til at stresse os ihjel

Der skal styr på de budgetter
Det er kursen, som vi sætter
Ingen her kan være ligeglad
Der skal være flere hænder
Til de ældre, som vi vender
Og tid og tyranni skal skilles ad

Putte, skifte ble, rydde op, vaske sutter
En ren røv at trutte i er alt, hvad vi får
Hvor er der en voksen, vi har kun to minutter
Et minimum af minimum er alt, hvad vi når

Der skal styr på de budgetter
Det er kursen, som vi sætter
Ingen her kan være ligeglad
Der skal være flere hænder
Til de ældre, som vi vender
Og tid og tyranni skal skilles ad

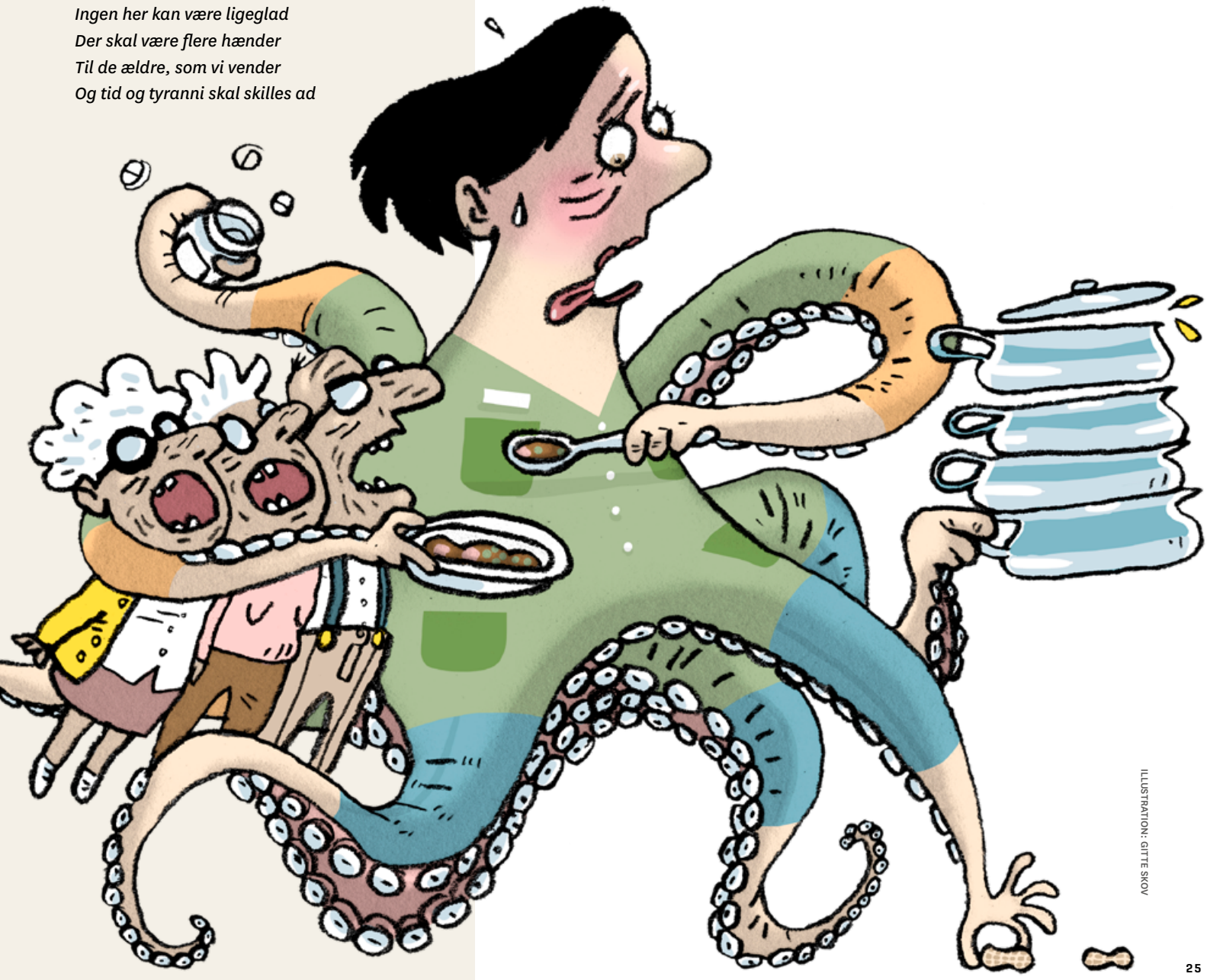


ILLUSTRATION: GITTE SKOV

DET ER NU, LØFTERNE SKAL INDFRIES

STRIIBEN | Det nye folketingsår har sat rammen for, hvor vi som FOA skal påvirke og råbe højt på medlemmernes vegne. Vi forventer, at en ny velfærdslov sikrer, at der ikke igen skal spares og effektiviseres, men vi vil mere end det. Det er nu, løfterne om at slippe kontrollen og give medarbejderne lov til at bruge deres faglige dømmekraft skal indfries. Det er nu, der skal skrues op for uddannelse og efteruddannelse, og det er nu, at der skal flere hænder til, og arbejdsmiljøet skal forbedres.

Vi har indgået masser af aftaler, og det haster altså med at få dem rullet ud, så det kan mærkes på arbejdspladserne. FOA har i 2020 og 2021 haft fokus på at bidrage til at forebygge og håndtere forråelse og omsorgstræthed på alle FOAs arbejdsområder. Derfor inviterer vi nu til webinarer med Dorthe Birkmose. De afholdes 24. november og 7. december, hold øje med invitationen.

Væksten buldrer derudad, og kampen om faglært arbejdskraft er i fuld gang. Mange arbejdspladser har efter sommerperioden meldt ind, at de ikke har kunnet skaffe vikarer til dækning af ferie og sygdom. Det har skabt et voldsomt pres på et i forvejen presset område. Det har givet vrede, frustrationer og en skarp tone i debatten på Facebook.

Løsningen er dialog og at stå sammen. Den farligste og nærmest direkte vej til ingen indflydelse er at svække vores sammenhold. At melde sig ud eller at være ligeglad med, om kollegerne står udenfor den overenskomstbærende organisation, det fører ikke til resultater. Vi har et fantastisk stærkt netværk, hvis vi forstår at bruge det. Tillids-, arbejdsmiljø- og medrepræsentanter, lokale afdelinger og et forbund, der samler trådene, rejser sager og påvirker politisk. Lad os tage kampene sammen – det er vigtigt for vores evne til at nå resultater.

Og så er lønstrukturkomiteen langt om længe nedsat – det bliver et vigtigt arbejde hen mod målet om mere retfærdig løndannelse og mindre ulighed i løn. ★

MONA STRIIB
FORMAND

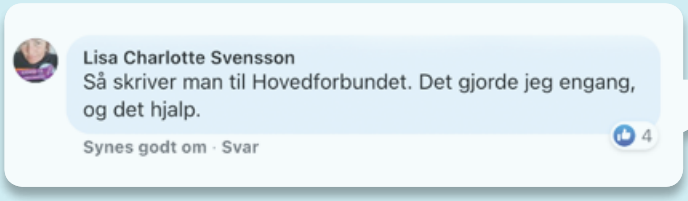
HVAD MENER DU?

> DEN FARLIGSTE OG NÆRMEST DIREKTE VEJ TIL INGEN INDFLYDELSE ER AT SVÆKKE VORES SAMMENHOLD.

@STRIIBMONA

I hvert nummer af Fagbladet FOA plukker vi en kommentar fra en debat på Facebook. Denne gang har vi ringet til Lisa Charlotte Svensson for at høre, hvad der fik hende til at kommentere på et opslag, der handler om et presset arbejdsmiljø.

Lisa Charlotte Svenssons kommentar til opslaget:



LISA CHARLOTTE SVENSSON

MAN KAN IKKE BARE STOPPE OG SIGE: JEG HAR PRØVET

Jeg har tidligere været tillidsrepræsentant, og på et tidspunkt havde jeg ytret mig på Facebook om nogle arbejdsforhold, blandt andet om manglende tid til opgaverne, og at vi ikke var nok personale, som der også er så meget snak om nu. Derefter blev jeg kaldt til samtale af sundhedschefen i kommunen. Jeg gik til min FOA-afdeling, men her følte jeg mig ikke hørt. De syntes, at jeg skulle tage til samtalen, selvom jeg ikke havde gjort noget forkert. Derfor henvendte jeg mig til forbundet, og her gav FOA mig medhold og hjalp mig. Hvis man ikke får den hjælp, man søger hos sin lokale afdeling, må man gå højere op i systemet. I det hele taget synes jeg, at vi skal være mere modige og ikke bare stoppe og sige: 'Jeg har prøvet'. Vi kan ikke stå sammen i vores fag, hvis folk ikke tør sige noget. ★

ANDRE SKREV OM SAMME OPSLAG

3. OKTOBER
Charlotte Eiberg. Jeg er TR og oplever kolleger, der aldrig læser lønsedler, ikke ved ret meget om overenskomst og ikke aner, om der er FOA-kurser til dem. Informationerne er jo ikke hemmelige. De ligger på foa.dk, men mange engagerer sig ikke i deres rettigheder og løn og så skrider det. Det her går begge veje.

3. OKTOBER
Annika Jensen. Jeg har været arbejdsmiljørepræsentant, og det er svært med arbejdsmiljøet. Det er et flydende emne. Handling savner man. Tror der skal oprydning til. Og så skal man lære at stå sammen hele vejen igennem.

Deltag i debatten
facebook.com/foadanmark
Vi forbeholder os ret til at forkorte indlæggene.

AF SIMONE KJØLBYE-DAM

Mel-indianerne indtager køkkenet

Først var der skepsis over at få klistrede fingre, men efter et par timer med pædagogmedhjælper Anja Jakobsen er Oskar og de andre børn i forrygende humør over at lave pølsehorn. Hættegården i Ringe har fået et nyt børnekøkken, som er bygget ind i fællesrummet. Her får børnene ejerskab til arbejdsgangene i køkkenet, hvor bollerne bliver bagt på slump, og processen er vigtigere end resultatet.

AF SOFIE JANERKA | FOTO: HEIDI LUNDSGAARD

Dut. "Så fik du lige mel på næsen, Oskar. Du ligner en indianer, en mel-indianer." Anja Jakobsen leger med børnene og ingredienserne, mens de er i køkkenet. Det giver gode grin og gør børnene mere trygge.

Ad! Hvin og grin kan høres over hele huset, imens Nana (tv.) og Frederikke ælter dejen. De er tiltrukket af den klistrede fornemmelse omkring fingrene, men kan alligevel ikke lade være med at hvine "ad".

GUIDE

3 RÅD NÅR DU HAR BØRN MED I KØKKENET

1. **Drop opskriften.** Gå efter retter eller bagværk, som kan laves på slump, så børnene kan blande ingredienserne i uden behov for vægt og præcist mål.

2. **Smag på råvarerne.** Snak om alle ingredienserne og smag på dem undervejs. Der er god læring i at tale om alt fra farve til smag og konsistens – og forskellen på det.

3. **Gør madlavningen til en leg.** Få masser af leg ind i processen og grin med børnene, når der kommer mel ud over det hele. Børnene får også lov at tørre mel af på Anjas næse og kalde hende for indianer.

I øjenhøjde. Køkkenet er bygget, så bordpladen passer til børnenes højde, og på den anden side af bordet går pædagogmedhjælper Anja Jakobsen ned ad en trappe. På den måde er hun i øjenhøjde med børnene, når de taler sammen. "Det giver en fantastisk kontakt og anledning til gode snakke. Både om maden og om alt muligt andet."

Mel er ikke bare mel. "Hvis almindeligt mel er hvidt, hvilken farve er det her rugmel så?" Undervejs taler Anja og børnene om og smager på de ingredienser, de putter i dejen. Mel smager ikke af ret meget, før det er blevet til boller. Men græskarkerner, smager godt både før og efter, lyder dommen.

På slump. Anja har ingen opskrift med i køkkenet. Det er børnene, som putter alle ingredienser i og blander dem. I dag får dejen et ordentlig skvæt olie, og Oskar vælger at tømme posen med græskarkerner i skålen. På den måde bliver børnene og deres samarbejde en vigtig del af processen.

Bageteamet. Der er en utrolig glæde og stolthed hos børnene, når duften af pølsehorn breder sig i børnehaven, og de kan dele pølsehornene ud til deres kammerater. Børnene er helt med på, at det er 'deres' pølsehorn, de andre skal spise til eftermiddagsmad.

Vi deler sol og vind lige

Når du har din pension hos os, så spiller du også en rolle i den grønne omstilling. Sidste år investerede vi både i solcelleanlæg og vindmølleparker, og frem mod 2025 har vi sat et ambitiøst mål om næsten at halvere vores CO2-aftryk for en stor del af vores investeringer. Vi gør det ikke bare for at leve op til vores grønne farve. Vi gør det, fordi ordentlige og bæredygtige investeringer går hånd i hånd med gode afkast.

Læs mere på pensam.dk/lidtbedre

Vedvarende investeringer i grøn energi

Vi investerer løbende i nye projekter med grøn energi, som bidrager til den nødvendige grønne omstilling af samfundet.

Mindre udsving på din pension

Du har en pension med gennemsnitsrente. Det betyder, at der er mindre udsving år for år, og dét giver dig større tryghed.

Alt overskud går til dig

Hos os er der ingen aktionærer, der skal tjene penge på din pension. Alt overskud går til vores medlemmer. Til dig.

PenSam

Gør livet lidt bedre

ALARMKLOKKERNE BØR RINGE

FAGLIGT TALT | Kommunernes lønstatistik afslører, at udskiftningen af personalet på det specialiserede område er markant højere end på det samlede kommunale arbejdsmarked. Det burde få alarmklokkerne til at ringe i alle kommuner, fordi relationen til medarbejderne er afgørende for kvaliteten af det pædagogiske tilbud, vi giver borgerne på det specialiserede område. Alt pædagogisk arbejde bygger på tryghed og tillid, og det fundament bygges ikke på en formiddag.

Kvaliteten stiger også, når personalet har en pædagogisk uddannelse, fordi uddannet personale i deres daglige overvejelser ikke kun trækker på erfaring, men også på pædagogisk teori. Og her er der godt nyt. Tallene viser nemlig, at pædagogiske assistenter i langt højere grad er fastansatte sammenlignet med omsorgs- og pædagogmedhjælpere. I maj 2021 var der således kun 80 løstansatte pædagogiske assistenter – omregnet til fuldtidsstillinger. Det svarer til, at 7 procent er løstansatte. Blandt omsorgs- og pædagogmedhjælpere er der 1.719 løstansatte – omregnet til fuldtidsstillinger. Det svarer til, at 24 procent er løstansatte.

Ved at uddanne og ansætte flere pædagogiske assistenter i kommunerne vil man altså kunne løfte kvaliteten mærkbart for borgerne på det specialiserede område. Kvaliteten af et velfærdssamfund kan som bekendt måles på, hvordan vi yder omsorg og udviklingsmuligheder for vores svageste borgere. Det er tid til politisk handling på det specialiserede område. ★

KIM HENRIKSEN
SEKTORFORMAND

> DET ER TID TIL POLITISK HANDLING PÅ DET SPECIALISEREDE OMRÅDE.

@FOAHENRIKSEN

KORT OG GODT

NYE BARSELSREGLER PÅ VEJ

Fagbevægelsens Hovedorganisation og Dansk Arbejdsgiverforening er blevet enige om en ny model for barsel, der skal øremærke 11 ugers barsel til begge forældre. Anbefalingerne bliver nu videresendt til regeringen og Folketinget, som ventes at tage stilling til modellen snarest.

KILDE: FAGBEVÆGELSENS HOVEDORGANISATION

29%

af de dagplejere, der har børn med særlige behov, føler sig stressede stort set hver dag eller flere gang om ugen. For dagplejere uden børn med særlige behov er tallet 18 procent.

KILDE: FOA-UNDERSØGELSE OM DAGPLEJEN, 1.045 HAR MEDVIRKET

PÆDAGOGER ER EN MANGELVARE

Hver tredje gang, der bliver slået en pædagogstilling op, og hver tiende gang, en pædagogmedhjælperstilling bliver slået op, forbliver stillingerne ubesatte. Det viser de nyeste tal om forgæves rekruttering. Værst ser rekrutteringssituationen ud i hovedstaden, hvor 45 procent af pædagogopslagene er forgæves.

KILDE: STYRELSEN FOR ARBEJDSMARKED OG REKRUTTERING, SEPTEMBER 2021

FOTO: ANNA CATHRINE LETH CHRISTIANSEN

Legestuer for fædre breder sig

Små børn kan sammen med deres fædre hygge sig i 'Fars Legestue', som er en del af projektet 'Far for Livet'. Der er nu 27 legestuer fordelt rundt om i landet, og flere kommer til.
Den bemandede legeplads 'Elba' på Amager er en af de nye steder med Fars Legestue. Her sørger legepladsmedarbejder Johan Haastrup (tv.) for at skabe nogle hyggelige rammer, så fædre, der er på barsel eller blot bruger en dag med sit barn, kan komme hver torsdag mellem kl. 11-14 og tale med andre fædre. Desuden kommer sundhedsplejen en time hver eller hver anden torsdag. Johan Haastrup sørger for, at legepladsen og det indendørs legerum er klar til leg. "Jeg håber, vi kan hjælpe med at få far i fokus og skabe et rum, hvor fædre og deres børn kan lege og have det sjovt", siger han.

Læs mere
farforlivet.dk

FÅ INSPIRATION TIL SUNDE MADVANER

Hvordan tager man som pædagogisk medarbejder snakken med forældrene om, at barnets madpakke ikke er så sund, når den altid består af hvidt toastbrød? Det og meget mere har Danmarks Evalueringsinstitut lavet et inspirationshæfte om. Her kan du finde inspiration til madglæde og sunde madvaner i dagtilbud.

Læs mere
eva.dk/dagtilbud

> **Den vigtigste opgave at løse de kommende 10 år for uddannelsespolitikken er at få mere faglært arbejdskraft.**

PERNILLE ROSENKRANTZ-THEIL
BØRNE- OG UNDERVISNINGSMINISTER (A)
til Politiken

FOTO: COLOURBOX

FÆRRE UNDERRETNINGER OM BØRN

For første gang siden 2015 er antallet af underretninger faldet. Fra 2019 til 2020 er der på landsplan kommet cirka 2.000 færre underretninger, hvilket svarer til et fald på to procent. I perioden er antallet af underretninger fra anonyme afsendere steget markant, mens der er sket et fald fra dagtilbud, SFO'er og skoler, formentlig på grund af covid-19-nedlukninger, vurderer Danmarks Statistik.

KILDE: DANMARKS STATISTIK

TEMA

VOLDSFOREBYGGELSE

Vold og trusler er hverdag på bosteder. Alligevel oplever mange ansatte, at arbejdspladserne ikke prioriterer det forebyggende arbejde. Men metoderne er der, og med afsæt i en ny bog om Nænsom Nødværge ser vi på nogle af dem her.

STOP VOLDEN:

VEJE UD AF DEN ONDE SPIRAL

TEMASIDERNE ER SKREVET AF NANA TOFT | FOTO: JØRGEN TRUE

Langt fra alle ansatte på bosteder oplever, at der bliver gjort nok for at forebygge vold. Ifølge ekspert arbejdes der mange steder på at løfte medarbejdernes kompetencer, men det kan ikke stå alene.

Ansatte på bosteder og i psykiatrien er blandt dem, der er mest udsatte for vold og trusler i forbindelse med deres arbejde. Og der er lang vej endnu, før det vilkår ændrer sig.

Det forudser Maria Melchiorsen, forbundssekretær i FOA, som reaktion på en ny FOA-undersøgelse blandt ansatte på bosteder og i psykiatrien. Den viser, at næsten fire ud af 10 medarbejdere oplever, at deres arbejdsplads 'slet ikke' eller kun i 'mindre' eller 'nogen grad' prioriterer den voldsforebyggende indsats.

"Det er sørgeligt. Især fordi vi i årevis – både fra FOA, arbejdsgiverne og fra politisk hold – har haft et massivt fokus på at forebygge vold og i fællesskab har udarbejdet mange værktøjer, som arbejdspladserne kan bruge," siger Maria Melchiorsen.

Stor udskiftning af kolleger

Hun ser flere årsager til, at den voldsforebyggende indsats ikke er højtprioritet alle steder, men hun lægger især vægt på, at mange arbejdspladser er ramt af stor vikardækning.

"Vi har områder, hvor både personale og beboere konstant forholder sig til nye kolleger. Her er det særlig svært at fastholde en god forebyggelseskultur," siger Maria Melchiorsen.

Hun bliver bakket op af psykolog og ekspert i forebyggelse af vold på arbejdspladser Trine Uhrskov, der fremhæver det 'kæmpe kompetenceløft', der er sket gennem de seneste mange år, og som stadig er i gang, fortæller Trine Uhrskov.

"Men det er klart, at hvis personalet konstant bliver skiftet ud, så lægger det et stort pres på de tilbageværende ansatte og ikke mindst på borgerne, der i høj grad har brug for stabilitet. Det øger naturligvis risikoen for vold," siger Trine Uhrskov.

Medarbejderne skal have tid og ro

Både hun og Maria Melchiorsen peger på væsentligheden af et tæt kendskab til både kolleger og de borgere, man arbejder med. Detaljeret viden om, hvad der trigger beboere eller patienter er essentiel, hvis man ikke vil risikere at sidde fast i en ond spiral, hvor vold avler mere vold.

"Vold og trusler kan resultere i sygefravær, der igen resulterer i nye ansatte, der skaber uro og derfor igen avler mere vold. Der er steder, hvor det er meget svært at bryde den her spiral, så det er vigtigt, at personalet på arbejdspladser, hvor der er risiko for voldsomme episoder, kender til en form for fysisk konflikthåndtering," siger Trine Uhrskov.

Hun ser gerne, at komptenceløftet ikke står alene, men fra nu af går hånd i hånd med flere ressourcer, især i form af flere medarbejdere.

"Det ville skabe den tid og den ro, der skal til for at forebygge vold. Lige nu løber folk alt for stærkt," understreger Trine Uhrskov. ★

30,7 %

af social- og sundhedsassistenterne har været udsat for fysisk vold inden for de seneste 12 måneder.

37,3 %

af specialpædagogerne har været udsat for fysisk vold inden for de seneste 12 måneder.

KILDE: 'ARBEJDSMILJØ OG HELBRED I DANMARK 2018', DET NATIONALE FORSKNINGSCENTER FOR ARBEJDSMILJØ

”Det sidste redskab, man tyr til”

På bostedet Lyngdal kan medarbejderne opleve bid og slag fra beboerne. Nu er de på kursus i Nænsom Nødværge, der er et blandt flere redskaber til at forebygge vold.

”Skal vi *gå* nu?”

Omsorgsmedhjælper Charlotte Lund retter blikket mod Minna*, en af hendes faste beboere på bostedet Lyngdal i Birkerød. Minna reagerer med det samme: Hendes øjne flakker usikkert, og kroppen er tydeligt urolig. Charlotte Lund opfanger signalerne og reagerer lynhurtigt:

”Jeg mener selvfølgelig: ’Skal vi *køre* nu’,” siger hun og vifter med bilnøglen, så Minna kan se den.

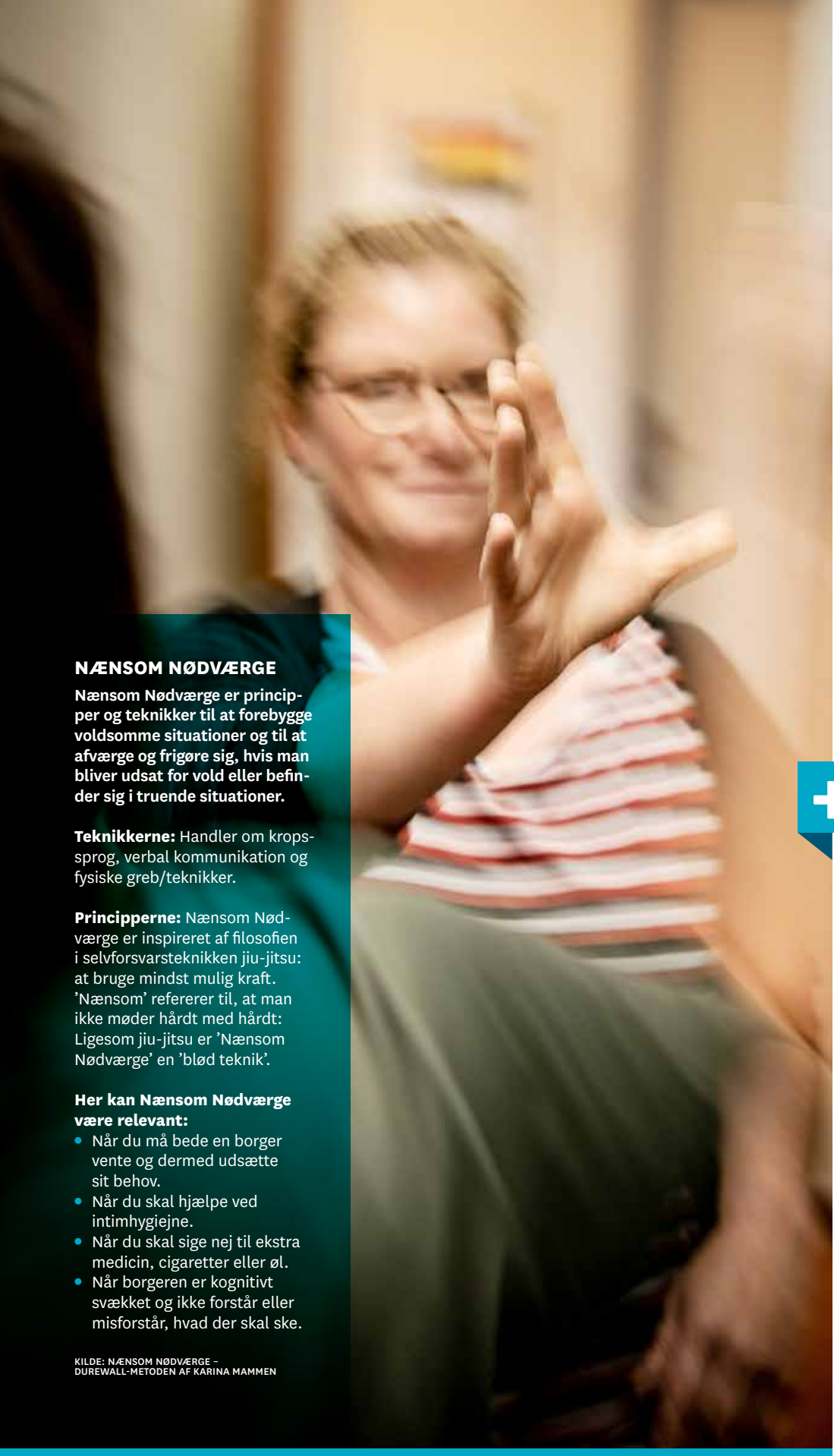
”Det er en klassisk situation, som kunne være endt med, at Minna var blevet så frustreret, at hun var blevet udadreagerende, men fik jeg afværget en konflikt. Små ord gør en stor forskel for vores beboere og kan være det, der udløser, at vi pludselig står i en truende situation,” siger Charlotte Lund.

Kurser i voldsforebyggende metoder

Konflikter er en uundgåelig del af hverdagen på bostedet Lyngdal, hvor beboerne har gennemgribende udviklingsforstyrrelser, og mange har en udviklingsalder på et til to år. Men medarbejderne arbejder hele tiden på at nedtrappe situationerne og dermed forebygge vold og trusler – både for beboernes skyld, men også for at værne om deres egen sikkerhed.

Medarbejderne kommer derfor løbende på kurser for at opbygge en værktøjskasse med forskellige meto-

**Minna er ikke beboerens rigtige navn.*



NÆNSOM NØDVÆRGE

Nænsom Nødværge er principper og teknikker til at forebygge voldsomme situationer og til at afværge og frigøre sig, hvis man bliver udsat for vold eller befinder sig i truende situationer.

Teknikkerne: Handler om kropssprog, verbal kommunikation og fysiske greb/teknikker.

Principperne: Nænsom Nødværge er inspireret af filosofien i selvforsvarsteknikken jiu-jitsu: at bruge mindst mulig kraft. 'Nænsom' refererer til, at man ikke møder hårdt med hårdt: Ligesom jiu-jitsu er 'Nænsom Nødværge' en 'blød teknik'.

Her kan Nænsom Nødværge være relevant:

- Når du må bede en borger vente og dermed udsætte sit behov.
- Når du skal hjælpe ved intimhygiejne.
- Når du skal sige nej til ekstra medicin, cigaretter eller øl.
- Når borgeren er kognitivt svækket og ikke forstår eller misforstår, hvad der skal ske.

KILDE: NÆNSOM NØDVÆRGE – DUREWALL-METODEN AF KARINA MAMMEN

Alle medarbejdere på botilbuddet Lyngdal har været eller kommer på kursus i Nænsom Nødværge, herunder social- og sundhedsassistent Gitte Rømer Bach (tv.) og omsorgsmedhjælper Charlotte Lund. Line Ebbesen Andersen (th.) er forstander.

FORSTANDER PÅ LYNGDAL: SÅDAN FOREBYGGER VI VOLD OG TRUSLER

1. **Kompetenceløft.** Kompetente og specialiserede medarbejdere er alfa og omega. Medarbejderne kommer derfor løbende på kurser, der forebygger vold og trusler for at opbygge en værktøjskasse med forskellige redskaber.

2. **Nøje kendskab til beboerne.** Det tager 6-12 måneder at lande hos os, fordi der er mange detaljer, man bør vide om hver beboer. Alle har særlige strukturer og sproglige sætninger – såkaldte styresætninger – der gør dem trygge. Og alle har også hver deres triggere: Dét, der gør dem utrygge.

3. **Det rigtige team.** Vi går efter rolige medarbejdere, der udstråler, at de hviler i sig selv. De skal kunne håndtere svære situationer og bevare overblikket, hvis der for eksempel er råb, skrig eller ting, der flyver gennem luften.

KILDE: FORSTANDER LINE EBBESEN ANDERSEN, DEN SOCIALE VIRKSOMHED: BOTILBUDDET LYNGDAL

der. Low Arousal er den mest udbredte pædagogiske metode, og senest er hele personalegruppen i gang med at lære Nænsom Nødværge. Her er fokus – ligesom med Low Arousal – at forebygge, at en situation udvikler sig. Men derudover giver Nænsom Nødværge en række teknikker til at frigøre sig, hvis man er endt i en fysisk konflikt.

Charlotte Lunds kollega, social- og sundhedsassistent Gitte Rømer Bach, har været igennem det to dage lange kursusforløb, og hun er glad for at lære teknikkerne at kende.

"Det er trygt at vide, at der er greb til at komme fri på en god måde for både mig og borgeren. Teknikken lærer os ikke at møde vold med vold, men at vride og afværge – på en nænsom måde," forklarer Gitte Rømer Bach.

Kan vride sig fri

Hun har ikke lige så mange udadreagerende beboere som Charlotte Lund, men en af dem, hun kommer hos, har en tendens til at tage hårdt fat i hendes hånd. Og Indimellem kan det være ret smertefuldt.

"Her har jeg brugt metoden til at vride min hånd fri på en effektiv, men blid måde, der ikke gør ondt på beboeren," forklarer Gitte Rømer Bach, der bliver bakket op af sin kollega.

"Det, der tiltaler mig ved Nænsom Nødværge, er, at det virker respektfuldt og omsorgsfuldt," siger Charlotte Lund.

Afhængig af erfarne medarbejdere

Forstander Line Ebbesen Andersen ser kurset i Nænsom Nødværge som en del af den palette, der skal til for at skabe et sikkert og trygt arbejdsmiljø, som er afgørende for at holde på medarbejderne.

"Vi har beboere uden verbalt sprog, og de er dybt afhængige af struktur, forudsigelighed og fast personale. Det er så vigtigt at have erfarne medarbejdere, der kan aflæse deres signaler, som kan være bittesmå: en stampen med foden, et rynket bryn eller en særlig lyd. Jo bedre vi passer på medarbejderne, jo bedre kan de også passe på beboerne." ★

NÆNSOM NØDVÆRGE

Et centralt begreb i Nænsom Nødværge er 'åbne døren' teknikken, som tager udgangspunkt i, at vi har en lille friktion mellem fødderne og gulvet. På den måde kan du hurtigt skifte stilling og derved frigøre dig på en ikke-konfronterende måde, hvis en borger griber fat i dig.

1. Borgeren griber fat
Mange steder er en typisk situation, at en borger griber godt fat i et håndled og trykker til, så det gør ondt på medarbejderen.

2. Åbn din hånd
Stræk dine fingre og begynd at 'åbne døren' – det vil sige lave en kropsvending. Samtidig med at du drejer din krop, skal du dreje håndleddet.

3. Frigør dig
Frigør dig fra grebet ved at bevæge dig i den retning, din egen tommelfinger vender. Situationen bestemmer, om du skal blive i kontakten, eller om du skal gå væk.

GUIDE

FOREBYG VOLD VED AT INDDRAGE BORGERNE

1

Det gode hverdagsliv
Vejen til mindre vold handler om at skabe et godt hverdagsliv for borgere og patienter: Mennesker, der har det godt, udøver sjældent vold mod andre. Personalet skal i langt højere grad fokusere på at inddrage borgeren i det voldsforebyggende arbejde – ellers kommer de mest til at slukke brande.

2

Undersøg, hvad der kan udløse frustrationer
Forestil dig Tim. Han bor på et bosted og har taget alle kopperne i køkkenet og gemt dem på sit værelse. Når personalet forsøger at få dem tilbage, bliver Tim voldsom: "Pludselig slog han ud efter os. Det kom bare ud af det blå," er reaktionen måske fra personalet. Men vold opstår altid af en grund. Første skridt er at gå bag om en episode og blive klogere på ikke kun den enkelte episode, men på borgeren: Hvad er den enkelte borgers historie i forhold til vold.

3

Undersøg, hvordan du kan støtte borgeren
Når der er faldet ro over episoden med Tim, kan I sætte jer ned og tale forløbet igennem: Hvad skete der op til, at Tim slog ud efter dig eller din kollega? Hvad er det, Tim ønsker med kopperne?
Måske finder I ud af, at Tim ikke ønsker at stjæle kopperne, men har et behov for at sætte dem i system, fordi det giver ro og oplevelsen af kontrol. Når du forstår en situation bedre, er det lettere at leve med den og forebygge, at det sker igen.

4

Undersøg, hvad du skal undlade at gøre
Det er kun borgeren selv, der har den fulde historie til, hvorfor en konflikt eskalerer og ender med at blive fysisk. Hvis du ikke til fulde forstår, hvad du og dine kolleger skal stoppe med at gøre, så ender de voldsforebyggende tiltag kun med at blive brandslukning: Altså at du kun håndterer den enkelte situation, men ikke forebygger, at det sker igen. Med Tim kan det være, at du ikke skal tage kopperne fra ham, men lade ham have dem i en times tid, til han har sat dem i system og er klar til at aflevere dem tilbage. Gå i dialog med Tim: Hvad foretrækker han, at I ikke gør?

5

Undersøg, hvad borgeren selv kan mestre
Det er forskelligt, hvor stort et potentiale hver borger eller patient har i forhold til at lære andre strategier end for eksempel at slå. Med borgere med et lavt udviklingsniveau må vi acceptere, at det kun er meget små ting, de kan lære at mestre – og dermed ændre – og så skal vi forstå, at når vi arbejder med at styrke borgernes mestringsstrategier, så er det noget, der tager lang tid. Med Tim kan det være, I på sigt kan erstatte kopperne med noget andet. Hvis behovet for Tim er at sætte genstande i system eller i farveorden, kan det være, I kan tale med Tim, om der er andre ting – hans sokker for eksempel – han kan sætte i system, der ikke gør, at hele bostedet pludselig savner alle deres kopper.

KILDE: TRINE UHRSKOV, PSYKOLOG OG EKSPERT I VOLDSFOREBYGGELSE

BESLÆGTEDE METODER

Der findes flere metoder til at forebygge vold og trusler om vold. Her er tre af de mest kendte.

Low Arousal
Ro smitter. Det er hovedtanken bag metoden Low Arousal. Holder man sig I ro, er det lettere at nedtrappe en konflikt. Metoden tager udgangspunkt i, at personalet regulerer sit eget affektniveau. Teknikkerne kan være lav stemmeføring og at undgå øjenkontakt og fysisk kontakt.

Trafiklysmodellen
Modellen hjælper personalet med at vurdere borgerens sindstilstand ud fra objektive kriterier: Hvad kan jeg konkret se? Hvordan kan jeg se eller høre det? Hvad udløser det af indsats fra personalet? Modellen består af skemabeskrivelser af borgerens adfærd som grøn, gul eller rød.
Er borgeren grøn, er han veltilpas.
Er han gul, udviser han problematisk adfærd, og er han rød, er han i konflikt og er truende eller voldelig.

LA2
Metodens fokus er borgerens egen opfattelse af trivsel og livsmestring: Her arbejder fagpersonale og borgere sammen om at forebygge og håndtere voldsomme episoder. Metoden har tre planer: En trivselsplan, en tryghedsplan og en læringsplan, der udfyldes i samarbejde med borgeren.

Læs mere på
metodermodvold.dk

Benyt dit PlusKort, og få rabat hele vinteren

– læs mere på **pluskort.dk**

PlusHotel.

Få et afbræk fra hverdagen, og nyd et skønt ophold på et af Scandics mange hoteller i Danmark.

15-20 %

Scandic

PlusSport.

Shop alt indenfor sneakers og styles, sportstøj, sportssko og tilbehør hos adidas med rabat.

20 %

adidas

PlusOslo.

Nyd et par skønne dage på havet med et MiniCruise på Oslobåden, og få en oplevelsesrig tur for hele familien.

5,5 %

DFDS

PlusFoto.

Med CEWE kan du bl.a. lave skønne fotobøger, fotokalendere, vægbilleder og invitationer med dine egne fotos.

10 %

cewe

PlusBil.

Kør forbi Quickpoint, når bilen skal på værksted. Hos Quickpoint får du korte ventetider og god service til lave priser.

10 %

Quickpoint

PlusFerie.

Savner du sol og varme, så book en ferie med Apollo Rejser. Her venter ekstra gode ferieoplevelser for hele familien.

3-5 %

apollo

FOA PlusKort.

Der tages forbehold for trykfejl og ændrede rabataftaler. Læs vilkår og betingelser for rabataftalerne på pluskort.dk

LÆS BØGER OM ALLE FAMILIEFORMER

En mor og to fædre eller omvendt. Familier er forskellige, og den snak kan bøger åbne for, siger pædagog Kira Elenna Poulsen.

AF MALIN SCHMIDT | FOTO: JØRGEN TRUE

Hvorfor er det vigtigt at tale om familieformer?
Familierne har udviklet sig. Vi er i Indre By, København, og her er for eksempel mange donorbørn. Både her i Børnebyen ved Glyptoteket og i hele Tivoliklyngen, som vi tilhører, er vi obs på, at alle børn kan genkende sig selv. Hvis alt udgår fra kernefamilien, føler nogle børn sig forkerte, mens andre får et misvisende billede af, hvordan virkeligheden ser ud.

Hvad kan bøgerne?
Bøger er et fælles tredje. De udstiller ikke det enkelte barn, men giver en naturlig samtale, om at familier kan se ud på forskellige måder. Og så går snakken, om at 'jamen, det kender jeg faktisk godt, for hjemme i min opgang ...'

Hvordan gør du?
Der er masser af gode nye bøger, om at familier kan se ud på flere måder. Karla-bøgerne for eksempel, der handler om at være donorbarn og de spørgsmål, der opstår ud fra det. Eller Gyldendals store bog om familier, hvor alle familieformer bliver gennemgået. Det er dialogisk læsning, der virkelig giver mulighed for at diskutere, hvor mange fædre, brødre, mødre og søstre man har.

Er det så ude med klassikerne?
Nej, slet ikke. Vi læser også Alfons Åberg og Ronja Røverdatter og de andre 'gode gamle'. Dog laver jeg tit lidt om i historierne. Hvis jeg for eksempel sidder med et barn, der har to mødre, og billedet i bogen viser et barn, der bliver hentet af sin mor, så digter jeg videre om mor og mamma. At inddrage børnene i historien er supergodt for at få deres opmærksomhed, når jeg kan mærke, at de er ved at falde lidt ud. ★

MASCH@FOA.DK

DET VIRKER

DEL DINE FIF

Har du et arbejdsredskab eller pædagogisk metode, som virker på din arbejdsplads, så skriv til men@foa.dk.

Hvis vi bruger det i bladet, får du et gavekort på 250 kroner til Coop.

TRE AF KIRA ELENNA POULSENS FAVORITTER

- 'Malenes mor gifter sig med Lisa' af Annette Lundborg og Mimi Tollerup-Grkovic – giver et fint indblik i andre familieformer end den klassiske kernefamilie.
- Karla-bøgerne af Pia Olsen og Karla Elena Olsen – forklarer i børnehøjde, hvordan det er at være donorbarn.
- 'Niller Pilfinger' af Stine Josefine Dige – om en nysgerrig dreng, der elsker at pille ved ting, der blinker og larmer. Og så har han to mødre.

”Hvis folk bare gav os en chance”

Man må ikke forskelsbehandle på det danske arbejdsmarked. Alligevel skete det hele tre gange for Ayse Basaran Holm, da hun som hørehæmmet søgte job som social- og sundhedshjælper.

AF SIMONE KJØLBYE-DAM | FOTO: ANNA CATHRINE LETH CHRISTIANSEN

”Hvis I kan bruge en som mig, så tøv ikke med at kontakte mig. Da jeg er døv, kan I ikke ringe, men enten sende en mail eller sms.”

Sådan var ordlyden i de tre uopfordrede ansøgninger, som 41-årige Ayse Basaran Holm skrev i starten af året, da hun ledte efter et nyt job som social- og sundhedshjælper. I alle tre tilfælde blev hun indkaldt til samtale, men hun fik ikke tilbudt nogen af stillingerne.

I to af tilfældene blev samtalen end ikke gennemført. For da det gik op for arbejdsgiverne, at Ayse Basaran Holm har et hørehandicap, mente de alligevel ikke, at hun var egnet til stillingen og aflyste.

”Folk kan godt blive skræmt af et hørehandicap, men vi døve burde få en chance, så vi kan vise, hvad vi kan. Vi har kompetencerne, og jeg er jo uddannet på lige fod med alle andre,” siger hun.

Kropssprog og fagter

Ayse Basaran Holm er så godt som døv. Det har hun været, siden hun var syv år, men det har ikke holdt hende tilbage. Tværtimod. Hun vil gerne arbejde med mennesker, og kommunen har bevilget hende 19 timers personlig assistance om ugen, så hun kan passe et fuldtidsjob.

I de resterende timer, hvor hun ikke har en tolk, kan hun nøjes med at kommunikere ved hjælp af håndfagter og tegn. Det virker, fortæller hun:

”Man kan sagtens kommunikere gennem kropssprog. Hos nogle borgere er det lidt sværere, men ofte går det helt uden problemer.”

To gange undskyld og forlig

Ayse Basaran Holm vidste ikke, at hun havde en faglig sag. Det gik først op for hende, da hun talte med faglig sagsbehandler Karin Varup Jensen fra FOA SOSU. Derefter landede – med bistand fra advokat i FOA Christina Skjold – et forlig med de to første arbejdsgivere, der havde afvist hende.

”De kunne godt se, at de havde begået en fejl, så de lagde sig fladt ned. Vi mangler stadig svar fra den sidste arbejdsgiver, der ikke er vendt tilbage på nogen af vores henvendelser, så den er nu i ligebehand-

KEND DIN RET

HVAD ER FORSKELSBEHANDLING?

Forskelsbehandling dækker over etnicitet, religion, seksualitet, alder og handicap med videre. Sager kan starte i forbindelse med ansøgningen, men også under ansættelsen. Det kan handle om, at du ikke fik en forfremmelse, eller at du r blevet opsagt grundet din omstændighed. Du har ret til at komme i arbejde på lige fod med alle andre, og hvis du har et skånehensyn, skal der også tages hensyn til det. Hvis du oplever forskelsbehandling, kan du kontakte din tillidsrepræsentant eller din FOA-afdeling, der kan hjælpe dig.

KILDE: CHRISTINA SKJOLD, ADVOKAT I FOA

”Det handler om fordomme. De fleste tror, at vi døve ingenting kan, men vi er jo helt normale. Vi kan bare ikke høre,” siger Ayse Basaran Holm.

lingsnævnet,” siger Christina Skjold om de to forlig, der udløste en erstatning til Ayse Basaran Holm.

Har fået job

Samtidig har Ayse Basaran Holm bevist sine evner: Hun har nemlig fået job på et plejecenter i Humlebæk, hvor arbejdsgiverne ikke så hendes handicap som en forhindring.

”De var meget åbne. Det er første gang, jeg har oplevet det. De havde faktisk læst min ansøgning igennem, så jeg kunne bare komme, som jeg var,” fortæller hun og fortsætter:

”Det har betydet rigtig meget for mig, at jeg har kunnet få den hjælp fra FOA, som jeg gjorde. Det er jo en umenneskelig behandling, jeg har fået. Der er ingen, der har fortjent at blive behandlet sådan. Men nu ved jeg, at hvis noget lignende sker igen, så har jeg en støtte i FOA.” ★

SAKD@FOA.DK

DE FIK OGSÅ HJÆLP AF FOA

Bente Hansen
FYRET EFTER PSYKISK ARBEJDSSKADE

I 2018 måtte social- og sundhedsassistent Bente Hansen melde sig syg fra sit job på et plejecenter efter flere års chikane fra en psykisk syg beboer. Hun ønskede at blive omplaceret, men det afviste ledelsen og fyrede hende. Med hjælp fra FOA har Bente Hansen vundet den efterfølgende sag og fået anerkendt både psykisk arbejdsskade og uretmæssig fyring. Arbejdsskaden erstattes med 76.000 kroner for en mengrad på 10 procent, og derudover får hun 7.800 kroner om måneden i tabt arbejdsfortjeneste, indtil hun bliver 67 år. Det svarer i alt til omkring 900.000 kroner.

Lene Christensen
FÅR ERSTATNING EFTER FYRING UNDER GRAVIDITET

27. august fortalte social- og sundhedsassistent Lene Christensen sin chef på en jysk højskole, at hun var gravid. To dage senere, kort før klokken 10 om aftenen, modtager Lene Christensen pr. mail sin opsigelse, som blev begrundet i hendes generelle sygefravær. Men fordi den faldt i så tæt sammenhæng med, at Lene Christensen havde informeret om sin graviditet, gik hun med FOAs bistand i retten. Hun vandt, og har fået en godtgørelse på lidt over 63.000 kroner for uberettiget opsigelse.

Har du brug for hjælp
Kontakt din FOA-afdeling via **foa.dk/afdelinger**

ADINA ER KLAR TIL FREMTIDEN. ER DU?

Lad VUC stå for opkvalificering af virksomhedens medarbejdere, og bliv godt rustet til et arbejdsmarked i rivende udvikling.

VUC ERHVERV tilbyder kompetenceløft, der sikrer virksomheden og medarbejderne viden, der rækker ind i fremtiden.

Det giver højere kvalitet i opgaveløsningen, og dine medarbejdere bliver rustet til fremtidens arbejdsmarked.

Du finder dit nærmeste VUC på www.vuc-erhverv.dk

Scan og læs mere

VUC ERHVERV
MERE END UDDANNELSE

DR. WARMING BASISCREME

– førstehjælpen til tør hud og afsprittede hænder

Dr. Warming basiscreme er en blødgørende og fugtbevarende 92% fedtcreme. Velegnet som hudpleje ved børneeksem, psoreasis, meget tørre hænder og sprækkede hæle. Virker kløestillende.

Dr. Warming Basiscreme er dansk produceret, indeholder kun 4 ingredienser og er testet på hud-afdelingen på Bispebjerg Hospital.

drwarming.dk
– produktinformation og forhandlerliste

Nordic Consumer Health, Danmark, info@consumerhealth.dk

| CV |
2021: Starter på uddannelsen til social- og sundhedsassistent
2020-2021: Omplaceret til Helsingegården Rehabilitering
2016-2020: Teknisk service-medarbejder på Gribskov Rådhus
1999-2016: Ansat på genbrugsstation

SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENTELEV CHRISTIAN DAM:

JEG SKULLE BARE VÆRE DER I TRE UGER

AF IDA ØSTERLUND | FOTO JACOB NIELSEN

Da Danmark lukkede ned igen i januar 2021, stod jeg til at blive hjemsendt fra mit job som teknisk servicemedarbejder på rådhuset, men så meldte jeg mig til at hjælpe med praktiske opgaver på et rehabiliteringscenter i kommunen. Først skulle jeg lave lidt morgenmad og kaffe, men det greb om sig. Jeg begyndte at køre borgerne til og fra genoptræning. Og lidt senere hjalp jeg dem også i seng bagefter. Det gav mig blod på tanden.

Jeg skulle have været på centret i tre uger, men det endte med seks måneder. Der mangler så meget personale, og jeg kunne ikke bare smutte. Jeg har siddet ved døende borgere og holdt dem i hånden. Jeg har madet folk, der ikke kunne selv. Folk, der er lamme på grund af en hjerneblødning eller en blodprop, som har brug for min hjælp. Mange på rehabiliteringscentret bliver båret ind af Falck, men i løbet af en måned eller to kan de gå derfra. Det er så rørende at se. Det giver mig våde øjne bare at fortælle om det.

Nu er jeg startet på sosu-assistentuddannelsen, og det kommer man ikke sovende til. For hver dag, der går, bliver jeg mere tændt på faget. Jeg kommer aldrig i nærheden af den løn, jeg fik på rådhuset, men det er heller ikke det, der trækker. Det er at få lov til at mærke smilet fra de glade mennesker, jeg gør en forskel for. Det giver mig så meget. Folk omkring mig har kun sagt rosende ord om mit valg. ”Godt gået,” siger de politikere, jeg kender fra rådhuset, og klapper mig på skulderen. Jeg blev 50 år i sommer, og jeg har ikke før taget en uddannelse. Men folk siger jo, at det aldrig er for sent. ★

LÆS FLERE: ‘MIN VEJ’ PÅ FAGBLADETFOA.DK

FAGLIG PRAKSIS

Her bliver drømme foldet ud

Med limpistol, fantasi og fællesskab – og hjælp fra designer Shane Brox – har børnene i den integrerede institution Birkebo skabt et hus fuld af drømmeværelser.

AF MERETE NIELSEN | FOTO: JØRGEN TRUE

Smag lige på ordet skumfidusterrassetag. Sådan et findes faktisk ude i virkeligheden, helt konkret i et aktivitetsrum i børnehaven Birkebo i Solrød. Her kan man også gå på opdagelse i et dinosaurgalleri og en vulkanskorsten. Alt det og meget mere er samlet i et hus fuld af drømmeværelser, som sådan nogle kan se ud, når man er tre-fem år.

Gennem et tougers forløb har designeren Shane Brox – kendt fra børneprogrammet 'Shanes Verden' – været gæst i Birkebo, og han har sammen med børn og voksne skabt et hus ud af skotøjsæsker, garnrester, mælkepropper, flamingokugler og andet fra forældrenes overskudslager af emballage.

"Må jeg tage det med hjem"

Pædagogmedhjælper Alita Jensen, der har en diplomuddannelse i kunst og kulturformidling, er primus motor på projektet, og hun er helt høj over den fordybelse og det samarbejde, hun har set hos børnene, mens de har været optaget af at lime, klippe og fremtrylle boblebade, himmelsenge og andre indretningslækkerier.

"Normalt når børnene tegner eller laver perleplader, går de meget op i, at værket skal med hjem og vises frem. Det spørger de ikke om mere, for de kan se, at det, de laver, bliver en del af noget større – et hus, som vi er fælles om, og som vi kan have glæde af fremover," siger Alita Jensen.

Fået støtte til huskunstner

Hun giver en varm anbefaling til at benytte sig af Huskunstnerordningen under Statens Kunstfond. Her kan dagtilbud søge om støtte til et forløb med for eksempel en billedkunstner, musiker eller balletdanser.

"Vi er en profilinstitution for kunst og kultur, så for os var det oplagt med et visuelt projekt, og jeg tænkte straks på Shane, fordi han er fantastisk til at gribe det, børnene kommer med – og skubbe dem lidt videre, så de får udfordret deres fantasi."

FRA IDÉ TIL PROJEKT MED HUSKUNSTNER

Januar 2021
Personalet beslutter på årets første møde at søge Statens Kunstfond om støtte til et projekt med en huskunstner. De får tilsagn i marts.

Maj/juni
Alle forældre bliver bedt om at komme med brugt emballage, der ellers ville blive smidt ud.

August
Personalet forbereder børnene ved at lade dem tegne skitser af deres drømmeværelse og tale med dem om deres tanker bag.

Næsten alle materialer til drømmeværelserne har forældrene leveret. "Det er dejligt, at børnene lærer at se muligheder i alt det, vi smider ud. Det eneste, vi har købt til projektet, er limstænger," siger pædagogmedhjælper Alita Jensen.

Tid og rum forsvinder

Nogle børn har været med alle dage, og andre går lidt til og fra. Det er helt frivilligt, om man vil deltage, understreger Alita Jensen.

"Projektet foregår i institutionens hjerterum, hvor alle kommer forbi, og det er dejligt at se, at nogle af de børn, der til at starte med stod forsigtigt og kiggede ind gennem ruden, har fået mod på at være med. Vi har også set, at nogle af de børn, der har svært ved at koncentrere sig, kan være fordybet i over en time herinde, hvor tid og rum forsvinder. Det sker jo desværre alt for sjældent i hverdagen, at vi er i sådan et flow."

Henover bordene udveksler børnene idéer og meninger om udformning og materialevalg. Sætninger som: "Lad os gøre det til en svømmepøl" eller "Kan du lige holde her?" vidner om et forløb, hvor børnene har fået tid til at skabe sammen.

"Det roder, og vi ved ikke, hvor det ender. Vi håber bare, at Shane kan få huset ud af rummet, når vi slutter i morgen. Man skal kunne tåle et vist kontroltab," griner Alita Jensen. ★

MEN@FOA.DK

September
Birkebo har besøg af Shane Brox seks formiddage i løbet af to uger.

Efter projektet
Drømmehuset kommer til at stå i et rum, hvor børnene i små grupper kan besøge det.

Læs mere
om huskunstnerordningen på **kunst.dk**

A-KASSEN

HUSK!

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

Husk at udfylde din Joblog
Mindst en gang om ugen skal du skrive de job, du søger, i en digital joblog – enten via foa.dk/akassen eller jobnet.dk. Du skal logge flere job hver uge. Jo flere ledige stillinger, der er, desto flere skal du søge og registrere i din joblog. Derudover skal du hver måned gemme mindst én jobansøgning i din joblog. Det kan få konsekvenser for dine dagpenge, hvis du ikke opfylder disse krav.

Nyt job?
Find dit nye job på FOA Job via foa.dk/akassen.

Digital post
Vi sender ikke længere breve med posten, men udelukkende til din indbakke på foa.dk/min-post. På Mit FOA i øverste højre hjørne på hjemmesiden kan du se og evt. ændre, hvordan du får besked om digital post. Vi anbefaler, at du både får besked pr. mail eller sms.

A-KASSENS CALLCENTER
– en udvidet service til dig
Hvis du har brug for at kontakte a-kassen uden for normal åbningstid, kan du ringe til callcentret på tlf. 46 97 10 10. Vi har åbent mandag til fredag kl. 16-20. Her kan du få hjælp, når du har brug for det.

ANNE DORTHE FIK HJÆLP TIL JOBSØGNING

AF VIBEKE KOLD

Anne Dorthe Madsen er social- og sundhedsassistent, og da hun efter et sygeforløb i foråret blev ledig, var det første gang, hun stod uden job. Det var nyt for hende at skulle skrive en ansøgning, for når hun tidligere havde søgt nyt job, havde det været nok at ringe til arbejdsgiveren.

”Men i dag skal man jo skrive en ansøgning, så jeg gik i gang. De første, jeg sendte, var dog ikke verdens bedste. Jeg skrev sådan noget som: ’Jeg er gift og mor til to og søger jobbet som social- og sundhedsassistent’, så det var ikke så mærkeligt, at jeg ikke straks fik job igen,” siger Anne Dorthe Madsen.

På kursus i at søge job
Til sin første samtale i FOAs A-kasse hørte hun om et forløb hos AOF om FVU-dansk med fokus på jobsøgning. Det lød lige som det, hun havde brug for, så hun meldte sig straks.

”Underviseren hed Laila, og hun var bare så dygtig, tålmodig og engageret,” siger Anne Dorthe Madsen, som fremhæver underviserens evne til at give individuel hjælp til kursisterne.

”Der var ikke andre social- og sundhedsassistenter på holdet, og de andre søgte jo meget forskelligt arbejde, men det gjorde ikke noget, for Laila var god til at sætte fokus på lige det, jeg havde brug for.”

Anne Dorthe Madsen havde især brug for at lære at skrive en god jobansøgning og et godt cv – helt fra bunden af. Hun lærte også, hvordan man målretter en ansøgning til den enkelte arbejdsplads.

I fast job
Der gik da heller ikke lang tid efter kurset, før Anne Dorthe fik et fast job som social- og sundhedsassistent på et bosted for unge og voksne med fysiske og psykiske udfordringer.

”Hvis jeg havde sendt den gamle ansøgning, var jeg helt sikkert ikke blevet kaldt til samtale, så jeg vil virkelig anbefale andre medlemmer af FOAs A-kasse at melde sig til AOFs FVU-forløb i dansk med fokus på jobsøgning.” ★

FÅ GRATIS KURSUS PÅ FVU
FVU står for Forberedende Voksenundervisning og er et gratis undervisningstilbud til voksne.

På FVU kan du blive bedre til dansk, matematik, engelsk og it. Flere steder i landet kører AOF forløb for ledige medlemmer af FOAs A-kasse i dansk med fokus på jobsøgning. Du kan tilmelde dig FVU i din a-kasse eller online. På **aofonline.onlinebooq.dk** kan du bestille en snak med en AOF-underviser, der kan hjælpe med at finde ud af, hvilke kurser du kan følge, og hvordan det vil foregå rent praktisk.

På efterløn og ½-årserklæring?

Hvis du er på efterløn og er på ordningen, hvor du kun skal indsende dit ydelseskort hvert halve år, skal du fra 1.-14. november indsende din erklæring. ½-årserklæringen dækker perioden 1. maj til 30. oktober 2021. Du kan indsende din erklæring fra foa.dk/halvårserklæring. ★

REDAKTIONEN@FOA.DK

Tag med FOA til Folkemøde

Ferie, folkemøde og fællesskab

FOA Camping 12.-19. juni 2022

FOA-campen er stedet for jer, der både vil holde ferie og have oplevelser og fællesskab. Der er hver dag tændt op i den fælles grill ved vores store telte, hvor man kan møde andre FOA-familier. Vi har tirsdag en faglig café-aften med et aktuelt tema.

Fra torsdag er der Folkemøde med et overflødighedshorn af tilbud.

FOA betaler lejen til Sandvig Familiecamping

Du skal enten medbringe telt, campingvogn eller camplet og betale for strøm og morgenmad. Det er vigtigt, at du oplyser, hvad du overnatter i af hensyn til antallet af pladser.

Ved tilmelding betaler voksne 300 kr. for morgenmad – børn 125 kr. (Kan ikke fravælges). Hver morgen fra mandag til søndag, hvor Folkemødet slutter, er der stor morgenbuffet, som nydes sammen med alle de andre deltagere på FOA-campen.

FOA betaler et tilskud til transporten

400 kr. pr. familie. Hvis man bor i Jylland eller på Fyn, betaler FOA også broafgiften til Storebæltsbroen (inkl. campingvogn eller camplet).

Tilmelding er bindende

Tilbuddet er til medlemmer, som ikke før har deltaget. Har du deltaget før, kan du komme på venteliste ved at sende en mail til taa001@foa.dk.

Læs mere og tilmeld dig på foa.dk/camping

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

3% på Lønkontoen i Danmarks 2. bedste bank

Ring 44 39 39 44 og hør om dine fordele

Kundetilfredsheden er høj i PenSam Bank. I Mybanker's årlige bankundersøgelse er PenSam Bank nemlig blevet kåret som den 2. bedste bank i Danmark.

- Som medlem af FOA kan du få 3% i rente af de første 25.000 kr. du har stående på din lønkonto.
- Du skal blive helkunde og samle din privatøkonomi og nemkonto i PenSam Bank.
- Vi skal kunne kreditvurdere din økonomi i forhold til den samlede pakke. Rentesatsen er variabel og gældende pr. 1. januar 2019.

PenSam

FOA

GROV KARTOFFELPIZZA

Savner du inspiration til en velsmagende madpakke, der kan holde energien oppe, så kig med her. Kartoffelpizza er god nybagt, men er lige så dejlig kold dagen efter.

AF KATRINE KLINKEN | FOTO: LINE FALCK

TIP!
Spis bær som snack. Brombær smager godt både rå og optøede fra frost

Om efteråret er kartoflerne ekstra gode. Brug dem i den varme mad og kolde til salater.

Kartoffelpizza med rugbund

6 stykker

25 g gær
4½ dl lunkent vand
1 spsk. groft salt
½ dl olivenolie
150 g fuldkornsrugmel
ca. 550 g hvedemel

Fyld
ca. 500 g kartofler
½ dl olivenolie
Friskkværnet peber
100 g parmesanost

Drys
1 lille bakke rucola
1 lille bundt purløg

Opskrift
Smuldr gæren i lunkent vand. Tilsæt salt, olie og rugmel. Tilsæt gradvist hvedemel. Ælt dejen glat og smidig. Dæk skålen til og lad dejen hæve ca. 45 min. ved stuetemperatur.

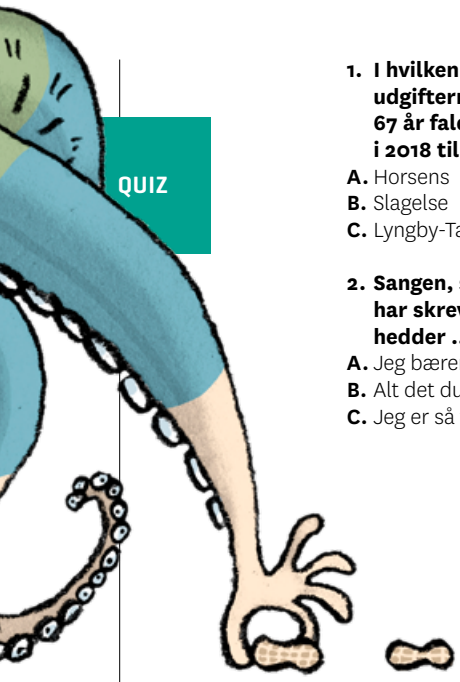
Skræl kartoflerne og skyl dem i koldt vand. Skær kartoflerne i tynde skiver som til chips. Kom de tynde kartoffelskiver i en skål, bland med olivenolie og krydr med peber. Ælt den færdighævede dej igennem igen. Tænd ovnen på 250 grader.

Drys lidt rugmel på bordet. Rul dejen tyndt ud i 6 cirkler med en diameter på ca. 18 cm til pizzabunde. Læg pizzabundene på bagepapir.

Drys revet parmesanost på pizzabundene. Fordel kartoffelblandingen i et jævnt lag ovenpå. Sæt pizzaerne i den varme ovn og bag 1 eller 2 ad gangen i 10-15 min., til de er gyldne og sprøde. Drys med skyllet rucola og klippet purløg, når pizzaerne skal spises.

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

Læs mere
instagram.com/katrineklinken



QUIZ

1. **I hvilken kommune er udgifterne pr. ældre over 67 år faldet fra 60.269 kroner i 2018 til 55.112 kroner i 2021?**
A. Horsens
B. Slagelse
C. Lyngby-Taarbæk

2. **Sangen, som Karina Willumsen har skrevet til Fagbladet FOA, hedder ...**
A. Jeg bærer med smil min byrde
B. Alt det du kan nå på 0 minutter
C. Jeg er så træt af tidstyranniet

3. **Hvilken uddannelse er Christian Dam startet på?**
A. Social- og sundhedsassistent
B. Serviceassistent
C. Pædagogisk assistent

4. **Ayse Basaran Holm oplevede tre gange at blive forskelsbehandlet på grund af sit**
A. Problem med dårlig ryg
B. Hørehandicap
C. Nedsatte immunforsvar

5. **Vi er gået tæt på en af illustrationerne i dette nummer af Fagbladet FOA. Hvad forestiller det?**
A. Et skildpaddeskjold
B. En fugleredegynge
C. Et fiskenet

KAN DU DIT FAGBLAD?

Vær med i lodtrækningen om et gavekort til Coop til en værdi af 250 kroner.
Vi trækker lod blandt de indsendere, der har svaret rigtigt på flest spørgsmål. Du finder alle svar i dette nummer af Fagbladet FOA.

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen. Send dit svar til: brevkasse@foa.dk senest **19. november.**
Du kan også besvare quizzen på foa.dk/quiz

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 4/2021 blev **Marianne Egelund Jørgensen, Næstved**

Medlemstilfredsheds-undersøgelse

Svar på spørgsmål og vind et gavekort

I starten af november sender vi et spørgeskema til alle FOA-medlemmer på enten e-mail eller sms. Hvis du ikke har modtaget skemaet kan du deltage via hjemmesiden foa.epinion.dk.
Svar på spørgsmålene, og deltag i lodtrækningen om 3 gavekort a 1.000 kr., 6 gavekort a 600 kr. og 10 gavekort a 300kr.

FOA
SAMMEN GØR VI FORSKELLEN

nordic consumer health

Femarelle®

- når hormonerne spiller dig et puds

Femarelle® kan købes på apoteket, førende webshops og udvalgte helsekostbutikker

Femarelle® er et kosttilskud der anbefales verden over.
Det indeholder som det eneste produkt i verden stoffet DT56a.

Recharge indeholder B6-vitamin der bidrager til at regulere den hormonelle aktivitet.

Følg os på Facebook gruppen **"Det er bare en overgang"** og læs mere om vore produkter på **consumerhealth.dk**

Min livskvalitet er super vigtig for mig og da jeg ikke ønsker hormoner har jeg valgt Femarelle. I en travl hverdag er jeg nu sikker på at jeg kan fungere som jeg plejer.

METTE BLOMSTERBERG

DISTRIBUTØR: *Nordic Consumer Health, Denmark, info@consumerhealth.dk*

FILTEN+SCHEEL

DET SKER

FREDERIKSSUND
Seniorklubbens arrangementer afholdes under forudsætning af covidsituationen.
Seniorklubben. 17. nov. kl. 13.30: 'Med bumletog fra Borup til Singapore' v. Finn Greiner. 8. dec. kl. 12: Julefrokost. Medbring godt humør! Pris: FOA-medlemmer 225 kr., gæster 325 kr. Sidste bindende tilmelding er 17. nov. Der kan også betales på mødet 17. nov. til kasserer Anny Lorentzen eller via netbank på reg. nr. 2232 – konto 4397151072. Husk at skrive navn på indbetalingen. Efter julefrokosten er der lotteri. Maks. 50 deltagere.

HORSENS
Afdelingen. 5. dec. kl. 10-12.30 eller kl. 14-16.30: Juletræ på Scandic Bygholm Park i Horsens. For medlemmer og børn/børnebørn. Maks. 3 voksne. Billetsalg i perioden 25. okt.-12. nov. Billetpris 30 kr. via MobilePay/kontant.
Seniorklubben. 9. nov. kl. 14: Julebanko og amerikansk lotteri. Klubben giver gevinsterne – der er kaffe og kage. Pris 200 kr. for medlemmer, 250 kr. for ægtefælle/samlever til julefrokosten 26. nov. kl. 12 på Det Ny Kronborg. 4. jan. 2022 kl. 14 ønsker vi hinanden godt nytår. For at deltage i seniorklubbens arrangementer skal du være medlem. Årligt kontingent i seniorklubben 160 kr. Årligt kontingent i FOA 222 kr. Tilmelding til udflugterne skal ske til formand Dorrit Bank på 60 19 70 16 eller kasserer Sonja Møller Andersen på 60 71 17 80. Træffes bedst kl. 17-18.

SKIVE
Seniorklubben. 25. nov. kl. 12.30: Julefrokost i FOAs mødelokaler, Jægervej 12, Skive. Pris 200 kr. – tilmelding senest 11. nov. 10. feb. 2022 kl. 14: Tøj til salg v. seniorshoppen – afholdes i Gildesalen, Dalgas Alle 57, Skive. 3. marts kl. 13: Generalforsamling i FOAs mødelokaler, Jægervej 12, Skive. Der servers en let anretning, kaffe m. brød og bankospil. Dagsorden jf. lovene. Forslag skal være formanden i hænde senest 17. feb. Tilmelding senest 17. feb.

SYDFYN
Afdelingen. 3. nov. kl. 17.30-21.30: Sektorårsmøde for Sundheds- og Servicesektoren. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foasydfyn/arrangementer. 8. nov. kl. 19-21: Vælgermøde i anledning af regionsrådsvalget 16. november. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/vaelgermoede
11. nov. kl. 18-22: Sektorårsmøde for Pædagogisk Sektor. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer. 18. nov. kl. 17-21: Sektorårsmøde for Teknik- og Servicesektoren. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer. 20. nov. kl. 14: Juletræsfest i Tåsingehallen. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/juletraesfest.
23.-24. nov.: Konference for tillidsvalgte på Hotel Faaborg Fjord. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/konference-for-tillidsvalgte.
25. nov. kl. 15.30-17: Løntjekscafe i Møllergade 56, Svendborg. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/loentjekscafe-25-11-21.
2. dec. kl. 9.30-11: Løntjekscafe i Møllergade 56, Svendborg. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/loentjekscafe-02-12-21.
2. dec. kl. 12-15: Julemiddag for pensionister og efterlønnere. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/julemiddag-02-12-2021.
9. dec. kl. 12-15: Julemiddag for pensionister og efterlønnere. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/julemiddag-09-12-2021.

SØNDERJYLLAND
Seniorklubben.
26. nov. kl. 13: Julefrokost på Øster Højst Kro. Der bliver arrangeret bustransport fra Hadersslev-Sommersted-Vojens-Hammelev og fra Aabenraa-Rødekro til Øster Højst Kro. Buspris 20 kr. Busrute 1: Kl. 11.30: Hertug Hans plads – kl. 11.50: Sommersted Auto service – kl. 12.05: Vojens Banegård – kl. 12.15: OK-tank Hammelev. Rute 2: Kl. 12: Stubbæk Forsamlingshus – kl. 12.10: Madevej – kl. 12.25: Rødekro Station. Pris for medlemmer 200 kr., ikke-medlemmer 250 kr. Tilmelding senest 17. nov. på foa.syd.dk. Ret til ændringer forbeholdes. Medlemmer betaler 20 kr. for kaffe, ikke-medlemmer 30 kr. samt entrépris ved arrangementer. Husk du er automatisk medlem af seniorklubben som efterlønner og pensionist. Alle tilmeldinger foregår via foa.syd.dk.

VEST
Seniorklubben. 10. jan. 2022 kl. 14: Nytårskur i Sognegården Holsted, Vestergade 15.
7. feb. kl. 14: Generalforsamling i Foreningshuset, Byagervej 3, Brørup. Dagsorden jf. lovene. Bagefter bankospil – der skal ikke medbringes gaver – 20 kr. for 2 kort. Husk tilmelding.

VESTSJÆLLAND
Tilmelding med NemID: foa.dk/vestsjaelland
Kontakt. tlf. 46 97 38 60. Telefon- og åbningstider: man./tirs. kl. 9-15, ons. lukket, tors. kl. 9-17 og fre. kl. 9-13. Hjemmeside: foa.dk/vestsjaelland. Mail: vestsjaelland@foa.dk. Akuttelefon faglig: 46 97 21 63 kl. 16-22 på hverdage.
A-kassens callcenter: 46 97 10 10 kl. 16-20 på hverdage.
Fagforeningen. 25. nov. kl. 18: Afdelingsrepræsentantskabsmøde, Filadelfia, Kurvej 4, Dianalund. Indskrivning kl. 17 og spisning kl. 17.15 – tilmelding til spisning på foa.dk/vestsjaelland.
A-kassen. FOA Job og Kompetencecafé – få styr på dine muligheder for at blive bedre til IT og jobsøgning og for at styrke dine almene kompetencer. Tilmelding til a-kassen på tlf. 46 97 38 60 – efterfølgende kontaktes du af AOF om tid og sted.
Efterløns- og seniorklubberne:
Holbæk. 6. dec. kl. 12: Julefrokost. Medlem 200 kr. og ledsager 250 kr. inkl. øl og vand. Medbring snaps og service. Husk en gave til ca. 40 kr. Tilmelding og betaling på foa.dk/vestsjaelland.
Slagelse. 3. dec. kl. 13: Julefrokost. Medlem 200 kr. og ledsager 250 kr. inkl. øl, vand og snaps. Husk en gave til ca. 40 kr. Tilmelding og betaling på foa.dk/vestsjaelland.
Ringsted. 2. dec. kl. 13: Julefrokost på Knud Lavard Centret. Medlem 180 kr. og ledsager 230 kr. inkl. 1 øl eller vand og 1 snaps. Tilmelding og betaling på foa.dk/vestsjaelland.
Nordvestsjælland. 1. dec.: Julefrokost i Asnæs. Medlem 150 kr. og ledsager 200 kr. Husk en gave til ca. 30 kr. Tilmelding og betaling på foa.dk/vestsjaelland.

MEDLEMSPULSEN

Vindere i oktober 2021

Hovedpræmievinder
Michael Hansen, FOA 1

Gavekort til Coop
Rikke Marie Cnota, FOA Horsens
Lilian Birthe Holm, FOA Odense
Dorte Schou Granhøj, FOA Odense
Lars Schaumburg Johannesen, FOA Nordjylland
Pernille Frisch, FOA SOSU

Hovedpræmien er et weekendophold for 2 på et Comwell-hotel i Danmark.
Desuden har vi hver måned 5 Coop-gavekort til en værdi a 300 kr. Nye deltagere er velkomne på **foa.dk/medlemspulsen**

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
Herning: 46 97 12 60
foa.dk/herning
Holstebro: 46 97 14 14
foa.dk/holstebro
Horsens: 46 97 14 55
foa.dk/horsens
Kolding: 46 97 15 76
foa.dk/kolding
KLS: 46 97 15 00
foa.dk/kls
Køge: 46 97 16 00
foa.dk/koege
Lillebælt: 46 97 36 10
foa.dk/lillebaelt
LFS: 35 44 45 46
foa.dk/lfs
Lolland: 46 97 30 00
foa.dk/lolland
Mariagerfjord: 98 51 21 11
foa.dk/mariagerfjord
Midtjylland: 46 97 30 30
foa.dk/midtjylland
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

Tjek din løn

Får du den løn, du har krav på?

Det kan godt betale sig at tjekke sin lønseddel. Nogle gange er der fejl i den, der betyder, at du ikke får den løn, du har krav på. FOA kan tjekke din løn og finde ud af, om du har penge til gode.

Tjek din løn på: foa.dk/loentjek

FOA

Social- og Sundheds-afdelingen:
46 97 22 22
foa.dk/sosu
Sydfyn: 46 97 27 27
foa.dk/sydfyn
Sydsjælland: 46 97 28 00
foa.dk/sydsjaelland
Sønderborg: 46 97 34 00
foa.dk/soenderborg
Sønderjylland: 46 97 35 00
foa.dk/soenderjylland

Vejle: 75 82 52 88
foa.dk/vejle
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/vestsjaelland
Århus: 89 36 66 66
foa.dk/aarhus

PMF-afdelinger

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

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

Frist til nummer 1/2022
4. januar
Frist til nummer 2
31. januar

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

Annoncefrist
Nummer 6
10. november
Nummer 1/2022
12. januar

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

Nummer 6 udkommer
Uge 50/51 2021

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

Vi tager ansvar for indholdet og er tilmeldt

PRESSENÆVNET

Medlem af Danske Medier

DANSKE MEDIERS OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes Oplagskontrol

Oplag:
174.733/10. årgang
Tryk: Stibo Complete
ISSN: 1901-0214

SVANEMÆRKET Tryksag 5041 0004

TRYKT I DANMARK

FSC www.fsc.org MIX Papir fra ansvarlige kilder FSC® C012075

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

KOLLEGA KRAM

Annika Fyllgraf, pædagogmedhjælper i den integrerede institution Lille Madsens Hus i Aars i Vesthimmerlands Kommune, har peget på sin kollega Helle Kristensen.

KRAMMET GÅR TIL
Helle Kristensen
Pædagogmedhjælper

ANNIKA FYLLGRAF:

VI KAN IKKE UNDVÆRE HELLES LIVSENERGI

AF MERETE NIELSEN | FOTO: NIELS ÅGE SKOVBO

Hvorfor fortjener Helle et kram?
Hun griner højt, synger gerne og har altid en frisk bemærkning. Helle er bare sådan et livstykke, og med hendes 56 år tilfører hun vores unge personalegruppe noget livserfaring. "Tag det roligt," siger hun, når vi andre bliver bekymrede over et barn med meget krudt bagi. Hun har ikke travlt med at sætte børn i kasser.

Helle startede som tilkaldevikar i efteråret 2019 efter at have været dagplejer i mange år. Og kort tid efter begyndte forældrene at banke på ruden ind til kontoret for at sige til ledelsen, at de havde guld til at løbe rundt på stuen. "I skulle tage og ansætte Helle," lød det igen og igen. Og her pr. 1. september skete det så. Helle er nu fastansat, og det er fantastisk.

Så snart hun træder ind ad døren, farer børnene rundt om benene på hende, og forældrene fortæller, at når de skal afsted til vuggestuen, siger deres barn som det første: "Op til Helle." Hun er næsten altid på gulvet, hvor hun kravler rundt og bygger med klodser og giver dukkerne tøj på sammen med børnene, og uden anledning skråler hun pludselig: 'Pas på den knaldrøde gummibåd'. Den energi smitter bare så meget. ★ MEN@FOA.DK

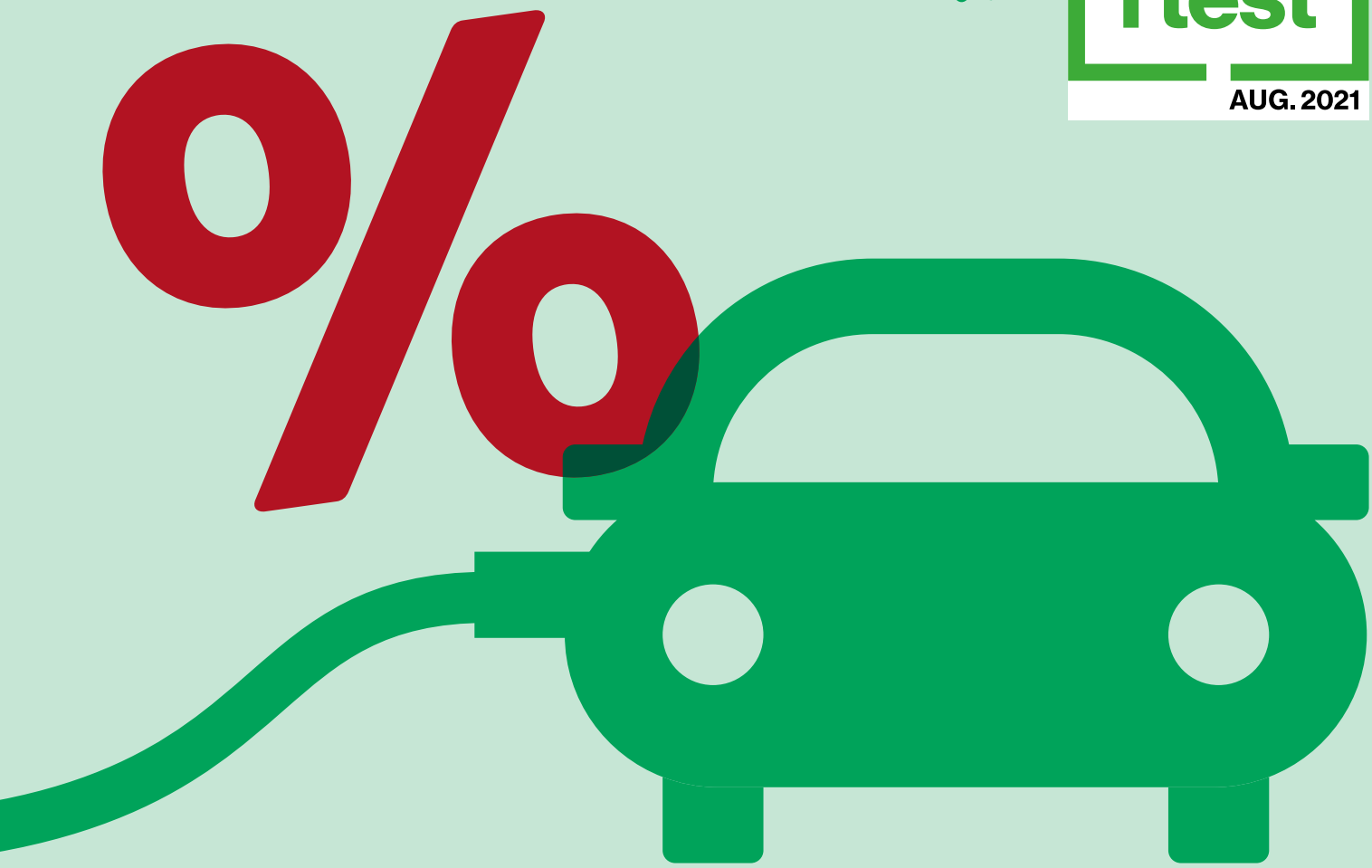
Har du en skøn kollega, der fortjener et kram her på siden, så skriv til redaktionen@foa.dk. Der er et gavekort på 250 kr. til Coop til kollegahygge, hvis vi bruger dit tip.

Har du elbil?

Med FOA Fordele i PenSam Forsikring kan du få en af de bedste forsikringer til din elbil med 10 % FOA-rabat.
Ring til os på **44 39 39 53** for at høre nærmere.

Bedst for 2. år i træk

Forbrugerrådet Tænk Penge
Bedst i test
AUG. 2021



PenSam

FOA

STUFF LABELS®

Letter dagligdagen for mange

149,-
60 StuffLabels®
Gratis levering

Selvklæbende, små fotomærker til:

Familien Hansen 53777117	Amalie Lumbye STUE 12	Hjemmeplejen Middelfart PLgrp.: 3	Nanna Hansen 53777117
Hele familen...	- eller mormor...	- jobbet...	- eller dig selv?

(StuffLabels® måler 32 x 14 mm)

Det er nemt at finde ejeren til tøj og ting.	De klæber på det meste og tåler industrivask.	Fuld tilfredshed eller du kan bestille et nyt sæt.	Bestil i dag og vi leverer i morgen.*

*Gælder ordrer bestilt inden kl. 15:00.

Lav dine fotomærker på www.stufflabels.dk

(Vi planter et træ for hver ordre – for klimaet og vores fremtid - se på hjemmesiden, hvor mange træer, vi allerede nu har plantet.)