

Fagbladet **FOA**

5

GODE RÅD
når der er fyrringer i luften
SIDE 39

fokus:

**DIN LØN BLIVER
MINDRE VÆRD**

Priserne stiger mere end lønnen
SIDE 8-11

**KOMMUNER SNYDER
HANDICAPHJÆLPERE**

FOA lægger sag an
SIDE 5

**SOSU-ASSISTENTER
I HØJ KURS**

Sygehusansatte får nye opgaver
SIDE 22

Anklaget for at stjæle fra beboer på plejehjem

FRIKENDT

**Sosu-assistent Milka Bilde Andersen
vandt sagen, men mistede jobbet**

SIDE 30

Din realløn skrumper

Tophistorien i årets sidste fagblad er ikke just en hyggespreder i den mørke tid. Fagbladet kan nemlig dokumentere, at du bliver fattigere dag for dag. Og det skyldes ikke bare, at du – som de fleste – bruger særligt mange penge i december på gaver, mad og festligheder.

Danskerne – og særligt de offentligt ansatte – får reelt færre penge mellem hænderne. Lønnen er kun steget ganske lidt og kan slet ikke holde trit med inflationen på 2,8 procent. Det betyder, at reallønnen for et typisk FOA-medlem skrumper med 2 procent i år. Et fald så voldsomt skal vi helt tilbage til 'fattig-80'erne' for at finde.

Er der da slet ikke lyspunkter? Tja, der er i hvert fald gode råd at hente i artiklen om sosu-hjælper Hanne Østergaard, der står til at miste rundt regnet 6.000 kroner på et år. Hanne er blevet tilbuds-

jæger og forstår at planlægge sine indkøb, spotte de gode tilbud, minimere madspild og fravælge dyr mad udefra.

Desuden vil FOA uden tvivl have falkeblikket rettet mod reallønnen og de privatansattes lønstigninger, når der igen skal forhandles overenskomster. ★

Gitte Hejberg

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

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

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

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

Hanne jager tilbud

Sosu-hjælper Hanne Østergaard må spare, når priserne stiger, og lønnen står stille. **Side 8**



HELHED OG HURTIG INDSATS

Tjek din forsikring

Får du en kritisk sygdom, så ring
til PenSam

Side 40



I Roskilde bliver sosu-hjælperne
kompetenceudviklet i observa-
tion af svækkede ældre.
Tema side 22-27



Mangel på praktikpladser

Problemet er størst
inden for somatik
og psykiatri. Side 6

tema
fyrringer

Utryghed

Mange FOA-medlemmer
har truslen om fyring
tæt inde på livet.

Side 34-39

I hvert nummer

Dennis K	14
Karriere	19
Fagligt talt	20
FOA hjælper	30
Spørg løs	32
Dine penge	40
Mad med Klinken	47
Quizen	50

UDGIVER

FOA
FAG OG ARBEJDE

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

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

Maj Dahl-Rasmussen
journalist
mdar@foa.dk
Tlf.: 46 97 25 65

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

Joe Anderson
grafiker
joe001@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 22

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

Solveig Kolstad
journalistpraktikant
sokl@foa.dk
Tlf.: 46 97 24 19

nyt

2,6

milliarder kroner. Så meget har regeringen indgået et bredt forlig om at bruge på 10.400 ekstra praktikpladser.

Handicaphjælper-sag føres til tops

FOA går nu til det internationale LO (ILO) for at få afklaret, om handicaphjælperordningen strider mod retten til frie, kollektive forhandlinger – en af de mest grundlæggende regler i ILO.



Læs mere

på foa.dk/handicaphjaelper



Man skaber falske forventninger hos folk, der tror, de kan få denne seniorførtidspension.

OLE PASS, FORMAND FOR FORENINGEN AF SOCIALCHEFER, OM DEN NYE ORDNING FOR DE NEDSLIDTE, NÅR EFTERLØNNEN BLIVER UDFASET.



Foto: Jørgen True

Happening. Der blev hoppet i takt til de politiske slagsange til en happening på Christiansborg Slotsplads d. 15. november. "3.000 flere pædagogiske medarbejdere – er det en and?" var det spørgsmål, de fremmødte pædagogmedhjælpere, pædagoger og forældre krævede svar på.

Vil du have din efterløn udbetalt?

Vi har spurgt fire ansatte på Plejecenter Havebæk i Odense.

Læs om reglerne

Side 44



Charlotte Larsen,
42 år, sosu-hjælper

Interesserer mig ikke

"Jeg har ikke tænkt mig at gøre noget ved det. Jeg lader bare mine indbetalinger til efterlønnen køre videre. Jeg interesserer mig ikke rigtig for det. Der er så meget andet at gå op i."



Bent Paulsen,
60 år, pedel

Lader pengene stå

"Hvis helbredet vil det, bliver jeg ved med at arbejde, til jeg skal på folkepension, men vi kender ikke dagen i morgen. Jeg lader de penge, jeg har indbetalt til min efterløn, stå, for så får jeg mest ud af dem."



Bettina Sørensen,
41 år, sosu-hjælper

Jeg overvejer stadig

"Jeg tror, jeg vil få dem udbetalt, for så kan jeg få dem skattefrit. Det er bedre, end at de ryger ind i min pensionskasse. Men jeg overvejer det stadig."



Inge Dollerup Christensen,
57 år, sosu-assistent

Har ikke sat mig ind i det

"Jeg tror, jeg venter. Jeg er ikke 100 procent. Jeg har ikke sat mig så farligt meget ind i det. Jeg regner da stadig med, at pengene er der, når jeg skal bruge dem."

Kommuner sjofler handicaphjælperne

FOA lægger sag an mod kommuner, der giver for lave tillæg, ikke accepterer retten til pension og ikke dækker løn under sygdom.

Af Maj Dahl-Rasmussen ★ foto: Niels Åge Skovbo



Handicaphjælperne bliver snydt i mange kommuner. Aarhus er et af eksemplerne. Her bruger kommunen én overenskomst til at beregne grundløn efter. Og så finder de en anden og billigere overenskomst til at beregne tillæg efter.

Men det er ikke tilladt. Ifølge bekendtgørelsen på området skal kommunen holde sig til én og samme overenskomst for alle dele af handicaphjælpernes løn. Og ikke plukke fra forskellige overenskomster for at kunne udbetale den lavest mulige løn.

FOA har flere gange forsøgt at tage sagen op med Aarhus Kommune, uden held. Derfor har FOA nu lagt sag an mod kommunen for at få den til at rette ind.

Urimelige kommuner

Flere andre kommuner har også udvist så megen opfindsomhed over for handicaphjælpernes lønforhold, at FOA har svaret igen med sagsanlæg. I Oden-

“Det er jo nærmest **nedrigt**, at Aarhus Kommune finder deres besparelser hos de absolut lavestlønnede,” siger handicaphjælper Jens Mührmann Lund.

se vil kommunen ikke betale fuld løn under sygdom. Skive Kommune vil ikke anerkende, at en handicaphjælper allerede har optjent ret til pension gennem sit tidligere job som dagplejer. Og i Kolding

har FOA lagt sag an, fordi kommunen fik de handicappede til at sige alle deres hjælpere op – og genansætte dem på ringere vilkår.

Forbundsformand **Dennis Kristensen** finder situationen helt urimelig:

“I årevis har kommunerne fedtspillet med deres ansvar og henvist til, at de ikke var arbejdsgivere. At de nu simpelthen snyder på vægten, det er noget af det mest ubehagelige, jeg har oplevet, FOAs faggrupper blive udsat for. Derfor tvinger kommunerne os til at tage dem en for en og prøve det retligt af, om de kan fravælge at betale det, som lovgivningen ret klart siger, man skal.” ★

mdar@foa.dk



Det er noget af det mest ubehagelige, jeg har oplevet, FOAs faggrupper blive udsat for.

DENNIS KRISTENSEN,
FORBUNDSFORMAND

Jens mister over 900 kroner

En beregning af handicaphjælper Jens Mührmann Lunds løn viser, at han mister 935 kroner i løn over fire uger på grund af Aarhus Kommunes for lavt satte tillæg.



FOAs tema om handicaphjælper
foa.dk/handicap-hjaelper

Pres på praktikpladserne

Kommuner og regioner har store udfordringer med at skaffe praktikpladser inden for **somatik og psykiatri**.

.....
Af Britta Lundqvist

Antallet af sosu-assistentelever er i svag stigning, siden der med trepartsaftalen fra 2007 blev fastsat et øget optag. Det stiller leverandørerne af praktikpladser – kommuner og regioner – over for nye udfordringer. For det sker samtidig med, at hele sundhedsvæsenet er under forandring.

Problemerne med at skaffe praktikpladser er størst inden for somatik og hospitalspsykiatri. Det viser en rundspørge, Fagbladet FOA har foretaget til social- og sundhedsskolerne.

Ud over presset på de somatiske og psykiatriske praktikpladser peger skolerne på behovet for at finde nye praktikpladser som følge af opgaveglidningen mellem regioner og kommuner.

Geografiske forskelle

Der er geografisk forskel på, om praktikpladsmanglen er størst inden for somatik eller psykiatri.

“Især på det somatiske hospitalsområde er det blevet sværere at finde praktikpladser,” lyder svaret fra direktør **Britta Raaballe** på Social- og Sundhedsskolen i Herning.

På SØPU København & Nordsjælland er situationen en helt anden:

“Det er helt klart sværest at skaffe praktikpladser til psykiatripraktikken, især fordi nogle kommuner har meget få psykiatristeder,” siger uddannelseschef **Carina Starostka Villadsen**.“ Dertil kommer den senere tids sygehus-fyringer.

“At man flere steder har fyret social- og sundhedsassistenter har betydet, at det er blevet sværere at skaffe nok praktikvejledere.” ★

brlu@foa.dk

Rundspørge til skolerne

Fagbladet FOA har spurgt 16 social- og sundhedsskoler om deres vurdering af **praktikpladssituationen**. Halvdelen har svaret. Og fire har efterfølgende uddybet i telefoninterview.



At man flere steder har fyret social- og sundhedsassistenter har betydet, at det er blevet sværere at skaffe nok praktikvejledere.

.....
CARINA STAROSTKA VILLADSEN, UDDANNELSESCHEF



Nina er den første

Dagtilbuddet Basen i Brøndby Kommune tager nu sosu-assistentelever i **psykiatri-praktik**.

.....
Af Britta Lundqvist ★ foto: Jørgen True

En guitar klimprer i baggrunden, nogle taler højt sammen, og Nete Hansen har brug for et lille midt-dagshvil. Social- og sundhedsassistentelev **Nina**



Madsen støtter hende og sikrer, at Nete lander sikkert på sofaen.

Vi er i Basen, et dagtilbud under Job- og Aktivitetscenter Vestegnen i Brøndby Kommune. Brugere er i alderen 19-60 og har nedsat fysisk og psykisk funktionsevne, blandt andet depression, angst og autisme.

Job i socialpsykiatrien

Som mange andre sosu-elever har Nina oplevet, at det var svært at få en praktikplads, især i psykiatrien, og hun er

Socialpædagog Eva Strøm (tv.) synes, det er inspirerende med den **sosu-faglighed**, assistent-eleverne bidrager med. Basens første sosu-elev, Nina Madsen, hjælper her Nete Hansen til rette med middagshvilet.

Basens første sosu-elev.

“Når jeg bliver færdig med uddannelsen, ser

jeg mig selv i et job i socialpsykiatrien, og praktikken her i Basen har bekræftet mig i det. Jeg har virkelig fået øjnene op for mulighederne,” fastslår Nina.

På forhånd var hun lidt nervøs for, om der var “nok psykiatri” på stedet, men hun har lært meget om recovery, kommunikation og relationsarbejde.

“Der er ikke så meget med medicin, men det vil jeg kunne samle op, hvis jeg får et

job, hvor der er brug for det,” siger Nina.

Spændende samarbejde

Mens Nina har lært, har hun også lært fra sig. Hun er kommet med sin sosu-faglighed – for eksempel viden om forflytninger, forebyggelse af tryksår og kostens betydning i forhold til depression.

“Da sosu-skolen spurgte, om vi kunne tage sosu-elever, kunne jeg se mulighederne for et spændende samarbejde, og det har holdt stik, så vi fortsætter med at have en sosu-elev i praktik,” siger socialpædagog Eva Strøm.★

brlu@foa.dk

Sakset fra foa.dk

14.11

3.100 postkort fra elever til ministeren

Giv os nu den uddannelsesgaranti! Sådan lød budskabet på 3.100 underskrevne postkort, som blev overrakt til børne- og undervisningsminister Christine Antorini. Der er i år afvist 8.532 ansøgere til social- og sundhedsuddannelserne og til uddannelsen som pædagogisk assistent.

11.11

3.000 voksne tilbage til børnene nu

Regeringspartierne skriver i regeringsgrundlaget, at kvaliteten af dagtilbuddene skal øges, men har indtil videre ikke gjort noget ved det. Der er brug for en grænse for, hvor mange børn der må være pr. voksen. Det mener FOA og BUPL.

11.11

Fradrag for au pair afskaffes

Det skal være slut med at kunne trække lønnen til au pair fra i skat, som det er muligt med den nuværende såkaldte boligjob-ordning. Det lover skatteminister Thor Möger Pedersen.

07.11

Fik 116.567 kroner efter løntjek

Det kan være en rigtig god forretning at lade FOA foretage et løntjek. Det var det i hvert fald for Saul Amaya Hernandez, der arbejder i en børnehave. Han har fået 116.567 kroner ud af det i efterbetaling.

21.10.2011

Efterløn: Tilbagebetaling på vej

FOAs a-kasse advarer om, at man kan tabe mange penge, hvis man vælger at få sit efterlønsbidrag udbetalt, når det fra 2. april til 1. oktober næste år bliver muligt at få udbetalt det efterlønsbidrag, man har indbetalt til sin a-kasse.

Læs flere nyheder på foa.dk

Sosu-hjælper Hanne Østergaard
tjekker priserne grundigt,
når hun handler ind.



Din løn bliver udhulet

Det seneste år er priserne steget kraftigt, uden at lønnen er fulgt med. For en sosu-hjælper svarer det til **omkring 500 kroner** mindre i løn om måneden.

Af Kåre Kildall Rysgaard ★ foto: Niels Åge Skovbo

Derfor falder din realløn

Lønnen i det offentlige er bundet sammen med lønnen i det private. En ordning sørger for, at de offentligt ansatte får mere i løn, hvis det private arbejdsmarked holder lønfest. Det er omvendt i krisetider. Derfor betyder krisetiden så små lønstigninger til FOAs medlemmer, at lønnen bliver udhulet af inflationen.

“Vi skal have et skarpt blik på reallønnen, når vi skal forhandle overenskomst i 2013. Og et lige så skarpt blik på de privatansatte, som lige nu ser ud til at løbe fra os.

DENNIS KRISTENSEN,
FOA-FORMAND

Mælken, kaffen og brødet er blevet dyrere. Chokoladen, smørret og sukkeret koster mere, og tanken du bilen op, er prisen på benzin steget omkring en krone og tyve øre pr. liter på et år. Samlet set er det blevet 2,8 procent dyrere at være dansker fra oktober 2010 til oktober i år. Det viser Danmarks Statistiks Forbrugerprisindeks.

I samme periode har lønstigningerne for FOAs medlemmer været under én procent og kan altså slet ikke følge med inflationen. Det betyder, at reallønnen falder. Folk har ikke længere råd til at købe det samme for lønchecken, fastslår **Jørgen Stamhus**, arbejdsmarkedsforsker på Aalborg Universitet.

“Der sker en skjult sænkning af lønnen. Hvis der stod mindre på lønsedlen, kunne folk blive sure og strejke. Men det er de færreste, der på samme måde opdager, at lønnen bliver udhulet af inflationen,” siger han.

Traditionelt rammer prisstigningerne børnefamilierne hårdest. Lever man sødt, har chokolade og sukker også fået en dyr bismag af

afgift. De lavtlønnede er ekstra udsatte, når fødevarerne stiger. De bruger en større del af deres indkomst på at købe dagligvarer.

Lønfald er sjældne

Det er meget sjældent, at danskerne går ned i realløn. I nyere tid er det kun sket i forbindelse med oliekrisen i 1973 og kartoffelkuren i 1986, oplyser AE-Rådet. Lønnedgangen kan forlænge finanskrisen.

“Når reallønnen falder, er folk tilbageholdne med at trække tegnebogen op af lommen.

Det hjælper ikke just til at få gang i forbruget og økonomien,” mener **Erik Børsted**, arbejdsmarkedsøkonom i AE-Rådet.

Social- og sundhedshjælper **Hanne Østergaard** fra Aarhus

er fortørnet over, at lønnen bliver mindre værd. Hun mærker tydeligt, at priserne på mange dagligvarer har fået et ordentlig hak opad, når hun køber ind.

“Jeg tænker dagligt på, at det er blevet dyrere. Det er blevet sværere at få pengene til at slå til,” siger hun. ★

analystik@gmail.com



Så meget er reallønnen faldet

- Husassistenter: **-1,7%**
- Pædagogmedhjælpere: **-1,2%**
- Sosu-assistenter: **-1,8%**
- Sosu-hjælpere: **-1,9%**
- Tekniske service-medarb.: **-1,4%**
- Dagplejere, 4 fuldtids-børn: **-3,1%**

Fra august 2010 til august 2011 er FOA-medlemmernes løn steget mindre end 1%. Priserne er derimod steget med 2,6%. De seneste prisstigninger som følge af fedtafgiften er ikke medregnet.

Kilde: Danmarks Statistik og FLNet.dk

Prisstigninger rammer lavtlønnede hårdest

Mange af FOAs medlemmer er lavtlønnede, og når prisen stiger på fødevarer, elektricitet og varme, rammer det dem hårdere end de højtlønnede. Forklaringen er, at folk med lave indkomster bruger en større del af deres indtægt på grundlæggende livsforbrødenheder.





Det er blevet dyrere at leve

Social- og sundhedshjælper Hanne Østergaard dropper rejser og mad ude fra. **Der skal spares**, når priserne stiger, og lønnen står stille.

Af Kåre Kildall Rysgaard ★ foto: Niels Åge Skovbo

Lørdag eftermiddag kommer reklamerne ind ad brevspræken i boligblokken Vester-vang. **Hanne Østergaard** bruger en halv time på at pløje dem igennem og lægge en strategi for ugens indkøb. Hun kalder sig selv 'tilbudsjæger', og det er blevet nødvendigt at skyde sig ind på de bedste tilbud.

Hendes lønseddel fra Aarhus Kommune viser en grundløn på 22.023 kroner. Lønnen har kun rykket sig

minimalt siden sidste år, men priserne er steget.

"Jeg tænker dagligt på, at det er blevet dyrere at leve. Jeg skal have mad hver dag, men selvom jeg går efter tilbudde-ne, er det stadig hammer dyrt. Det er lige meget, om jeg handler i Aldi, Føtex eller Fakta. Man får ikke meget for 100 kroner," udbryder Hanne.

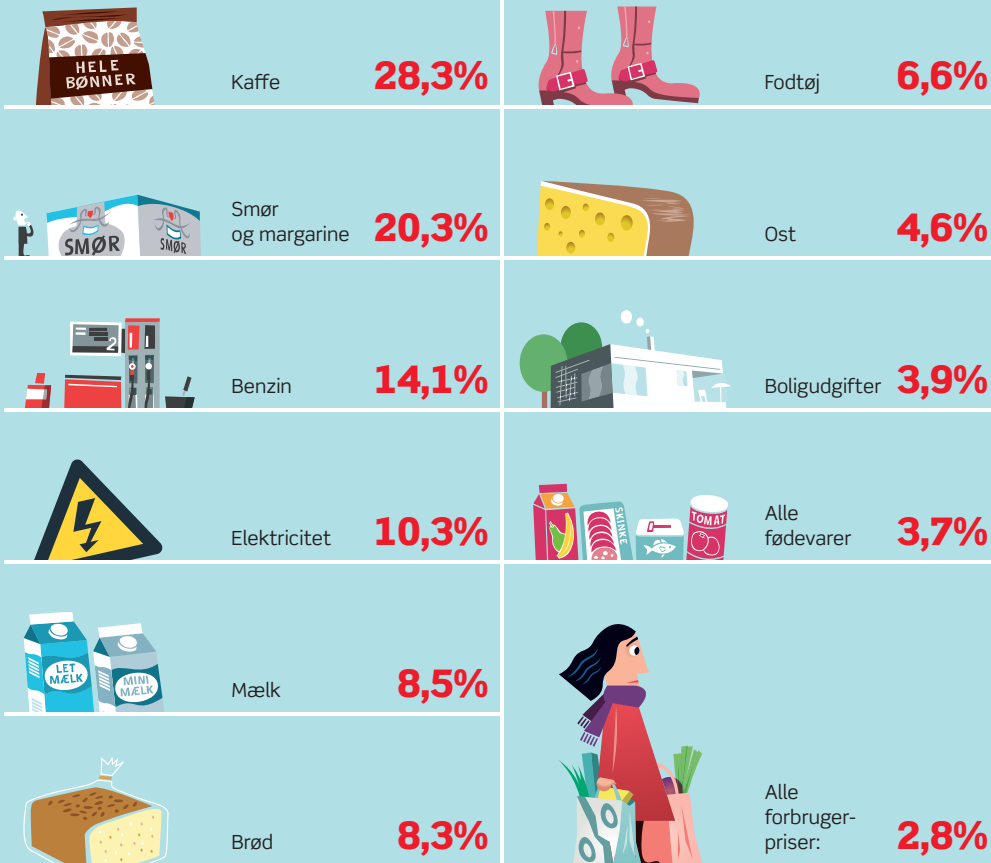
Social- og sundhedshjælpe-ren lægger indkøbsruten forbi flere butikker for at spare.

Hvis frisk kød og pålæg er på tilbud, fylder hun fryseren.

Hun er fortørnet over de mange prisstigninger. Forle-den så hun, at en almindelig pæretærte kostede 51 kroner,

"Dem med de høje indkomster og direktørlønninger mærker ikke, at **priserne stiger** så meget," siger Hanne Østergaard.

Det er blevet dyrere



Kilde: Danmarks Statistiks Forbrugerprisindeks i perioden okt. 2010 til okt. 2011.
Fremover vil priserne stige endnu mere på grund af nye afgifter.

og cremefraiche i Fakta var steget fra cirka 9 til 15 kroner.
"Dem med de høje indkomster og direktørlønninger mærker ikke, at priserne stiger så meget. Det er os på de lave indkomster, der må holde for," siger hun og ryster det sortpjuskede hår.

Farvel til rejsen

Hanne Østergaard bor til leje i boligblokken Vestervang i Aarhus. Forleden steg huslejen 200 kroner og el, vand og varme er også blevet dyrere. Sønnen Rasmus er lige flyttet hjemmefra, og som mor vil Hanne gerne hjælpe med buskort og penge til mad. Men

af og til må hun skuffe ham.
"Nogle gange kommer han glædestrålende hjem og siger: 'Mutter, kan vi ikke bestille

Pludselig koster cremefraiche 15 kroner

.....
HANNE ØSTERGAARD

mad fra Just Eat?" Så må jeg sige, at det kan vi ikke, for det er saftsuseme dyrt."

Dyre er også cigaretterne, der ligger på stuebordet og marcipanbrødene på kommoden i gangen. Men smøgerne er en del af Hannes liv, og hun vil ikke stoppe.

Leveomkostningerne stiger så meget, at Hanne har udsendt drømmen om at rejse på ferie til udlandet. Hun synes, lønnen er urimelig.

"I hjemmeplejen bliver vi pålagt flere og flere opgaver. Vi har mere at lave, men får reelt mindre i løn. Det er bare ikke i orden," mener social- og sundhedshjælperen. ★

analystik@gmail.com



Kan du mærke, at reallønnen er faldet?

Sig din mening på
foa.dk/fagbladet

Sådan sparer du penge

I krisetider gælder det om at få pengene til at strække længere. Fagbladet har her samlet nogle klassiske, gode råd.

Mad: Lav en madplan, læs tilbudsaviser, planlæg dine indkøb, vælg i discountbutikker med færre fristelser, køb stort ind og frys ned, gem rester og minimér madspild, fravælg mad udefra.

Rabat: Brug rabatkort som benzinkort, LO Plus og Forbrugsforeningen – også når bilen skal til reparation. Prut om prisen – også i banken.

Køb brugt: Køb brugt og byt dig frem – f.eks. møbler og legetøj. Sælgt selv inventar, du ikke har brug for.

Årligt pristjek: Gen-nemgå hvert år, om du kan få en billigere bank, forsikringsselskab, tele- og bredbåndsselskab og elselskab.

Dyre lån: Undgå dyre kviklån, undersøg om gæld i form af forbrugslån og kontokort kan samles ét sted.

Spar på energien: Skru ned for varmen, sluk apparaterne helt, minimér spild af vand – f.eks. de lange bade.

Køb på nettet: Brug pristjek som f.eks. Pricerunner, køb til lavere priser – f.eks. elektronik og spil.

Øg indtjening: Tag vagter der udløser større tillæg, udlej et værelse, find et ekstrajob. Tjek om din lønseddel er korrekt.

groft sagt

Ny velfærd

Det navn har Odense Kommune givet sin nye sparepolitik, der går ud på, at de ældre på plejehjemmene skal pleje sig selv.

Tegning: Gitte Skov

Er det ikke utroligt, at for 2 småkager og en kande kaffe i timen, sparer vi - ud over sovepillen kl. otte - ergoterapien og en køkkenassistent...



[snuden fremme]

Sundhedsguru
Bente Klarlund Pedersen foreslår fysisk efteruddannelse i arbejdstiden.

Motion i arbejdstiden er ikke fryns til medarbejderne, det handler om at holde sig sund og rask. Sådan ser i hvert fald professor og overlæge ved Københavns Universitet og Rigshospitalet Bente Klarlund Pedersen på sagen. Hun kalder derfor sit

forslag om at styrke muskler, led og kondition i løbet af arbejdsdagen for 'fysisk efteruddannelse'. "Det er vigtigt at holde sin krop i god stand, hvis man som FOAs faggrupper har mange løft i sit arbejde eller skal gøre rent."

Vi har regler for at forhindre fald fra stilladser eller høreskader, og på samme måde vil Bente Klarlund Pedersen have regler for motion, så sygdom og slid kan forebygges.

Hun er ikke ubetinget begejstret for sin aktuelle status som danskernes sundheds-orakel, men alligevel tilfreds med at slå

så godt i gennem med sine budskaber.

"Jeg er lidt bange for at blive rollemodel, men som læge og forsker vil jeg gerne bidrage med viden til mit samfund."

I 2010 belønnede Danmarks Radio hende med Rosenkjærprisen for hendes evner til at give sin viden videre. Måske skyldes talentet, at hun nyder at gøre det. "Jeg oplever formidling som hobby og fritidssyssel. Jeg bruger en anden del af mig selv," siger Bente Klarlund Pedersen. ★



Bente Klarlund Pedersen er læge og forsker. Men nok mest kendt fra tv, radio og aviser, hvor hun altid er klar med gode råd om sundhed og motion.

Kontingentet stiger til nytår

Den gode nyhed er, at det er lykkedes forbundet at holde kontingentet i ro i 11 år. Den dårlige er, at nu **går den ikke længere.**

Af Finn Danielsen ★ foto: Jørgen True



Jeg kan godt **forklare mine kolleger**, at 12 kroners stigning er rimelig nok, når kontingentet har stået stille i 11 år,” siger fællestillidsrepræsentant Eva d’Artibale Lorenzen (i midten).

Siden år 2000 har FOA fastholdt kontingentet til forbundet på det samme beløb. Men under behandlingen af budgettet for 2012 måtte FOAs hovedbestyrelse erkende, at der var brug for flere penge i kassen.

“Vi har slanket forbundet ved at fastfryse kontingentet. Men det holder ikke evigt, for inflationen gør jo hvert år kontingentet mindre værd. 11 år er mere, end vi på forhånd havde regnet med,” forklarer FOAs formand **Dennis Kristensen**.

12 kroners stigning

Forbundet hæver kontingentet med 12 kroner om måneden fra 1. januar 2012. Det svarer til cirka en tredjedel af den stigning, medlemmerne ville have fået, hvis kontingentet hvert år var blevet reguleret med prisudviklingen.

“Kontingent-stigninger er aldrig lette at forklare, men jeg tror, at medlemmerne på den her baggrund vil mene, at det er o.k.,” siger Dennis Kristensen.

Det tror fællestillidsrepræsentanten for social- og sundhedsassistenterne på Bispebjerg Hospital også.

“Jeg kan godt forklare mine kolleger, at 12 kroners

stigning er rimelig nok, når kontingentet har stået stille i 11 år,” siger **Eva d’Artibale Lorenzen**.

Størrelsen betyder noget

Hun mener dog godt, at sagen kan blive blæst op.

“Kontingentets størrelse betyder altså noget for folk, og der kan opstå irritation over, at FOA mister medlemmer, og så skal vi andre bare betale mere.”

Fællestillidsrepræsentanten regner dog ikke med et større opløb af utilfredse kolleger. Men hun tager gerne en rask debat om, hvad fagforeringen skal kunne, og hvad det må koste.

“FOA kan jo sagtens blive billigere, men så kan vi ikke løse de samme opgaver som i dag. Det er faktisk det vigtigste at forklare,” siger **Eva d’Artibale Lorenzen**.

FOAs administration oplyser, at bemandingen i forbundshuset er reduceret med cirka 100 stillinger i løbet af den tid, kontingentet har været fastfrosset. ★

fida@foa.dk

To slags kontingent

Dit kontingent til FOA sammensættes af et beløb til din lokale afdeling og et til forbundet. Forbunds-kontingentet udgør efter stigningen på 12 kroner i alt 135,50 kroner om måneden for fuldtidsbeta-lende (+ 10 kroner til gruppelevsfor-sikring). Afdelings-kontingentet besluttet af din lokale generalforsamling og varierer derfor fra afdeling til afdeling. I 2011 er det laveste lokale kontingent 156 kroner månedligt, mens det højeste er 276,50 kroner.

Kilde: FOAs administration

Budgetbisserne brugte den brede tuschpen

Den nye regering har både lavet et kasseeftersyn og gennemgået VKO-regeringens oplæg til finanslov for 2012 med en tættekam. Og en tuschpen. En af de brede af slagsen. Det kostede bevillingen til Center for Velfærdsledelse livet.

For FOA var det en ubehagelig overraskelse. Bevillingen handler om udvikling af en særlig filosofi for ledelse af velfærdsansatte og blev skabt i et samarbejde mellem den tidligere konservative formand Lene Espersen og FOA. Tanken er at skabe en ny form for ledelse, som ikke bare er

en oversættelse af ledelsesteorier fra produktionsvirksomheder.

“
Forhåbentligt får
besindige kræfter
underkendt
budgetbisserne.

med mennesker som om, det er arbejde ved samlebånd. Resultatet er blevet detailstyring, registrering, dokumentation og spild af ressourcer.

Rigtig velfærd skabes ikke ved samlebånd, men gennem en håndholdt indsats udført af mennesker med faglighed, uddannelse, viden og erfaring i rygsækken. Det er lige præcis dét, udvikling af velfærdsledelse handler om. Og det er lige præcis dét, den nye regering lægger op til, når den vil gennemføre “en reform med fokus på tillid, ledelse, faglighed og afbureaukratisering.” Sammen med tænkningen bag social kapital – om tillid, retfærdighed og samarbejde – åbner velfærdsledelse og regeringens tillidsreform op for en tiltrængt fornyelse af den offentlige sektor.

Derfor ærgrer jeg mig gul og grøn over, at Finansministeriets budgetbisser brugte den brede tuschpen, da de stødte på begrebet velfærdsledelse. Forhåbentligt får besindige kræfter underkendt budgetbisserne under finanslovsforhandlingerne. ★

[kort sagt]

Center for Velfærdsledelse blev oprettet i et samarbejde mellem FOA og Lene Espersen. I oplægget til finanslov er der ingen bevilling til centret.

Læs mere

ucc.dk
personaleweb.dk

Det er et led i FOAs arbejde med at skabe et opgør med den styrings- og ledelsestænkning, som i en årrække har plaget den offentlige sektor. Denne tænkning, som kaldes New Public Management, har søgt at omdanne offentlige institutioner til koncerner, der tilrettelægger arbejdet



Dennis Kristensen

Sendt til redaktionen Kræv et kompromis om efterlønnen

31. oktober

I har opgivet for let! Der skal kæmpes for at lave en aftale, et kompromis, som ikke forringer efterlønsordningen så kraftigt. Og der skal de radikale give sig lidt.

Jeg føler mig snydt, når der står på mine papirer, at jeg har ret til efterløn, når jeg fylder 60. Man kan bare ikke fra den ene dag til den anden sige, at nu må du arbejde to år mere. Det er brud på en aftale. Samtidig har vi snart 200.000 arbejdsløse, der står i kø for at få et job. Det er hul i hovedet ikke at give plads for dem. Derfor skal Enhedslisten lægge pres på og kræve forhandling – ellers har rød blok ingen fremtid.

Jean-Robert Fiori

Sendt til redaktionen Bedre arbejdsredskaber – mindre sygefravær

10. november

Dårlige cykler og gamle svabere. Det skal ikke være en del af dagligdagen for vores hjemmepleje, når de hjælper vores ældre københavnere. Det medfører nemlig dårlige arbejdsvilkår med nedslidning og arbejdsskader til følge. Derfor har Socialdemokraterne sat meget højt på listen over vores krav til Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, at de penge, der er til overs ved årets udgang, bruges til bedre tjenestecykler og ergonomisk



En anden ufaglært social- og sundhedshjælper havde fået min stilling og selvfølgelig med tilskud fra staten. Er det fair?

RENE FOSS-JUUL

Hvad mener du?

Her bringer vi uddrag af debatten på foa.dk. Skriv til foa.dk/fagbladsdebat

korrekte rengøringsredskaber. Det burde være en beslutning, der ligger lige til højrebænet.

Lise Thorsen

Facebook
Hvorfor uddannes der så mange sosu'er?
1. november

Hvorfor bliver flere og flere uddannet til sosu-hjælper og -assistenter, når der bliver skåret ned på plejen og omsorgen i alle kommunerne? Underviserne på skolerne er vist de eneste, der er sikret i deres job, sgu ikke eleverne. For når eleverne er færdige med deres uddannelse, kan de stille sig op i en lang kø ved FOA for at få udbetalt deres dagpenge. Det ser jeg ingen vækst i, kun af de lange køer af ledige ... Jeg selv har arbejdet tre år i hjemmeplejen, inden lederen besluttede sig for at sende mig på skolebænken. Da jeg så var færdig med social- og sund-

hedshjælperuddannelsen (fik merit), stod jeg uden job, da en anden ufaglært social- og sundhedshjælper havde fået min stilling og selvfølgelig med tilskud fra staten. Er det fair?

René Foss-Juul

Sendt til redaktionen
Hvad skete der med millionærskatten?
22. okt.

Jeg er tillidsrepræsentant i FOA og har været det i over 12 år. Jeg har aldrig følt mig svigtet, som jeg føler i dag. Når jeg læser, at fagbevægelsen har brugt over 100 millioner kroner til reklamer under valgkampen for at støtte en S/SF-regering, bliver jeg skuffet lige som mange andre, og måske tager jeg konsekvensen og forlader min fagforening. Er den her uduelige regering en drømme-regering for FOA? Hvem kommer til at betale prisen for alle disse afgifter, er

det de fattige eller de rige i samfundet? Hvad skete der med millionærskatten, boligpakken, børnechecken ...?

Vi er så trætte af at høre, at de ikke har 90 mandater.

Elias Marcel Khayat

Facebook
Hvorfor modarbejder I medlemmerne?
7. november

Hvordan kan I tillade jer at modarbejde jeres egne medlemmer? Jeg er privat børnepasser og betaler fuldt kontingent i FOA. Nu har jeg så lige læst i fagbladet, at I vil arbejde for, at de private børnepassere bliver udfaset over fem år! Det kan jeg ikke få til at passe med, at I skulle varetage mine interesser. Hvorfor optager i os egentlig som medlemmer, hvis I mener, vi ikke burde eksistere?

Bettina Juul



I en utryg tid

På Hillerød Hospital kunne de ansatte læse i det lokale dagblad, at nye fyringer var på vej. Her, som på mange andre offentlige arbejdspladser, er den konstante snak om besparelser gået ud over arbejdsglæden. Men gode kolleger kan også hjælpe hinanden. Læs temaet side 34-39

Skriv

Skriv din mening på
foa.dk/fagbladsdebat

Medlemspulsen

Er du en af de heldige medlemspuls-vindere i december? Se navnene på **foa.dk/fagbladet/ekstra**



59

procent af FOAs medlemmer vil gerne arbejde en time mere om ugen, hvis det betyder, at besparelser i velfærden kan undgås.

Kilde: Medlemsundersøgelse, FOA, september 2011

Vær med i debatten

På disse sider bringer vi uddrag af debatten, som foregår på FOAs hjemmeside. Skriv dit debatindlæg på **foa.dk/fagbladsdebat** eller send det til **redaktionen@foa.dk**. Debatindlæg vil blive bragt i uddrag her i bladet. De uforkortede indlæg vil kunne findes på **foa.dk**.



Natur-medic



1 Mod. Naturen ligger lige om hjørnet, men for mange psykiatriske patienter kræver det overvindelse og mod at forlade de trygge rammer og gå ud i naturens uforudsigelige landskab.

2 Tryghed. Naturvejleder Benny Jensen taler meget om tryghed. Han har et skind med, som han lægger beskyttende om skulderen på mennesker, der føler sig utrygge.

3 Tæmmet. Den tæmmede og plejede natur i haver og parker er velegnet til kørestolsbrugere og mennesker med angst. Den er knap så udfordrende som den 'vilde' natur.



cin 1



4



5



6



7



8

4 Flet. Det virker beroligende at flette pil, og personer med koncentrationsvanskeligheder kan ofte fordybe sig i lang tid, når de fletter.

5 Skizofreni. I et år var Allan Tepas isoleret i sin lejlighed på grund af skizofreni og social angst. Naturen var med til at få ham ud af isolationen, og nu deler han sine erfaringer med social- og sundhedssejerne.

6 Løgnehistorier. Naturen er fuld af historier, også løgnehistorier. Som nu troldene, der ikke havde mere maling tilbage, da birkens stamme skulle males. Det blev kun til spredte, hvide penselstrøg.

[kort]

Naturvejleder Benny Jensen, Psykiatrisk Informationscenter, Region Syddanmark, bliver flittigt brugt af Social- og Sundhedsskolen i Fredericia. Med en blanding af teori og praktisk undervisning sætter han fokus på, hvordan man kan inddrage naturen i arbejdet med brugere af psykiatrien. Tidligere psykiatrisk patient Allan Tepas bidrager til undervisningen med egne erfaringer.

Naturen er et skatkammer af muligheder, når man arbejder med at få **psykiatriske brugere** ud af isolationen i deres bolig. Naturen kan udforskes på brugernes egne præmisser. Det var budskabet, da naturvejleder Benny Jensen tog sosu-elever fra Fredericia med på skovtur kort før deres første praktik i psykiatrien.

Af Anni Heiberg ★ foto: Niels Åge Skovbo

7 Støvbølge. Svampe er fascinerende, og der er flere tusinde svampearter i Danmark, men kun få er spiselige. Støvbølge kan spises, når de er unge og friske.

8 Ud. Tag jeres borgere med ud i naturen, lød den gentagne opfordring fra naturvejleder Benny Jensen. Og han stiller sig gerne til rådighed, hvis man har brug for hans hjælp.





9



10

9 Mylder. Det myldrer af liv, når man løfter en træstamme eller en sten. Biller, larver, musere der og andet godt åbenbarer sig i skovbunden.

10 Afstikker. At forlade stien kan være grænseoverskridende, hvis man er psykisk sårbar.

11 Klædt på. Maria Sofie Madsen (tv.) og Jeanett Hinz føler sig godt klædt på til at inddrage naturen i arbejdet efter en dag med naturvejleder Benny Jensen.

12 Gerningssted. Her er en skovdue dræbt. Lidt detektivarbejde afslører, at ugeringen er begået af en rovfugl. Havde det været en ræv, havde fjerene været knækkede.



11



12



på psykinfo.regionsyddanmark.dk
Natur & Psyke.

Birgit Skog er uddannelsesansvarlig i hjemmeplejen i København. Hun giver sin begejstring for at lære videre til eleverne.



1993

2011



Jeg elsker at lære nyt

[cv]

Navn: Birgit Skog

Alder: 46 år

Job: Uddannelsesansvarlig, Hjemmeplejen Indre By/Østerbro, København

Grunduddannelse: Social- og sundhedshjælper i 1991. Social- og sundhedsassistent i 1993.

Efteruddannelse: Voksenpædagogisk grunduddannelse i 2008. Er i gang med at tage en fleksibel diplomuddannelse i pædagogik og ledelse.

Sådan kommer du i gang:

En fleksibel diplomuddannelse i pædagogik og ledelse består af to obligatoriske moduler, fire valgfrie fagmoduler. Uddannelsen afsluttes med et afgangsprøveprojekt.



Læs mere

På ug.dk kan du læse mere om de forskellige diplomuddannelser.

“Da jeg begyndte at undervise elever, var de ikke særlig opmærksomme. Så udfordringen var at lære, hvordan man gør det kreativt. Det var en sjov udfordring, og derfor var jeg nødt til at lære mere om at undervise andre. Jeg har altid været nysgerrig, og det driver mig fremad. Nu er jeg startet på en fleksibel diplomuddannelse i pædagogik og ledelse.

Jeg er ledende, ikke leder. Det gør en kæmpe forskel, for min rolle er motiverende og vejledende. Jeg skal få eleverne til at føle sig trygge, for ellers lærer de ikke noget. Jeg elsker selv at lære nye ting, og så er det rigtigt sjovt og spændende at hjælpe andre til også at lære en masse.

Jeg har nedskrevet de værdier, der kendetegner mig som uddannelsesansvarlig, og hvordan jeg gerne vil være i mit arbejde. Dem tager jeg frem en gang i mellem og ser på, om jeg er der, hvor jeg gerne vil være. Det er både i forhold til mit arbejde, men også mig selv og min egen trivsel.” ★

sokl@foa.dk

Hold dig ajour med dit fag

Sammen med dit fagblad får du i denne måned en pjece om dine muligheder for efteruddannelse og kompetenceudvikling. Udviklingen inden for det kommunale og regionale sundhedsvæsen sker meget hurtigt og berører alle sektorens faggrupper. Det er vigtigt i disse tider, hvor der mange steder skæres ned og spares medarbejdere væk, at du sikrer, at din faglige kunnen er så opdateret som muligt, for at du kan bevare et solidt fodfæste på arbejdsmarkedet.

Der findes rigtig mange gode kurser og uddannelser, som er lavet af din arbejdsgiver, men du kan ikke altid være sikker på, at de kompetencer, du får på denne måde, anerkendes af andre arbejdspladser. Derfor har jeg valgt, at de efteruddannelser, som du kan læse om i pjecen, er de uddannelser, som er i det formelle efteruddan-

[kort sagt]
Kompetenceudvikling er med til at højne fagligheden og er et vigtigt redskab i en nedskæringsstid.



Din faglighed er nøglen til indflydelse.

nelsessystem, og som anerkendes på alle landets arbejdspladser.

Med denne pjece kan du få indtryk af, hvilke efteruddannelser der findes, hvilke adgangskrav der er, og hvad du kan få ud af tage den ene frem for den anden

efteruddannelse. Der vil også være henvisninger til, hvor du kan læse mere om den efteruddannelse, der interesserer dig.

Alle faggrupper i Social- og Sundhedssektoren er målgruppen. Vægten er på de fagrettede efteruddannelser, men du vil også kunne få et indblik i efteruddannelser inden for pædagogik og ledelse.

Jeg håber, pjecen vil give dig yderligere inspiration og kan blive et stærkt argument for efteruddannelse, når du drøfter kompetenceudvikling med din leder. Din faglighed er nøglen til indflydelse ★



K. Stæhr

Af Karen Stæhr, sektorformand ★ foto: Jørgen True

12

procent er rengøringshjælpen til ældre beskåret siden 2008. Det svarer til 18.534 timers rengøring.

Kilde: Jyllands-Posten

Pisk giver ikke job

Kontanthjælpsmodtagere kommer ikke i job, selvom de helt eller delvis får fratrækt deres støtte. Det viser en undersøgelse fra Anvendt Kommunal Forskning.

Kilde: akf.dk



Skrab julen ind på foa.dk

Vær med i nedtællingen til jul på foa.dk. Svar på dagens spørgsmål og deltag i konkurrencen om en af de mange præmier.



Skrab løs
foa.dk/julekalender

Træning modvirker nedslidning

Styrketræning kan forhindre nedslidning, viser en undersøgelse. I tre måneder trænede 363 rengøringsassistenter tre gange om ugen i 20 minutter. De fik større muskelstyrke og dermed flere ressourcer til at klare deres arbejde.



Læs mere
arbejdsmiljoforskning.dk - skriv 'finale' i feltet

Demente bør behandles mod deres vilje

Etisk Råd anbefaler, at behandling af inhabile patienter mod deres vilje bør være lovlig. Rådet foreslår en fast procedure for, hvordan man kan sikre, at en patient kan behandles mod sin vilje, når det er en demenssygdom, der er årsag til, at patienten afviser behandling.

Kilde: etiskraad.dk



Foto: Bert Hvossum

Badestole har forbedret arbejdsmiljøet

På Bornholms Hospital har indføring af bade/bækkestole med elektrisk hæve-/sænke funktion betydet, at antallet af arbejdsskader er faldet fra 10 i 2008 til 0 arbejdsskader i 2010. Også sygefraværet er faldet på de afsnit, der har afprøvet stolen.



Læs mere
abtfonden.dk

Lær af de gode eksempler

Astrid Krag, minister for sundhed og forebyggelse, holdt 7. november oplæg for 150 social- og sundhedsassistenter om deres rolle i et forandret sundhedsvæsen.

“Jeg ser social- og sundheds-

assistenter inden for alle områder af sundhedsvæsenet. Og med den økonomi, der er, skal vi lære af hinanden og de gode eksempler med hverdagsrehabilitering og akutteam,” opfordrede Astrid Krag.

Robotten sparer tid



Støvsugerrobotter frigør tid på plejecentre, viser en evaluering fra ni plejecentre. I fællesrum er tidsfor-

bruget reduceret 50 procent og i boliger 57 procent. Hovedparten af medarbejderne mener, støvsugerrobotterne har positiv effekt på arbejdsmiljøet.

Kilde: servicestyrelsen.dk



Først glemmer du navne, så ansigter, og derefter glemmer du at lukke lynlåsen, og til sidst glemmer du at åbne den.

.....
LEO ROSENBERG, FORFATTER

Fortæl om fejl

Region Hovedstaden har oprettet en ny hjemmeside, hvor patienter og pårørende kan skrive, hvis de har oplevet fejl, hvor der enten er sket skade på patienten, eller hvor der var risiko for skade. Indberetningerne skal bruges til at forbed-

re kvaliteten, men de er ikke det samme som en formel behandlingsklage.



dpsd.dk (Dansk Patient Sikkerheds Database)



Undgå konflikter med pårørende

En ny håndbog giver gode råd til plejepersonale om, hvordan de undgår og løser konflikter med pårørende. Håndbogen **Samarbejde med pårørende** kan downloades fra **servicestyrelsen.dk**

Tvivl om citat

I artiklen *Sosu'er tier om fyraftensbesøg* side 6-7 i november-udgaven af fagbladet kan det se ud som om, det fremhævede citat er en udtalelse af Vibeke Madsen fra Frederikshavn Hjemmepleje. Det er det ikke. Citatet stammer – som det er anført – fra en deltager i FOAs undersøgelse. Vi beklager, at der kan opstå denne tvivl.

Redaktionen

Foto: Niels Åge Skarbo

Tinne har tabt 33 kg

Sosu-hjælper **Tinne Rytter Ravnborg** har på et år tabt 33 kg. “Kiloene raslede af mig. Ikke mindst takket være den støtte og opbakning jeg fik, når mine kollegaer og jeg mødtes med vores tovholder,” siger hun. Tinne er blandt de 54 ansatte på Spentrup-Møllevang ældrecentre, der tilsammen har tabt 320 kilo som led i et etårigt sundhedsprojekt. Hver uge har de fået to timers motion, styrketræning og kostvejledning i arbejdstiden. Ud over vægttabet er sygefraværet faldet, og livskvaliteten er vokset.

Kilde: Randers Kommune

Helhed i indsatsen for ældre

I Roskilde skaber et geriatrisk team på sygehuset og den kommunale hjemmepleje **sammenhæng** i behandling og pleje af de ældre.

Af Britta Lundqvist

tema geriatri

I Roskilde gør de det, som både politikere og fagfolk taler om for tiden. De skaber sammenhæng i de ældre patienters og borgeres liv. Og de gør det så godt, at de er med i finalen i konkurrencen om Innovationsprisen 2011.

Samarbejdet mellem det geriatriske team og hjemmeplejen startede med et projekt i en hjemmeplejegruppe. En fokusgruppe af sosu-medarbejdere udpegede de svære problemstillinger, de oplevede i

hverdagen, og efterfølgende blev 50 medarbejdere undervist i observation af svækkede ældre og styrkelse af ældres funktionsevne.

“Vi klædte personalet på til at kunne lave en helhedsvurdering af borgeren og til at kunne opspore ændringer tidligt,” siger **Jeanne Schlenzig**, sygeplejerske i det geriatriske team og visitator i Roskilde Kommune.

Observationer fører til handling

Resultatet er, at sosu-personalet har fået styrket fagligheden i forhold til observation og handling. For borgerne fører det øgede fokus på observation til en tidligere og bedre koordineret indsats, og dermed begrænses u hensigtsmæssige indlæggelser. De positive erfaringer gør, at medarbejderne i de øvrige hjemmeplejedistrikter nu er ved at blive undervist.★

brlu@foa.dk

I finalen til Innovationsprisen 2011

Ud af 59 ansøgninger er Roskilde Kommune i finalen til Innovationsprisen 2011 med projektet “Helhed i indsatsen for den ældre medicinske borger”. Prisen gives til et innovationsprojekt, der har skabt banebrydende nytænkning.



Læs mere

kl.dk/innovationsdag11

[sagen kort]

Opgaver flytter fra sygehus til hjemmepleje, og det øger kravene til større sammenhæng i behandlingen af ældre patienter.



Op på vægten. Social- og sundhedshjælper Carina Sørensen (tv.) og sygeplejerske Jeanne Schlenzig fra geriatriske team er bekymrede over, at Johanne Albrechtsen har **mindre appetit**, og de vil nu følge udviklingen i hendes vægt.

Fælles om Johanne



I Roskilde arbejder et geriatrisk team på sygehuset tæt sammen med hjemmeplejen, så borgerne **undgår at falde i hullet** mellem regionale og kommunale ydelser.

Af Britta Lundqvist * foto: Lizette Kabré

Læs videre på næste side ... →

Fælles om Johanne

Når appetitten er lille, er **proteindrik** et godt supplement.



➔ Social- og sundhedshjælper **Carina Sørensen** er på dagens første besøg hos 88-årige **Johanne Albrechtsen**. I dag er **Jeanne Schlenzig** også med. Hun er sygeplejerske og visitator i et geriatrik team på sygehuset i Roskilde. Johanne har meget ondt i halebenet efter et fald, men ved undersøgelsen på sygehuset er der ikke konstateret brud. Hendes højre arm er dårlig, og de sidste par måneder har appetitten været for nedadgående. Carina er kommet hos Johanne i fem år, og hun følger nøje ændringer i Johannes tilstand.

For en måned siden var Carina på det kursus, det geriatrik team og kommunen har udviklet til sosu-medarbejderne, og det har skærpet hendes opmærksomhed i forhold til observation.

Visiterer mere tid

Johannes appetitløshed har fået Jeanne til at visitere mere tid, så Johanne får hjælp til spising. Det er nødvendigt, fordi højre arm ikke

fungerer. Hun får også proteindrik, og en skål med småkager står fremme i håb om at friste hende til et mellemmåltid.



Jeg keder mig ikke. Jeg hører musik, lægger kabale og læser avis.

JOHANNE ALBRECHTSEN

Proteindrikken er et hit. Johanne drikker det meste af det, Carina har hældt op. Bagefter rækker Johanne glasset tilbage til Carina med bemærkningen "man er jo lidt doven," og Carina 'transitter' glasset det sidste stykke ned på sofabordet.

"Har du en vægt?" Spørger Jeanne, og jo, det mener Johanne nok, hun har. "Så synes jeg, vi skal veje dig og følge din vægt, når du spiser så lidt," forklarer Jeanne. Johanne må op af lænestolen og en tur på vægten. 50 kilo viser den.

Tandlæge nej tak

Jeanne og Carina taler med Johanne om, at tændernes tilstand betyder noget for, om hun kan spise.

Men Johanne afviser enhver tale om at komme til tandlægen: "Nej, det vil jeg ikke," siger hun med høj røst. Kompromiset bliver bestilling af mundskyllemiddel.



"Her er dine piller, Johanne," forklarer Carina Sørensen og følger med i, at **medicinen bliver taget.**



Fortid og nutid mødes, når 88-årige Johanne sidder i yndlingsstolen foran ungpigebilledet. Hun er meget glad for sin lejlighed, der rummer så mange minder.

Johanne er kognitivt svækket, og hun er ikke meget for ændringer. Hun nævner selv, at hun har boet mange år i lejligheden, og at hun er glad for at bo der.

Jeanne spørger, hvad Johanne laver i løbet af dagen. "Jeg keder mig ikke. Jeg hører musik, lægger kabale og læser avis," svarer Johanne.

"Ja, du er rigtig glad for klassisk musik. Det hører du tit, når jeg kommer," supplerer Carina.

Jeanne er færdig med spørgsmålene. Når Johannes datter, der bor i Italien, snart kommer hjem, kan de tale med hende om, hvad der kan gøres.

"Jeg kommer igen en anden gang," siger hun.

"Du er altid velkommen," svarer Johanne, mens Carina bliver for at hjælpe hende med middagsmaden, som er lige på trapperne.★

Gode råd
Sådan observerer du
Side 27



[cv]

Navn: Carina Sørensen

Alder: 30

Uddannelse: Social- og sundhedshjælper

Job: Ansat i hjemmeplejen Roskilde, Distrikt Midtbyen



Huske-hjulet

I forbindelse med kompetenceudviklingsprojektet er der udarbejdet et 'huske-hjul', som er lige til at have i lommen. Ved at dreje på hjulet kan man få et hurtigt overblik over de seks fokusområder, man skal observere, når man kommer hos borgeren:

- Fysiske klager
- Psykisk-socialt
- Medicin-indtagelse
- Hverdags aktiviteter
- Hjemmet
- Spise/drikke.

Eksperten skriver

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

I dette nummer:

Navn: Jeanne Schlenzig

Uddannelse: Sygeplejerske

Job: Geriatrik team, Roskilde Sygehus, amsat i Roskilde Kommune.

Mail: jeannes@roskilde.dk

SVÆKKELSE

Svækkelses-processen er en kombination af forandringer som følge af aldring og sygdomme, som pludseligt eller gradvist forværrer den ældres funktionsevne. For borgeren er svækkelse vanskeligheder ved at klare aktiviteter, som før var ligetil, for eksempel funktionsbegrænsninger ved almindelig daglig levevis (ADL).

Svækkelse kan både være på celle-, organ-, person- og socialt niveau. For eksempel har en person med



osteoporose (knogleskørhed) ubalance på celleniveau, frakturer på organniveau, smerter og gangbesvær på personniveau og tab af uafhængighed på socialt niveau.

Indsatsen vil bestå af calcium og D-vitamin på celle- og organniveau, smertelindring og genoptræning på personniveau og kontakt med hjemmeplegen på det sociale niveau.

Sådan arbejder du med forebyggelse

TIDLIG IND-SATS OG FORE-BYGGELSE

Ved enhver kontakt med ældre mennesker skal man tænke i forebyggelse. Og det gælder om at finde symptomer på sygdom i en tidlig fase for at forkorte forløbet og forbedre prognosen. Et fald skal for eksempel medføre overvejelser om, hvorfor personen faldt, og hvordan fald kan undgås med udredning for somatiske sygdomme, træning og vurdering af hjemmet.



Forvirring kan for eksempel være tegn på en urinvejsinfektion, som det er vigtigt at spotte tidligt. En forsinket behandling af en urinvejs-

infektion kan medføre træthed, for lille væskeindtagelse, dehydrering, sengeleje, tab af muskelstyrke, fald og fraktur. Derfor er den tidlige ind-

sats afgørende for at undgå en negativ spiral med yderligere svækkelse og funktionstab.

FUNKTIONSEVNE

Funktionsevne består af fysisk, psykisk og social funktion. Fald i funktionsevne kan være udtryk for begyndende alvorlig svækkelse. Den fysiske funktionsevne er især mobilitet – om borgeren kan rejse sig og kan gå – og hvordan balancen er, eller at patientens (kendte) somatiske sygdomme udvikler sig. Psykisk er det evnen til abstrakt tankegang, kommunikation, orientering og hukommelse, der viser den kognitive funktionsevne. Ved mistanke om demens eller depression skal der en lægelig udredning til.



Den sociale funktion inddrager oplysninger om bolig, økonomi, kontakter med familie/venner og netværk. Personens evne til mestring (co-

ping) er vigtig for, hvordan hun eller han lever sit liv med eventuel kronisk sygdom og tab af funktioner. Målet er at støtte ældre i at bevare livsomstændigheder, som giver

deres liv kvalitet. Som plejepersonale skal man vurdere, hvad man kan gøre for at holde borgeren i gang og understøtte hans eller hendes aktiviteter.

tema geriatri

Riv ud og hæng op!

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

OBSERVATION

Social- og sundhedspersonalet er nøglepersoner til at observere og handle på ændringer hos den svækkede ældre. Observationerne gælder de seks punkter:

- Fysiske klager (smerter, træthed, hævede ben, åndenød, syn/hørelse)
- Psykisk-socialt (tristhed, forvirring, beklagelser, tab af hukommelse)



- Medicin-indtagelse (tager borgeren sin medicin, er der ny medicin?)
- Hverdagsaktiviteter (er borgeren usoineret? fald, mobilitet)
- Hjemmet (snags, visne blomster, gammel mad, affald)
- Spise/drikke (appetit, væskeind-

tag, tandstatus, væggtab). Ved ændringer i borgerens tilstand skal der handles på observationerne, oftest ved at kontakte sygeplejerske eller læge. Symptomer som træthed, nedsat appetit, usikker gangfunktion og væggtab er ofte symptomer på somatisk sygdom, og må ikke slås hen som udtryk for aldring. Rehabilitering af den geriatrike patient er kompleks og skal ske i tæt samarbejde tværfagligt mellem sygehus og kommunal hjemmepleje.

På mange sygehuse mister sosu-assistenterne de komplicerede opgaver.
Men ikke på Urologisk Afdeling i Næstved, **her får de flere.**

Af Torben S. Christensen og Maj Dahl-Rasmussen ★ foto: Jørgen True

Vi får nye opgaver

Nye opgaver på Urologisk Afdeling:

- gå stuegang
- lægge kateter på mænd
- lægge venflon
- modtagelse og udskrivning af patienter
- administration af medicin.



Allerede nu er der nogle af sosu-assistenterne, der **deler medicin ud**. Med tiden skal alle sosu-assistenterne på afdelingen på medicinkursus.

22

sosu-assistenten arbejder inden for urologien i Region Sjælland. De er placeret på Næstved Sygehus, Roskilde Sygehus samt en lille ambulant afdeling på sygehuset i Nykøbing.

Social- og sundhedsassistent **Anna-Lise Rasmussen** fører med sikker hånd nålen ind i en af patientens blodårer på håndryggen. Så placerer hun et plastikrør i åren, tager nålen ud og fastgør plastikrøret med plaster og tape. Dermed har hun anlagt et venflon, så patienten let kan få tilført væske og medicin.

Den procedure udfører Anna-Lise Rasmussen mange gange i løbet af en arbejdsdag, når hun gør patienterne på Urologisk Afdeling på Næstved Sygehus klar til operation.

Opgaven er et af flere eksempler på, at sosu-assistenterne på den nyoprettede afdeling får udvidet deres kompetencer med typiske sygeplejerske-opgaver. Det er stik imod udviklingen på mange andre sygehuse, hvor faggruppen mister opgaver til sygeplejerskerne.

“Vi har fået en afdelingsledelse, der rigtig gerne vil os sosu-assistenten som faggruppe, og som synes, at vi skal udvikle vores kompetencer,” fortæller Anna-Lise.

De nye udfordringer – sammen med muligheden for kun at arbejde i dagvagter og på hverdage – har betydet, at hun har droppet sine planer om at gå på efterløn.

“Det har givet mig en masse arbejdsglæde, så nu er det slet ikke noget, jeg overvejer.”

Stuegang og medicin-administration
Samme formiddag er social- og sund-

hedsassistent **Kirsten Jensen** ved at gå stuegang. Hun kommer fra den nu nedlagte urologiske afdeling på Holbæk Sygehus. Der begyndte hun at gå stuegang for halvandet år siden, og det er hun fortsat med på Næstved Sygehus.

“Jeg tjekker blodprøvesvarene, så jeg har dem parat til lægen på stuegangen. Og så bestiller jeg nye undersøgelser og blodprøver,” fortæller Kirsten Jensen.

Hun var lidt nervøs de første gange, men nu er hun fortrolig med opgaven og føler også, at de andre faggrupper anerkender, at det er en sosu-assistent, der går stuegang.

“Det giver mig et løft, og det er en tilfredsstillelse at vide, at det her kan jeg også,” siger hun.

Det er meningen, at flere sosu'er skal gå stuegang på afdelingen, når de er blevet oplært til det.

For at skabe mere sammenhæng i plejen har sosu-assistenterne også ansvaret for at udskrive de ikke-komplicerede patienter på afdelingen. Det vil sige, at de skal lægge en plan for patientens videre forløb, give dem en tid til kontrol, tale med hjemmeplejen – og i det hele taget sørge for alt det praktiske, når patienten skal hjem.★

torben.christensen@mail.dk og mdar@foa.dk

Afdelingens læger og sygeplejersker har lært sosu-assistent Anna-Lise Rasmussen at **lægge venflon**.



Retten i Holstebro har frikendt en social- og sundhedsassistent, der var anklaget for tyveri. En pårørende havde ulovligt filmet hende med skjult kamera.

Frikendt for tyveri



I dagbogen har Milka Bilde Andersen skrevet hele det barske forløb fra politiet stod i døren og til hun blev frikendt.



Videoklippene afvist som bevis

Retten i Holstebro afviste videoklippene som bevis, fordi det ikke over for retten var oplyst, hvad der i øvrigt var optaget af overvågningskameraet, og hvem der havde fraklippet og redigeret de to korte sekvenser, som blev vist.

Kilde: Udskrift af dombogen

Usaglig bortvisning

FOA skal den 12. december have møde med Kommunernes Landsforening om den usaglige bortvisning af Milka Bilde Andersen.

En fredag i juni har **Milka Bilde Andersen** fri og hygger sig hjemme med sin lille datter, da det banker på døren. Det er politiet.

26-årige Milka er social- og sundhedsassistent på Enggård Centret i Struer. Hun blev ansat, da hun var færdig med uddannelsen i 2005.

Politiet spørger, om hun kender til, at der er forsvundet penge fra en 89-årig kvinde på plejehjemmet. Kvindens barnebarn har sat skjult kamera op, og på filmen kan man se, at Milka tager penge fra et skab. "Kan du erkende tyveriet?" Spørger de.

"Nej, jeg har ikke stjålet noget," svarer Milka og forklarer, at hun ganske rigtigt havde hentet penge til beboeren om tirsdagen, da hun havde bedt Milka om at hente 400 kroner til at gå i kiosken.

"Din forklaring kan være lige så god som familiens," siger politiet og kører igen.

Milka er totalt i chok.

En forfærdelig weekend

"Jeg har aldrig hylet så meget. Jeg følte mig totalt magtesløs. Det var en forfærdelig weekend," mindes Milka Bilde Andersen.

Om mandagen skal hun til møde med områdelederen. Hun har fået fat på sin

tillidsrepræsentant, som var på camping, men lovede at komme med til mødet.

"De viste videoklippen og spurgte, om jeg selv ville sige op, eller om jeg ville have en bortvisning. Jeg ville ikke sige op, for jeg havde ikke stjålet," siger Milka.

To dage senere skal Milka til afhøring hos politiet. FOA hjælper hende med en advokat, der kan tage med.

Retten frikender Milka

Den 26. oktober kommer sagen for Retten i Holstebro. Mange fra Milkas familie, venner og sektorformand Grethe Nielsen fra FOA Holstebro er med. Først bliver Milka afhørt. Dernæst den 89-årige.

"Hun kunne ikke svare på, hvad plejehjemmet hed. Og hun havde heller ikke overblik over, hvad hun havde af penge," fortæller Milka.

Kvindens datter forklarer, at de havde et godt samarbejde med Milka. Men de havde mistanke om, at der forsvandt penge. Derfor havde barnebarnet sat overvågning op.

Fem af Milkas kolleger bliver afhørt, blandt andet om, hvorvidt man skal være to, når man henter penge til en borger. De svarer, at i praksis har de ikke været to.

Dommerne trækker sig tilbage for at votere. De kommer tilbage – og de er enige: Milka er frikendt. De lægger blandt andet vægt på, at den ulovlige video ikke

Jeg følte mig totalt magtesløs.



beviste, at Milka stjal pengene.
Milka græder af lettelse.

Uden job

Milka er frikendt, men hun er også uden job. Hun har været glad for ældreplejen, men den barske anklage var "en alt for dyr pris at betale." Hendes læge har

Milka Bilde Andersen er frikendt af retten, men hun har **mistet sit job**, og hun gyser bare ved tanken om igen at skulle gå alene ind i en borgers lejlighed.

plejehjem i fire ugers praktik, hvor hun skal være sammen med en, der kan støtte hende.★

henvist hende til psykolog, som anbefaler, at Milka kommer tilbage på et

brlu@foa.dk



Loven siger ...

§ 3. Private, der foretager tv-overvågning af steder eller lokaler, hvortil der er almindelig adgang, eller af arbejdspladser, skal ved skiltning eller på anden tydelig måde give oplysning herom.

Kilde: Lovbekendtgørelse 2007-10-11 nr. 1190 om tv-overvågning

Politianmeldelse på vej

"FOA er indstillet på at politianmelde på medlemmets vegne," fastslår forbundsformand Dennis Kristensen om den ulovlige videoovervågning. Ved redaktionens slutning havde Milka Bilde Andersen endnu ikke besluttet, om det skal ske.

Fra anklage til frifindelse

14. juni

Milka henter 400 kroner til en beboer.

17. juni

Politiet opsøger Milka hjemme og siger, at hun er blevet optaget med skjult kamera, da hun tog penge fra et skab.

20. juni

Milka får en bortvisning af arbejdsgiveren.

26. oktober

Milka bliver frifundet ved Retten i Holstebro.

spørg løs

Send et spørgsmål til os - og vi skaffer et svar fra en ekspert. Skriv til:

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

Du kan også maile til **brevkasse@foa.dk** eller gå på FOAs hjemmeside - **www.foa.dk/brevkasse**

Ønsker du at være anonym, så gør opmærksom på det. Brevkasseredaktøren skal dog vide, hvem du er.



Du kan bl.a. spørge om:

- arbejdsskader
- ansættelse
- barsel
- psykisk arbejdsmiljø
- mad/sundhed
- løn
- fleksjob
- kontanthjælp
- revalidering
- pension
- seniorordninger
- a-kasse
- dagpenge
- efterløn
- arbejdsmarkedspensioner
- forsikringer
- overenskomster
- uddannelse
- trivsel
- ligebehandling
- ligeløn
- datalovgivning



A-kasse
Elisabeth Bruun Olesen,
sekretariatschef i FOAs
A-kasse

Mad/sundhed
Gitte Gross,
bromatolog, afdelingschef
i DTU Fødevareinstituttets
Afdeling for Ernæring

Er jeg berettiget til den skattefrie belønning?

Jeg er 63 år og har i 28 år arbejdet 37 timer ugentlig som hjemmehjælper. Først for 10 år siden blev jeg meldt ind i FOA, og det betyder jo, at jeg ikke kan gå på efterløn. Men betyder det også, at jeg ikke er berettiget til den **skattefrie belønning** på cirka 140.000 kroner, som andre tjener op ved at arbejde, fra man er 62 til 65 år?

[Spørgerens navn er redaktionen bekendt]

Svar

Hvis du ikke er berettiget til at gå på efterløn, kan du heller **ikke få udbetalt** præmieportionerne eller den skattefrie belønning, som du kalder det.

A-kasemedlemmer, der er efterlønsberettigede, kan få udbetalt en skattefri præmie,

når de går på pension. Der er dog flere betingelser, der skal opfyldes.

Man skal have et efterlønsbevis. Med de nuværende efterlønsregler får man beviset som 60-årig, hvis man er berettiget. Næste betingelse er så, at man arbejder i to år fra 60 til 62 år. Fuldtidsforsikrede skal arbejde 3.120 timer. Når denne betingelse er opfyldt, kan man begynde at optjene den skattefrie præmie. Hvis man for eksempel er 2½ år om at arbejde 3.120 timer, forskydes tidspunktet for, hvornår man kan begynde at optjene præmieportioner med ½ år og så fremdeles. Hver gang, man har arbejdet 481 timer, optjenes en præmieportion. En præmieportion for fuldtidsforsikrede er i 2011 på 11.950 kroner. Der kan højst optjenes 12 portioner svarende til 143.400 kroner skattefrit.

[Elisabeth Bruun Olesen]

Øger alkohol risikoen for at få kræft?

Jeg har gået og troet, at det var så sundt med et glas vin om dagen, men en kollega fortalte forleden, at det øger risikoen for at få **brystkræft**. Er det rigtigt?

[Susanne Hansen]

Svar

Ja, det er desværre rigtigt. Mens undersøgelser tyder på, at en meget lille mængde alkohol kan nedsætte risikoen for hjerte-kar-sygdomme, er der ingen tvivl om, at alkohol **øger risikoen for kræft**. Det har ingen betydning, om alkoholen indtages i form af øl, vin eller spiritus.

Alkohol - selv i meget små mængder - øger risikoen for forskellige kræftformer. Både i de organer, der kommer i kontakt med alkoholen, det vil sige mund, spiserør, mave og tarm, men også indirekte i form af brystkræft. I forhold til brystkræft skal der bare tre-seks genstande om ugen til at øge risikoen for brystkræft med otte procent.

Når alkohol er så problematisk skyldes det flere faktorer. Dels er alkohol i sig selv kræft-

fremkaldende, dels øger alkohol produktionen af østrogen. Endvidere er det produkt, som dannes ved nedbrydning af alkohol, også kræftfremkaldende.

Så det er vigtigt at følge de retningslinjer, som Sundhedsstyrelsen har givet, hvis du ikke ønsker at undvære alkohol:

- Intet alkoholforbrug er risikofrit for dit helbred
- Drik ikke alkohol for din sundheds skyld
- Du har en lav risiko for at blive syg på grund af alkohol ved et forbrug på syv genstande om ugen for kvinder og 14 for mænd
- Du har en høj risiko for at blive syg på grund af alkohol, hvis du drikker mere end 14/21 om ugen
- Stop før fem genstande ved samme lejlighed
- Er du gravid - undgå alkohol. Prøver du at blive gravid - undgå alkohol for en sikkerheds skyld
- Er du ældre - vær særlig forsigtig med alkohol.

[Gitte Gross]

DAGPENGE⁺

MIST IKKE MODET, HVIS DU MISTER JOBDET!

LIDT MERE TRYGHED PÅ ET UTRYGT ARBEJDSMARKED

Det kan virke skræmmende at miste arbejde og indtægt. Men en god forsikring kan give dig ro og frihed til at finde et godt ståsted – og et nyt arbejde.

SÅ LIDT KOSTER DEN EKSTRA SIKKERHED

DAGPENGE⁺ garanterer dig en fast, månedlig udbetaling oven i dine dagpenge – helt op til 90 % af din nuværende løn. Og til en meget fordelagtig pris.

IKKE FOR ALLE – EN FORDEL FOR FOA-MEDLEMMER

DAGPENGE⁺ er et særligt tilbud til dig, der er medlem af FOA og FOAs A-kasse. Vil du også have mere tryghed i din hverdag, så ring til os eller klik ind på **foa.dk/dagpengeplus** og beregn, hvor lidt det egentlig koster.

Ring på 46 97 10 09

**FÅ OP TIL 90 %
AF DIN LØN, HVIS
DU BLIVER LEDIG**

1.000 kr. oven i dine dagpenge
i 6 måneder koster kun
24 kr. om måneden

FOA

PenSam FORSIKRING

Sparekrav skaber utryghed

Besparelser i kommuner og regioner viser sig nu i **stigende ledighed**. Og intet tyder på, at udviklingen vender lige med det samme.

Af Marianne Rohweder

Siden sommeren 2010 er der forsvundet cirka 17.000 stillinger i kommuner og regioner, viser de nyeste tal fra Det Fælleskommunale Løndatakontor.

Og desværre ser det ikke ud til, at udviklingen stopper her.

“Selvom den nye regering med sin vækstpakke lægger op til et løft af den offentlige sektor med et par milliarder over de næste år, taler vi om en super-tanker, der skal vendes,” siger chefanalytiker i Arbejderbevægelsens Erhvervsråd **Frederik I. Petersen**.

“Vi forventer ikke, at den negative udvikling vil vende, men vurderer, at den offentlige beskæftigelse vil falde med yderligere 4-5.000 personer hvert af de kommende to år.”

På arbejdspladserne griber utrygheden om sig. Et af stederne er Hillerød Hospital, som i flere omgange har fyret mange medarbejdere. Nu, mens året går på hæld, skal der atter fyres. Det skal skaffe 60 millioner kroner til budgettet for 2012.

Som en serviceassistent udtrykker det: “Fyringer kommer som byger, og vi befinder os i et vakuum.” ★

marianne@rohwer.dk

Færre hænder

Antallet af ansatte i kommuner og regioner faldt med næsten 17.000 fuldtidsbeskæftigede august 2010 - august 2011:

- I kommunerne med 3,3 procent eller **14.500**
- I regionerne med 1,8 procent eller **2.156**

Kilde: Det Fælleskommunale Løndatakontor, november 2011

Over 8.000 ledige

Den samlede ledighed blandt FOAs medlemmer var 8.190 i september 2011. Ledigheden steg med 7,7 procent fra august til september og har ikke været højere siden starten af 2006.

Personalet på Hillerød Hospital kunne den 4. november læse i Frederiksborg Amtsavis, at der skal spares **60 millioner kroner** i 2012. Trygheden får et knæk, mærker Sayed M. Hunaryar og Karin Nielsen.





Fyringer i luften

Mange af FOAs medlemmer har **truslen om fyring** tæt inde på livet. Hillerød Hospital er en af de arbejdspladser, hvor de ansatte ikke ved, om de er købt eller solgt. Det sætter sit præg på hverdagen.

.....
Af Marianne Rohweder ★ foto: Jørgen True

Læs mere på næste side. →

3

ud af fire FOA-fællestillidsrepræsentanter forventer, at der vil være færre ansatte på deres områder om et år. Især børneområdet og sygehusene ser ud til at blive ramt.

Kilde: FOA kampagne og analyse, oktober 2011

Ældreplejen kan forvente besparelser

- **60%** af ældrecheferne i kommunerne siger, at der vil blive sparet på budgettet i 2012.
- **15%** siger, at der vil ske fyringer.

Kilde: Epinion for FOA: 'Ældrechefer budgetundersøgelse', oktober 2011

FOA
kan
hjælpe

- Hvis ledelsen agter at fyre dig, har du krav på at vide hvorfor. En afskedigelse skal være sagligt begrundet.
- Får du varsel om en firing, skal du straks kontakte din tillidsrepræsentant eller din FOA-afdeling, så de kan hjælpe dig.
- Som offentligt ansat skal du partshøres, inden du kan afskediges. Bed din FOA-afdeling om hjælp til at udforme dit partshøringsbrev.



➔ Fyringer i luften

Bekymringerne meldte sig straks, da medarbejderne på Hillerød Hospital i starten af november fik at vide, at der skal spares 60 millioner kroner på budgettet næste år.

Personalet kender rumlen: Gennem det seneste år er cirka 200 stillinger blevet nedlagt. Så stemningen var ikke munter, da køkken- og servicepersonalet fik at vide, at deres område skal levere besparelser for 2½ million kroner. Hvem vil blive fyret denne gang?

“Vi er i forvejen skåret ind til benet, og jeg ved, at jeg nu skal være ekstra opmærksom på medarbejdernes trivsel. De føler jo afmagt, fordi det går ud over faglighed og kvalitet,” som driftschef **Helle Steen Petersen** udtrykker det.

For denne gang er det endt med at ‘kun’ ni personer bliver sendt til arbejdsløshedskøen. Men som **Steen Andersen**, fællestillidsrepræsentant for service- og køkkenpersonalet, understreger: “For denne gang.”

Suget i maven

“Alle får et sug i maven, når der skal spares så mange



Alle får et sug i maven, når der skal spares så mange penge.

INGRID THRANE,
FÆLLESTILLIDSREPRÆSENTANT

penge,” siger **Ingrid Thrane**, der er fællestillidsrepræsentant for social- og sundhedspersonalet.

Hun har oplevet, at fyringsrunderne har rykket fundamentalt ved trygheden i



"Fagligheden er så vigtig for medarbejderne, og når den undergraves, slår det ud på **sygestatistikken**," siger driftschef Helle Steen Petersen.

jobbet. Der er skabt en usikkerhed, der ikke blot går ud over motivation og arbejdsglæde, men også betyder, at medarbejderne ikke tør stå på deres ret.

"Så sker der ind imellem brud på overenskomsten," siger hun.

"Det er aldrig i orden, og jeg opfordrer altid til, at vi gør noget ved det. Men det er svært, for ingen ønsker at gøre sig bemærket og risikere at havne i fyringskøen."

Ikke den samme arbejdsplads

De medarbejdere, der bliver fyret, er selvfølgelig kede af

det. Nogle føler sig kasseret, mens andre formår at holde fast i, at de har gjort et godt stykke arbejde.

Men efterhånden sker det ikke så sjældent, at Steen Andersen hører bemærkningen: "God fornøjelse," når en fyret kollega tager afsked.

"For det er bare ikke den samme gode arbejdsplads, som det var engang," siger han.

"De medarbejdere, der bliver tilbage efter en fyringsrunde, har ikke alene mistet gode kolleger, men også fået vanskeligere ved at levere et godt stykke arbejde." ★

marianne@rohwer.dk

Hvordan mærker du utrygheden?



Tobias Fløistrup, servicemedarbejder i Røntgenafdelingen på Hillerød Hospital, ansat i to år:

Alle er usikre

"Fyringer – de kommer efterhånden som byger. Der er usikkerhed i alle faggrupper på hospitalet, som er altødelæggende, fordi der skabes et ekstremt vakuum. De fleste er nervøse for at blive fyret, og det er dobbelt frustrerende, når engagementet og arbejdsglæden daler, for man vil jo så gerne gøre sit allerbedste."

Dybt uretfærdigt

"Det har altid været en fantastisk arbejdsplads. Og selvom jeg selvfølgelig er glad for, at jeg stadig er her, er det også en stor sorg at miste gode kolleger. Man kan ikke lade være med at tænke: Hvorfor? Hvorfor ikke mig? Det føles jo dybt uretfærdigt hver gang, og det underminerer arbejdsglæden. Vi har alle sammen taget ansvar i forhold til besparelser. Og nu skal vi igen spare 2½ million i køkkenet. Hvor?"



Karin Nielsen, serviceassistent i køkkenet på Hillerød Hospital, ansat i 31 år:



Sayed M. Hunaryar, køkkenmedhjælper på Hillerød Hospital, ansat i 12 år.

Hvem bliver det næste gang?

"Jeg er da glad for, at jeg ikke er blevet fyret, endnu. Men når man slipper fri, så tænker man jo også, hvem bliver det næste gang? Nu skal der igen spares, og man bliver igen nervøs. Usikkerheden breder sig, det er stressende, og det er svært at sove roligt om natten."

Vi pisker jo af sted

"Som mange andre har jeg kone, børn og økonomiske forpligtelser, og det er ubehageligt, at man ikke kender sin arbejdssituation. I forvejen er vi hårdt presset og pisker af sted, og selv om man er blandt de heldige, der ikke bliver prikket, er det alligevel svært at være glad. Man mister kolleger, og det er svært at gøre jobbet så godt, som man virkelig gerne vil, når der mangler hænder."



Thomas Opfermann, servicemedarbejder under uddannelse til serviceassistent på Hillerød Hospital, ansat i 2½ år.



“Jeg mistede ikke kun mit arbejde, men også min **identitet**, da jeg blev fyret. Det er store tab, og det tager tid at genvinde fodfæstet. Men man kommer igennem,” siger social- og sundhedsassistent Annemette Hemmingsen.



Det tager tid at komme sig, og jeg ville ønske, at jeg havde fået hjælp tidligere.

ANNEMETTE HEMMINGSEN,
SOSU-ASSISTENT

Jeg kom igennem krisen

Da Annemette Hemmingsen blev fyret, mistede hun identitet og tro på egne evner. Men i dag har hun **genvundet fodfæstet**.

Af Marianne Rohweder ★ foto: Jørgen True

Ortopædkirurgisk afdeling på Herlev Hospital den 13. januar 2010. Klokken er 11.00. Social- og sundhedsassistent **Annemette Hemmingsen** står klumpet sammen med 20 kolleger på et lille kontor og venter på afgørelsen. Hospitalet skal fyre næsten halvandet hundrede medarbejdere. Hvem bliver det?

“Endelig går døren op, afdelingssygeplejersken kommer ind, og det første navn, hun nævner, er mit. Der går et sug gennem flokken. Det kan da ikke passe, tænker jeg.”

Det kom fuldstændigt bag på Annemette Hemmingsen, at hun var blandt de fyrede denne vinterdag for snart to år siden.

Filmen knækkede

Efter beskeden tog Annemette Hemmingsen chokeret hjem.

“Mine kolleger bakkede mig hundrede procent op. Det var dejligt, men det fjer-

nede ikke følelsen af at være vraget,” siger hun.

“Jeg havde været ansat på Herlev i ti år og været med til at bygge et akutafsnit op fra bunden. Jeg elskede mit arbejde, havde slet ikke set dette komme og følte kun, at jeg ikke duede til noget.”

Handlingslammet måtte Annemette sygemelde sig. Imens tog en god kollega sagen i egen hånd og fandt et nyt arbejde til hende. Allerede halvanden måned efter fyringen startede hun på rehabiliteringscenteret Lærkegården i Herlev.

Afsted på hesten

Selvom hun ikke var på toppen, var Annemette snart oppe på hesten igen. Lidt for hurtigt skulle det vise sig.

“Efter et års tid begyndte jeg at få nogle underlige symptomer, fik svært ved at huske og koncentrere mig.”

Symptomerne fik Annemette til at kontakte sin læge, som straks satte ord på:

“Nu reagerer du, fordi du ikke dengang fik bearbejdet det, der skete omkring din fyring.”

“Med hans hjælp blev det efterhånden klart for mig, hvor meget jeg havde kæmpet for at genvinde fodfæstet og troen på, at jeg virkelig er god nok.”

Igennem krisen

For et halvt år siden skiftede Annemette igen job og er i dag ansat på rehabiliteringscenteret på Kildegården i Søborg.

“Jeg er igennem min krise og glad for mit nye job,” siger hun.

“Men det tager tid at komme sig, og jeg ville ønske, at jeg havde fået hjælp tidligere. Fyringer kan aldrig udføres nænsomt, men min var rå. Ledelsen kunne have taget en samtale med mig og dem, det handlede om, i stedet for at pille os ud for øjnene af alle kollegerne. Og så havde det været rart med noget hjælp og støtte bagefter.” ★

marianne@rohwer.dk

Trygheden på bordet

FOA vil snakke med den nye regering om en tryghedsreform.

Af Marianne Rohweder

Tryghed for firingstruede medlemmer står øverst på listen over de krav, FOA vil lægge på bordet, når forbundet møder til trepartsforhandlinger til foråret.

Meget tyder på, at der også næste år kommer til at ske fyringer. Trods den nye regerings ønske om at højne det offentlige serviceniveau, tror Arbejderbevægelsens Erhvervsråd ikke på, at det er muligt at vende en nega-

tiv udvikling lige med det samme.

En undersøgelse blandt fællestillidsrepræsentanter, som FOA gennemførte i oktober, understreger de negative forventninger. Tre ud af fire mener, at der vil ske besparelser i 2012, som også vil komme til udtryk som både fyringer og nedlæggelse af stillinger.

FOA ønsker jobbank

FOA vil have, at kommuner og regioner forpligter sig til at fastholde firingstruede medarbejdere, både når der er ledige stillinger andre steder, end der, hvor man er på vej til at fyre, og når der ikke er.

“Arbejdsgiverne må ikke kunne afskedige i den vest-

lige ende af kommunen og så tage nye medarbejdere ind i den østlige,” siger FOAs formand **Dennis Kristensen**.

Hvis ikke arbejdsgiveren kan finde andre stillinger, skal der være mulighed for at tilbyde den afskedigede en plads i en jobbank og herfra få tilbud om de første ledige stillinger i deres kommune eller region.★

marianne@rohwer.dk

[bag om ordet]

Trepartsforhandlinger er forhandlinger mellem regeringen, arbejdsgiverne (kommuner og regioner) og de faglige organisationer. Senest blev der afholdt trepartsforhandlinger i 2007.

Når fyringen giver dig nedtur

En firing kan udløse en krise på lige fod med en skilsmisse eller et dødsfald. Ikke mindst hvis man har et arbejde, man identificerer sig stærkt med. I så fald kan en firing opleves som tab af både leve-

brød og identitet. Når nedturen melder sig, er det værd at huske på, at kriser som regel bevæger sig gennem bestemte faser:

En krise består af fire faser

1

BENÆGTELSE

(“Det her sker ikke”)



2

MODSTAND

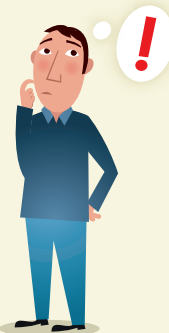
(“Det her finder jeg mig ikke il”)



3

VENDEPUNKTET

(“Aha!”)



4

NYORIENTERING

(“Hej!”)



Hvor længe man befinder sig i de enkelte faser er individuelt, og man kan også glide lidt frem og tilbage mellem dem. Men på et eller andet tidspunkt kommer man videre.

5 gode råd

Sådan kan du hjælpe en fyret kollega

- **Tilbyd praktisk hjælp.** Selv almindelige daglige gøremål kan opleves som uoverskuelige for et menneske i krise.
- **Tilbyd følelsesmæssig støtte.** Et menneske i krise har brug for at fortælle om det skete, at være fortvivlet, vred, opgivende, bange.
- **Drop de gode råd.** Der er mest brug for en, der gider lytte og en skulder at støtte sig til.
- **Foreslå enkle gøremål.** Du kan hjælpe den kriserammede med at foretage sig noget, han eller hun godt kan lide.
- **Vær til rådighed.** Fortæl, at du står til rådighed med hjælp og støtte – også i tiden fremover.

Penge til tryghed

Kommunalt ansatte FOA-medlemmer, som bliver fyret, kan sammen med nærmeste leder søge op til 10.000 kroner fra Tryghedspuljen. Puljen er blevet til efter en aftale mellem KL og KTO. Pengene kan bruges til:

- Efteruddannelse
- Kompetenceudvikling
- Karrieresparring

Læs mere

tryghedspuljen.dk

Fyringer skal varsles

Opsigelsesvarslet afhænger af ansættelsestiden:*

- 0 til 5 mdr.: 1 måned
- 6 mdr. til og med 2 år og 9 mdr.: 3 måneder
- 2 år og 10 mdr. til og med 5 år og 8 mdr.: 4 måneder
- 5 år og 9 mdr. til og med 8 år og 7 mdr.: 5 måneder
- 8 år og 8 mdr. og opefter: 6 måneder.

* På tidspunktet for meddelelse om afskedigelse. Afskedigelse kan kun ske til udgangen af en måned.

Få erstatning ved kritisk sygdom

Næsten alle, der indbetaler til en pensionsordning i PenSam og er under 65 år, har ret til **erstatning ved kritisk sygdom**. Men ikke alle kender deres rettigheder.

En fantastisk gave

Da social- og sundhedsassistent **Jette Skaarup**, 47, fik konstateret brystkræft i 2008, vidste hun ikke, hun kunne få erstatning. Men hendes søn insisterede på, at hun skulle undersøge sagen.

"Jeg troede ikke på det, men gik ind på PenSams hjemmeside og læste om kritisk sygdom. Og jeg kunne se, at jeg var berettiget."

Dagen efter ringede Jette til PenSam.

"De skulle bare have mit navn og kontonummer. For søren da ... Jeg var målløs, og det gik hurtigt med at få pengene."

Jette Skaarup fik 100.000 kroner, og først tænkte hun, at pengene skulle gå til huset.

"Men jeg ombestemte mig. Jeg ville gøre noget for mig selv. Jeg ved jo ikke, hvor længe jeg er her. Så jeg købte maling og lærred og gav mig til at male. Jeg købte lige det, jeg ville have. Det var et plaster på såret, vil jeg sige."

"Det er en god idé at give besked om erstatning, hvis man får en kritisk sygdom. Hvis ikke jeg havde opdaget det, ville jeg have følt mig snydt. Og det er en helt fantastisk gave at få i sådan en situation."

Når man bliver alvorligt syg, er penge og erstatning nok ikke det første, man tænker på. Men mange har mulighed for at få udbetalt penge fra forsikringen, hvis de bliver ramt af såkaldt kritisk sygdom. Derfor sætter pensions- og forsikringsbranchen ekstra ind for, at alle berettigede kan få deres penge. Flere pensions- og forsikringsselskaber samarbejder med Sundhedsstyrelsen, som via sit Landspatientregister kan identificere patienter med kritisk sygdom. Herefter sender Sundhedsstyrelsen brev direkte til patienterne og oplyser dem om, at de kan være berettiget til erstatning.

"Jeg synes, det er et fantastisk initiativ, og det kommer jo fra branchen selv", siger underdirektør **Anne Seiersen** fra brancheorganisationen Forsikring & Pension.

"Kundernes viden om denne forsikring er ikke så stor, for det er en relativ ny forsikring. Og vi skal gøre alt, hvad vi overhovedet kan for, at alle kan få, hvad de har ret til. Og kunderne skal have pengene hurtigst muligt. Det er jo ikke sikkert, der er så lang tid at løbe på," siger Anne Seiersen.

Omkring 70 procent af forsikrings- og pensionsselskaberne har tilsluttet sig ordningen, så deres kunder får direkte besked fra Sundhedsstyrelsen. Men PenSam er endnu ikke med.

"Det er en rigtig god idé at samarbejde med Sundhedsstyrelsen. Men vi har ikke tilsluttet os i første omgang, fordi vi var i gang med en kampagne målrettet kunderne om, at de skulle være opmærksomme på dækning ved kritisk sygdom. Lige nu er vi i gang med store projekter, der gør, at et samarbejde med Sundhedsstyrelsen ikke har vores første prioritet. Men vi går med på sigt. Et sikkerhedsnet kan aldrig blive godt nok," siger direktør **Helen Kobæk**, PenSam. ★

heiberg@reportagegruppen.dk

Kritiske sygdomme

Hvis du bliver ramt af en af sygdommene på listen, er under 65 år og indbetaler til en pensionsordning, har du som hovedregel ret til erstatning. Det er en god idé at kontakte PenSam, hvis du er i tvivl.

Slagtilfælde (apopleksi)

Sækformet udvidelse af hjertets kranspulsårer (intrakranielt sakkulat aneurisme)

Planlagt bypass-operation i hjertets kranspulsårer

Akut blodprop i hjertet

Hjerteklapsygdom

Kritiske former for kræft

Livstruende nyresvigt

Planlagt større organtransplantation

Sklerose

ALS

Muskelsvind og neuromuskulære sygdomme

Arbejdsbetinget HIV og smitte med HIV ved blodtransfusion

Kardiomyopat

Parkinsons sygdom

Aorta sygdom

Følger efter Borreliainfektion (TBE) i nervesystemet efter flåtbid

Følger efter hjerne- eller hjernehindebetændelse

Visse godartede svulster

Blindhed

Døvhed

Alzheimers sygdom

Terminal sygdom

3

år fra diagnosen bliver stillet. Så lang er **forældelsesfristen** normalt, hvis man vil søge om erstatning.



5.381 fik direkte besked

Sundhedsstyrelsen har udsendt 5.381 breve til patienter med kritisk sygdom siden starten af samarbejdet med forsikrings- og pensions-selskaberne i august 2010 og frem til og med september 2011. **PenSams kunder** er endnu ikke omfattet af ordningen med direkte besked.



forsikringogpension.dk/pension/visse-kritiske-sygdomme

Flest kræfttilfælde

Kræftpatienter udgør den største andel af udbetalingerne ved kritisk sygdom. Omkring 70 procent af kvinderne er kræftpatienter, mens tallet er 42 procent hos mændene. Den lavere andel af kræft hos mænd skyldes, at flere mænd end kvinder bliver ramt af hjertekarsygdomme.

Flere udbetalinger

I 2010 fik 1.341 kunder hver udbetalt 100.000 kroner fra PenSam på grund af kritisk sygdom. Tallet har været stigende på grund af øget opmærksomhed og information om muligheden.



pensam.dk/pension Skriv 'kritisk sygdom' i søgefeltet.



Sådan gør du

1. Ring til PenSam, **44 39 39 39**, og hør, om du har ret til udbetaling.
2. PenSam sender blanket, som skal udfyldes af læge eller sygehus.
3. Pengene sættes ind på din konto, når PenSam får blanketten retur. Udbetalingen er skattefri, og pengene kan frit bruges, som man ønsker.

Flere penge til dig

Hver måned sætter vi et hjørne af din privatøkonomi under lup og giver gode råd om, hvordan du får mest muligt ud af dine penge. Er der noget omkring skat, løn, pension eller andet i din økonomi, du gerne vil have bedre styr på? Så skriv til **redaktionen@foa.dk** med dit forslag til, hvad vi skal sætte fokus på i dine penge.

Vind gaver i december



Vær med i julekalenderen på loplus.dk så du kan vinde flotte præmier fra 1. december og frem til juleaften fra LO Plus og vores samarbejdspartnere.



Hovedpræmien: Rejsegavekort til sommerens nyhed fra Falk Lauritsen Rejser, Kroatien. Værdi 12.000 kr.



Tilmeld dig nu på loplus.dk/jul



– scan koden med din smartphone eller send en SMS til 1231 med teksten **PLUSJUL** samt din e-mail adresse (f.eks. PLUSJUL din@mail.dk)

Så modtager du en e-mail fra 1. december og frem til juleaften med link til dagens låge.



Tjek loplus.dk før du handler julegaver

Dit medlemskort er også dit rabatkort. På loplus.dk kan du se alle de steder, hvor du kan få rabat. Så husk at vise dit medlemskort næste gang du handler i en af de mange butikker.



For alle i PenSam og FOA:

BILLIGE FORSIKRINGER UDEN BØVL



INTET PAPIRNUSSERI

DU RINGER BARE

Vi klarer det meste over telefonen

Hvem har sagt, forsikring skal være bøvl og blanketter? I PenSam Forsikring kan du altid bare ringe til os, og så hjælper vi dig hurtigt videre. Både når cyklen er blevet stjålet. Når bilen skal skiftes ud. Eller når du står i en kælder fuld af vand.

Er du kunde i PenSam eller medlem af FOA, og synes du, at billige forsikringer uden bøvl lyder helt rigtigt, så er det bare at ringe ...



INDBO • HUS • BIL • ULYKKE



PenSam  **FORSIKRING**

Tilbagebetaling af efterlønsbidraget

Lovforslaget om tilbagetrækningsreformen er nu fremsat. Loven forventes vedtaget og træder i så fald i kraft den 1. januar 2012.

Du kan få dit efterlønsbidrag udbetalt

Du kan få dit indbetalte efterlønsbidrag udbetalt i perioden 2. april – 1. oktober 2012, hvis du ikke er fyldt 60 år. Efterlønsbidrag indbetalt fra 1999 til og med 15. maj 2011 udbetales skattefrit. For efterlønsbidrag indbetalt fra den 16. maj 2011 skal du betale en afgift på 30 procent.

Kan det betale sig?

For mange af FOAs medlemmer kan det ikke betale sig at få tilbagebetalt efterlønsbidraget, hvis du regner med at arbejde, til du kan gå på folkepension. Det skyldes, at du kan optjene ret til en skattefri præmie.

Hvis du arbejder på fuld tid til folkepensionsalderen, kan du få 143.400 kr. skattefrit i præmie (2011-tal) – også selvom dine pensioner er så



Læs mere

om tilbagetrækningsreformen på foa.dk/a-kasse

store, at du kun vil få meget lidt i efterløn. Hvis du beder om at få dit efterlønsbidrag tilbagebetalt, vil du – hvis du er en af dem, der har betalt siden 1. april 1999 – kun få ca. 65.000 kr. skattefrit. ★

Regneeksempler:

Fuldtidsforsikret:

Indbetalingsperiode til udbetaling	Efterlønsbidrag
1. april 1999 – 15. maj 2011	62.520,92 kr.
16. maj 2011 – 31. marts 2012 (4.695,58 kr. minus afgiften på 30 %)	3.286,91 kr.
I alt	65.807,83 kr. efter afgift

Deltidsforsikret:

Indbetalingsperiode til udbetaling	Efterlønsbidrag
1. april 1999 – 15. maj 2011	41.707,82 kr.
16. maj 2011 – 31. marts 2012 (3.132,43 kr. minus afgiften på 30 %)	2.192,70 kr.
I alt	43.900,52 kr. efter afgift

Du risikerer derfor at miste tilbagebetalt efterlønsbidrag over 78.000 kr., hvis du får get. ★

Så meget taber du på at få efterlønsbidraget tilbagebetalt

Alder 2010	Skattefri præmie ved folkepensionering	Nettobidrag frem til efterlønsalder, efter skat	Skattefri udbetaling nu	Tab ved at hæve pengene nu
30	143.400	118.330	–	25.070
40	143.400	98.215	26.810	18.375
45	143.400	78.100	53.640	11.660
46	143.400	72.065	59.004	12.331
47	143.400	70.054	60.514	12.832
48	143.400	62.008	60.514	20.878
49	143.400	57.985	60.514	24.901
50	143.400	53.962	60.514	28.924
51	143.400	47.927	60.514	34.959
52	143.400	41.893	60.514	40.993
53	143.400	37.870	60.514	45.016
54	143.400	31.862	60.514	51.024
55	143.400	24.031	60.514	58.855
56	143.400	16.414	60.514	66.472
57	143.400	10.835	60.514	72.051

Beregning med udgangspunkt i indbetaling af fuldt efterlønsbidrag fra ordningens start.

Kilde: AK Samvirke



Ring 4697 1010

– hvis du har brug for hjælp uden for a-kassens normale åbningstid. Callcenteret har åbent alle hverdage mellem 16-20.

Udbetalingsmeddelelsen

kan ses på hjemmesiden foa.dk/udbetalingsmeddelelse. Du bliver bedt om at logge dig ind først.

18. december

kan du udfylde næste ydelseskort på web a-kassens hjemmeside. For kort indsendt senest den 20. december er pengene til din disposition inden jul.

Nyt job?

Find dit nye job på FOA Job via foa.dk/a-kasse

Jobsøgningsskema

Du kan printe et jobsøgningsskema fra siden foa.dk/a-kasse/raadighed-jobsoegning

NemID

Husk at du nu kan bruge dit NemID på foa.dk – herunder også i web a-kassen. Hvis du ikke har et NemID i forvejen, kan du bestille et på nemid.nu.



Læs mere

På foa.dk/a-kasse kan du læse seneste nyt inden for a-kasseområdet.

NU ER DET ~~dyrt~~ JUL IGEN



KEDELIG JUL?

GLÆDELIG JUL!

Et af Danmarks billigste forbrugslån

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

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

Ring nu på
44 39 39 39
og lån billigere
– eller SMS fordelslån
til 1919 så ringer vi dig op
Pensam.dk/bank

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

PenSam  **BANK**



Find 5 spændende syprojekter på sy.dk

- Juicy Tasker
- Underlige ugle
- Funky armband
- Havelygter
- Pudsige puder

Besøg sy.dk og klik på GRATIS MØNSTRE
- så er du igang!

Helt ny sykomfort og perfekte resultater

Forskellen ligger i detaljerne

Ambition 1.0

Computermaskine med indbygget overtransportør og grafisk skærm, der giver dig alle informationer, du behøver. Elektronisk nålekraft giver fuld gennemtrængningskraft ved alle hastigheder.



- ✓ Suveræn maskine til prisen
- ✓ Alfabet og hukommelse
- ✓ Overtransportør (IDT)
 - trækker begge stoflag ligeligt
- ✓ Indbygget nåletråder
- ✓ Stort arbejdsområde
 - du har masser af plads til hænderne

SY Danmark
pris
4.995,-
Vejl. uds. pris 6.495,-
inkl. moms



SY Danmark

Læs mere på SY.DK

Få FOAs nyhedsbrev direkte i din indbakke

Hver
uge



Med FOAs nyhedsbrev får du nyheder, du ikke kan læse andre steder.

Du bliver godt klædt på til at snakke med om ting, der har betydning for dit job, din løn og dine arbejdsforhold.

I nyhedsbrevet kan du også læse om særlige tilbud til medlemmerne og om konkurrencer, du kan deltage i.

Du er kort sagt løbende informeret. Vi udsender nyhedsbrevet en gang om ugen – dog ikke i ferieperioder.



Det er gratis.

Du kan tilmelde dig på

www.foa.dk/nyhedsbrev

Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen**.
I denne julemåned handler det om at lave mad med
hasselnødder, som er meget næringsrige.

Månedens råvare: Nødder



Nødder har en hård skal og en spiselig kerne. Nødder er et godt tilskud til en kost uden så meget kød. Køb små portioner nødder eller lige det, der skal bruges for at forhindre, at de bliver harske. Harskning giver en kedelig og ufrisk lugt og smag. Opbevar

nødder mørkt, køligt, tørt og i tætsluttende beholdere. Store portioner kan med fordel opbevares i fryseren. Vælg hele tørrede nødder i skal eller hele nøddekerner. Køb kun flager, hakkede nødder og nøddemel, hvis det skal bruges hurtigt.

Grøntsagsbøffer med nødder og rødkålssalat

4 portioner

Grøntsagsbøffer:

- 2 store æg
- 100 g rasp (2 dl)
- 1 lille løg
- 400 g knoldselleri
- 200 g hasselnøddekerner
- 75 g fast komælksost
- 2 tsk. groft salt
- friskkværnet peber
- lidt rasp til panering
- 2 spsk. smør
- 2 spsk. olivenolie

Rødkålssalat med valnødder:

- ca. 300 g rødkål, uden stok
- 2-3 pigeonæbler eller andre røde, syrlige æbler
- 2 dl cremefraiche 9% (syrnet fløde)
- 2 spsk. dijonsennep

- 100 g valnøddekerner
- 1 håndfuld persille
- Tilbehør:** Evt. ovnbagte kartofler eller brød.

- Rør sammenpisket æg med rasp i en rummelig skål og lad det trække, mens resten gøres klart.
- Skræl sellerien med en kniv. Skær den i stykker og kog i let saltet vand til de er møre – ca. 15 min. Gem koge vandet.
- Hak hasselnødderne i en foodprocessor eller blender. Tilsæt kogte stykker selleri og hak sellerien fint. Kom blandingen i skålen med æg og rasp. Rør sammen.
- Pil og riv løget fint.
- Riv osten groft.
- Rør løg og ost i skålen og krydr

med salt og peber. Spæd evt. med lidt kogevand, men ikke mere, end at massen er så fast, at den kan formes.

- Form ca. 12 små bøffer. Vend dem i rasp og steg dem sprøde i varm olie og smør på en pande ved middelvarme. Steg ca. 5-6 min. på hver side.
- Salat: Snit rødkålen fint.
- Skær æblerne i både, skær kernehuset væk og æblebådene i stykker.
- Bland cremefraiche med sennep og krydr med salt og peber. Bland med rødkål, æble, hakke valnødder og persille. Servér grønssagsbøffer med nødder med rødkålssalat og evt. kartofler eller brød.



mad med klinken



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



foto: Colourbox

Julerester

Julemåneden er en traditionsrig tid, hvor der ofte er overflod af mad og derfor mange madrester. Lav f.eks. rødkålssalat med stykker af koldt, stegt andekød med æble og peberrod, flæsketegssandwich eller anret de små portioner af rester til lækre juletapas. Gem andefedt til at stege kål og grønssager i. Frys evt. større stykker kød i fryseposer. Fedt mad holder sig ca. 1 måned i fryseren.

Rene klude

Skift karkluden mindst en gang om dagen. Der kommer bakterier på kluden, når man tørrer madrester og andet op fra bordet. Skyl karkluden i rent, varmt vand efter brug og hæng den til tørre. Kødsaft skal tørres op med køkkenrulle og ikke med karkluden. Bruger man en karklud til kødsaft, skal den udskiftes efter brug. Vask klude ved mindst 60 grader.



foto: Colourbox

det sker

Frederikshavn

Seniorklubben. Juleafslutning 7. dec. kl. 13 hvor vi serverer lidt god mad samt 1 øl/vand. Tilmelding senest 30. nov. Pris: 50 kr. (betaling ved tilmelding). Glædelig jul og godt nytår – på gensyn i 2012. Bankospil 18. jan. kl. 14. Du skal ikke selv medbringe pak-ke/gevinst, da seniorklubben sørger for gevinster. I prisen, 40 kr., er indeholdt kaffe + 3 plader. Tilmelding senest 11. jan. Foredrag 15. febr. kl. 14 v. Hardy Jespersen, som kommer og fortæller om det gamle Frederikshavn. Tilmelding senest 8. febr.

Silkeborg-Skanderborg

Pensionsrådgivning Silkeborg. Som en service for medlemmerne, vil en pensionsrådgiver fra PenSam være til rådighed for medlemmerne på FOA Kontoret, Dalgasgade 24, Silkeborg 19. dec. kl. 9.30-14.30. Såfremt du ønsker at tale med vejlederen, kan du træffe aftale om tidspunkt på 46 97 20 20. **Pensionsrådgivning Skanderborg.** Som en service for medlemmerne, vil en pensions-

rådgiver fra PenSam være at træffe på vores kontor i Skanderborg 15. dec. kl. 14.30-15.30. Såfremt du ønsker en samtale, kan det aftales med PenSam på 44 39 33 31.

Social- og Sundhedssektoren inviterer til rundvisning på Snoezel-huset Guldhornet, Sølund, Dyrehaven 10, Skanderborg 31. jan. kl. 17-18. Efter rundvisningen er FOA vært ved et let måltid i FOA Huset, Villavej 12, Skanderborg. Tilmelding efter først til mølle-princippet på 46 97 20 20 senest 24. jan.

Seniorklubben afholder nytårsskur 10. jan. kl. 12 i FOA Huset, Dalgasgade 24, Silkeborg. Medlemspris: 100 kr. Gæster: 150 kr. Tilmelding senest 8 dage før på 46 97 20 20.

Skive

Seniorklubben afholder nytårsbanko 26. jan. kl. 14 i FOAs mødelokaler, Jægervej 12, Skive. Pris: 50 kr. inkl. kaffe og 3 plader. Derudover kan der købes 3 plader for 10 kr. Husk seneste tilmelding 23. jan.

Svendborg

Kost- og Servicesektoren holder generalforsamling 18. jan. kl. 17 i FOA Svendborgs lokaler, 3. sal. Dagsorden iflg. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren i hænde senest 7. dec. Forslag: Nedlæggelse af sektoren og beslutning om dannelse af ny fælles sektor sammen med nuværende Social- og Sundhedssektor. Valg til afd. best.: 1 medlem for 2 år. Valg af faggruppe-repræsentanter – Køkken: Hanne Petersen. Højskoler og private: Mia Jensen. Kantinedelere: Lisbet Schack. Service-ass.: Vakant. Rengøring: Vakant. Rengøringsledere: Vakant. Der er ingen pladser for statsansatte og vaskeri.

Teknik- og Servicesektoren holder generalforsamling 27. jan. kl. 16. Der er spisning kl. 18. Afholdes i FOA Svendborg, Møllergade 56, Svendborg, i mødelokalerne på 3. sal. Dagsorden iflg. lovene.

Social- og Sundhedssektoren holder generalforsamling 9. febr. kl. 18 i FOA Svendborgs lokaler, 3. sal. Dagsorden iflg. lovene.

Pædagogisk Sektor holder generalforsamling 15. febr. kl. 18 i FOA Svendborgs lokaler, 3. sal. Dagsorden iflg. lovene.

Sønderjylland

Afdelingen inviterer alle vores medlemmer og familie til en fornøjelig tur til julemarked i Hamborg 1. og 3. dec. Afgang fra afdelingen kl. 9.30 og hjemkomst kl. 22. Pris pr. medlem: 150 kr., ikke-medlemmer: 180 kr. Der er mulighed for et 'havne-cruise'. Pris: 100 kr. pr. person, som betales ekstra sammen med turens billetpris. Betaling på konto: 5362 – 355 999.

Husk at meddele os, hvis du vil med på havne-cruisen ved tilmelding og navn, cpr-nr. samt hvilken af de to datoer, du ønsker at deltage. Der er et begrænset antal pladser – så først til mølle-princippet gælder her. Seneste tilmelding 14. nov. på 46 97 35 00. Afdelingen afholder hobbyudstilling 5.-6. nov. kl. 10-16. Kom og få inspiration til at udfordre din kreativitet. Kom til juleteater 26. nov. kl. 15 og se forestillingen *Den drilagtige nisse*. Der serveres kaffe, æbleskiver og sodavand til børnene. Julemanden uddeler juleposer til børnene. Begrænset antal billetter.

Pris: 30 kr. pr. person. Tilmelding senest 7. nov. på 46 97 35 00. It-intro-kursus i afdelingens it-lokaler 13. dec. kl. 9-14. Begrænset antal pladser. Tilmelding senest 7. dec. på 46 97 35 00.

Social- og Sundhedssektoren. Generalforsamling 8. febr. kl. 17.30-18.30 med spisning på Agerskov Kro. Generalforsamlingen starter kl. 18.30. Dagsorden iflg. lovene. På valg: sektorformand Vera Jensen (for 4 år) – modtager genvalg, valg til bestyrelsen (for 3 år): Eva Schultz, Eva Strandbygaard, Gun-Britt Hansen, Birgit Boisen, Ena Drimer – modtager



Vi har mange dagvagter i hjemmeplejen og søger derfor;

• Sosu-hjælpere

Ring til os allerede i dag for at høre mere om dine muligheder.

☎ 39 69 10 89

www.personalegruppen.dk

FOA-afdelinger

FOA – Fag og Arbejde
Staunings Plads 1-3
1790 København V.

Telefon: 46 97 26 26
Telefax: 46 97 23 00
foa.dk

Kontortid:
Mandag-torsdag: 8.30-16.00
Fredag: 8.30-15.00

FOA-afdelinger:

Afd. 1: 46 97 11 00
foa1@foa.dk
Bornholm: 46 97 33 13
bornholm@foa.dk
Brønderslev: 46 97 10 30
broenderslev@foa.dk
Esbjerg: 76 10 93 50
esbjerg@foa.dk
Frederikshavn: 46 97 11 70
frederikshavn@foa.dk
Frederikssund: 46 97 12 00
frederikssund@foa.dk
Guldborgsund: 46 97 17 50
guldborgsund@foa.dk
Herning: 46 97 12 60
herning@foa.dk
Hjørring: 46 97 13 46
hjoerring@foa.dk

Holbæk: 46 97 14 00
holbaek@foa.dk
Holstebro: 46 97 14 14
holstebro@foa.dk
Horsens: 46 97 14 55
horsens@foa.dk
Kolding: 46 97 15 76
kolding@foa.dk
KLS: 46 97 15 00
kls@foa.dk
Køge: 46 97 16 00
koerge@foa.dk
Lillebælt: 46 97 36 10
lillebaelt@foa.dk
LFS: 35 44 45 46
lfs@lfs.dk
Lolland: 46 97 30 00
lolland@foa.dk

Mariagerfjord: 98 51 21 11
mariagerfjord@foa.dk
Midtsjælland: 46 97 19 70
midtsjaelland@foa.dk
Nordsjælland: 46 97 33 90
nordsj@foa.dk
Nordvestsjælland: 46 97 14 77
nordvestsj@foa.dk
Odense: 46 97 18 00
odense@foa.dk
Randers: 46 97 19 00
randers@foa.dk
Roskilde: 46 97 19 90
roskilde@foa.dk
Silkeborg-Skanderborg:
46 97 20 20
silkeborg-skanderborg@foa.dk

genvalg – samt Babette Gad og Anne Margrethe Giese – modtager ikke genvalg. Indkomne forslag – herunder forslag til valg – skal være senest 21 dage før generalforsamlingen. Ved deltagelse i spisningen er tilmelding nødvendig.

Seniorklubben. Juleafslutning 8. dec. kl. 14 i afdelingens lokaler, tilmelding senest 2. dec. på 46 97 35 00. Foredrag og underholdning i FOAs mødelokaler 16. jan. kl. 14. Tilmelding senest 9. jan. på 46 97 35 00. Generalforsamling 23. febr. kl. 14. Starter med et stykke brød kl. 13, dagsorden iflg. vedtægterne, bagefter er der pakkeleg. Tilmelding på 46 97 35 00 senest 16. febr. Da vores midler ikke er steget, men udgifterne stiger, vil der fremover blive opkrævet 20 kr. for kaffe for medlemmer, mens ikke-medlemmer skal betale 30 kr.

Frederikssund

Seniorklubben afholder julefrokost 14. dec. kl. 12. Traditionen tro slutter året med vores hyggelige julefrokost med efterfølgende lotteri og en lille overraskelse.

Pris: 200 kr. for lækker mad, en øl/vand/snaps. Sidste tilmelding/bindeende er 2. dec. Der betales til kassereren på et forudgående møde. 18. jan. kl. 13.30: Tidligere politimand Hugo Mortensen, Aalborg, fortæller om: "Hvordan man kommer gennem livet på trods af usportslig kropsbygning, manglende kvindetæppe og stærkt begrænsede intellektuelle ressourcer".

Roskilde

Afdelingen afholder i lighed med tidligere år juletræsfester 28. dec. hhv. kl. 11, 13.30 og 16 for FOAs medlemmer og deres familie. Der er dans om juletræet og uddeling af godtepose og sodavand til børn. Arrangementet koster efter tilskud fra FOA Roskilde 30 kr. for børn og er gratis for voksne. Tilmelding til afdelingskontoret. Læs mere i afdelingsblad nr. 6/2011 og på afdelingens hjemmeside www.foa-roskilde.dk

Lillebælt

Psykiatriklubben FOA Lillebælt Middelfart afholder generalforsam-

ling 22. febr. kl. 17 på restaurant Asia, Østergade i Middelfart. Efter generalforsamlingen vil der være spisning, som kræver tilmelding

senest 16. febr. til Karen Henriksen på 64 41 39 76/61 39 08 86. Se dagsorden i FOA Lillebælt bladet i februar.



Bliv forsikret blandt ligesindede

GF Hospital og Sundhed er en forsikringsklub specielt for ansatte i sundhedssektoren. Klubben er en del af GF Forsikring og hos os får du bl. a. overskudsdeling på bilforsikringen. Kontakt os og få et godt tilbud på alle dine forsikringer.



GF Hospital og Sundhed · Tlf. 86 17 43 44
www.gf-hospitalogsundhed.dk

om bladet

Forsideillustration:
Niels Aage Skovbo



Medlem af
Danske Specialmedier



Tilsluttet Specialmediernes
Oplagskontrol

Oplag: 212.085/2. årgang
Tryk: Color Print A/S
ISSN: 1901-0222

Redaktionen sluttet:
18. november

Indlæg til 'det sker'
sendes til både Dorthe Møller, dorm@foa.dk og Mark Nixon, mlx@foa.dk
Frist til februar-nummeret:
3. januar

Annoncer:
DANSK MEDIAFORSYNING
Telefon: 70 22 40 88
www.dmfnet.dk

Annoncefrist:
Januar-nummeret:
9. december

Næste nummer udkommer
29. december

Udgiver:



Stauings Plads 1-3
1790 København V
Telefon: 46 97 26 26
Telefax: 46 97 22 90
www.foa.dk · e-mail: foa@foa.dk



Dit fagblad i fire versioner

Vidste du, at dit fagblad udkommer i fire forskellige versioner?

Der er en version til hver af FOAs fire sektorer: På forsiden øverst til venstre står der, hvilken version af bladet der er tale om. Hvis du får en forkert version af bladet, så giv besked til din lokale FOA-afdeling.

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

Viborg: 46 97 30 30
viborg@foa.dk
Aalborg: 46 97 31 31
aalborg@foa.dk
Århus: 89 36 66 66
aarhus@foa.dk
Lokalkontor i Odder: 86 55 21 40

PMF-afdelinger:
PMF afd. 1: 46 97 31 01
pmf-afd1@foa.dk
PMF afd. 4: 43 71 66 90
pmf-afd4@foa.dk
FOA/PMF Kbh. Syd: 46 97 28 50
kbhsyd@foa.dk
PMF Fyn: 46 97 13 13
pmffyn@foa.dk

PenSam
Jørgen Knudsens Vej 2
Postboks 282
3520 Farum
Telefon: 44 39 39 39
Telefax: 44 39 39 40
pensam.dk

quizen

Kontingentsatser 2012

Kan du dit fagblad?

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

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

Send dit svar til: brevkasse@foa.dk senest den **15. december**.

Du kan også besvare quizen online på **foa.dk/quiz**.

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizen i Fagbladet FOA nr. 11 blev **Else Andersen, Frederikshavn**.

1. I gennemsnit er reallønnen for FOAs medlemmer faldet med:

- A. 1 procent
- B. 2 procent
- C. 3 procent

2. Hvor meget får du fra PenSam ved kritisk sygdom?

- A. 100.000 kroner
- B. 50.000 kroner
- C. 25.000 kroner

3. Hvor mange stillinger er der forsvundet i det offentlige på et år?

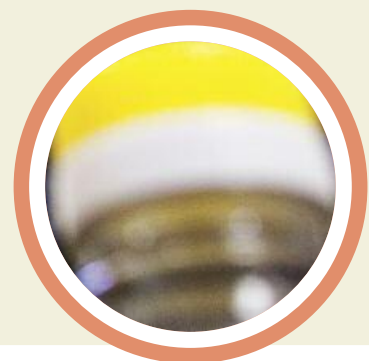
- A. 8.000
- B. 17.000
- C. 25.000

4. Hvor mange penge blev Milka Bilde Andersen anklaget for at have stjålet fra en beboer?

- A. 200 kroner
- B. 300 kroner
- C. 400 kroner

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

- A. Solopgang på Mars
- B. Låget på en flaske spiseolie
- C. En vågelampe



Af Maj Dahl-Rasmussen

Medlemstype	Forbund bidrag	A-kasse bidrag	Efterløn bidrag
Fuldtid	145,50	453,00	460,00
Deltid	126,00	343,00	306,00
Deltid under 15 timer pr. uge, kun forbund	78,00		
FOA-udd. grundforløb på SU, kun forbund	0,00		
FOA-elev, ej dim.udd. med elevløn	65,00	330,00	460,00
FOA-elev med jobplan eller samlet indtægt over max. dagpenge	145,50	453,00	460,00
FOA-elev dim.udd. under 30 år, elevløn	65,00		460,00
FOA-elev dim.udd. under 30 år, voksnelevløn	145,50	123,00	460,00
FOA-elev dim.udd. fyldt 30 år elevløn, skal betale efterlønsbidrag	65,00	0,00	460,00
FOA-elev dim.udd. fyldt 30 år voksnelevløn, skal betale efterlønsbidrag	145,50	123,00	460,00
I ikke dim.udd. uden for FOAs område (med hvilende fagligt medlemskab)	0,00	453,00	460,00
I dim.udd. uden for FOAs område, under 30 år	145,50	123,00	460,00
I dim.udd. uden for FOAs område, fyldt 30 år betaler efterlønsbidrag	145,50	123,00	460,00
I dim.udd. uden for FOAs faglige område, fyldt 30 år uden efterlønsbidrag (med hvilende fagligt medlemskab)	0,00	453,00	
Ung i huset	78,00	453,00	460,00
Au-pair	26,50	453,00	460,00
Unge under 25 år, ½ dagpengesats, fuldtid	78,00	256,00	460,00
Unge under 25 år, ½ dagpengesats, deltid	68,00	212,00	306,00
Kontanthjælpsmodtager i jobtræning	78,00	453,00	460,00
Efterløn, fuldtid	145,50	438,00	
Efterløn, deltid	126,00	333,00	
Pensionist under 65 år	17,50		
Pensionist over 65 år	7,50		

Hvis en rubrik er udfyldt med nul, betyder det, at der ikke skal betales kontingent for medlemskabet.

Hvis en rubrik ikke er udfyldt, betyder det, at man ikke har medlemskab i kategorien.

Kontingent til afdeling og klub fastsættes lokalt.

På din opkrævning for januar kan du aflæse de enkelte kontingentandele.

Stress

rammer individuelt men
**skal løses i
fællesskab**

Tag snakken på arbejdspladsen
og kom videre sammen på:

www.fraStresstilTrivsel.dk



Scan koden
og se tv-spottet med
Jacob der møder
chefen i elevatoren.





PAU som GVU

Pædagogisk assistentuddannelse som grundlæggende voksenuddannelse

- Er du min. 25 år gammel?
- Har du min. 2 års erhvervserfaring fra en børneinstitution, dagpleje eller anden pædagogisk erfaring
- Er du i arbejde eller kan du få en handleplan fra et jobcenter og
- Har du skolekunderskaber svarende til grundskolens afgangsniveau i fag, der er relevante for uddannelsen

Næste hold starter den 1. marts 2012 og slutter 15. maj 2013.

Det koster ikke noget at gå på uddannelsen, men du skal forvente udgifter til undervisningsmaterialer på ca. 2.200 kr.

Din evt. arbejdsgiver kan søge VEU godtgørelse til GVU.

GVU kan indgå i din handleplan fra jobcentret.

Hent et ansøgningsskema på www.sosuc.dk eller ring til SOSU C og få et tilsendt 4322 6060.

Før du starter på PAU/GVU, vil du blive indkaldt til en samtale.