



FAGBLADET FOA

Ledere skiftes ud på stribe
**TINA HAVDE
SYV CHEFER
PÅ TRE ÅR**

SIDE 28

**FÅ GODE RÅD
TIL GRATINKOST**

SIDE 17

BETTINA LYNGE OG KOLLEGERNE HOLDER SAMMEN PÅ OPERATIONSANGANGEN:

**VI KNOKLER
HELE DØGNET**

SIDE 20



LYT TIL FAGBLADET FOA



UNDGÅ AT BRÆNDE UD

Bare tre minutters pause kan gøre en kæmpe forskel

Det kan være svært at finde tid til pauser i et hektisk arbejdsliv. Men de er enormt vigtige.



SEX OG HUDSULT

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

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



VÆKKE ELLER EJ?

Myter og amnestuesnak forstyrrer børns søvn

Der er mange holdninger til, hvordan og hvornår små børn skal sove. Find ud af, hvad der er op og ned.



KAN VI FEJRE UDEN GUF?

Dagtilbud har sagt farvel til, at børnene deler ud til fødselsdage

Hvordan reagerer børn og forældre på, at kage og andre lækkerier er taget ud af fejringen?



MÅ DE LEGE DOKTOR?

Onani og numselege i børnehaven kan skabe panik

Hvad er naturligt, og hvad skal man reagere på, når børn udforsker deres kroppe?



BOOST DIN LOKALLØN

Der kan være lønkroner at hente med et særligt fokus på lokalløn

Hvis du kunne tænke dig at presse på for at få noget mere i løn, så skal du lytte med i dette afsnit.



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



SNAPSHOT
**EN TRAVL DAG PÅ
OPERATIONS-
GANGEN**
SIDE 20

INDHOLD

- 4 Chefredaktørens leder**
- 6 Fag og fremtid**
Mandlige serviceassistenter får mere i lokalløn end kvinder
- 8 FOKUS Privat pleje**
Tilsyn viser problemer med kvaliteten på friplejehjem
- 14 Interview**
KL-formand Martin Damm:
Nu skal der være færre regler
- 16 Groft sagt**
- 17 Forskerzonen**
Dysfagi - sådan bliver synkevenlig mad indbydende
- 18 Striiben & Medlem til medlem**
- 20 Snapshot**
Serviceassistenter er det lim, der får operationsgangen til at fungere
- 24 Fagligt talt**
- 26 Brug FOA**
Timelønnet fik penge tilbage og fastansættelse
- 28 INDBLIK Ledelse i svingdøren**
Mange ledelsesskift går ud over arbejdsglæden
- 34 Tæt på**
Sådan undgår du håndeksem
- 36 Interview**
Mød Mia Kristina Hansen, som efter tragisk drabssag blev talsperson i psykiatrien
- 41 Kollegakram**
- 43 Min vej**
Sporskifte gav Bente ny mening i jobbet
- 44 A-kassen**
Tag uddannelse med forhøjet dagpengesats
- 46 Quiz**
- 48 Det sker**
- 50 Mad på farten**

FAG & FREMTID
HER FÅR MÆND OG KVINDER DET SAMME I LOKALLØN
SIDE 6



**FORSKER-
ZONEN**
SÅDAN BLIVER
DYSFAGIMAD
LÆKKERT
SIDE 17

**PÅ ET TIDSPUNKT HAVDE VI FIRE, DER GIK PÅ BARSEL SAMTIDIG.
FIRE NYE KOM TIL, HVOR TO AF DEM REJSTE IGEN. SIDE 28**

TINA WESTERHOLM JENSEN

SOSU-ASSISTENT – OM DEN VOLDSSOMME PERSONALEUDSKIFTNING PÅ HENDES ARBEJDSPLADS

FOA

Ansv. chefredaktør Gitte Hejberg
gith@foa.dk · 46 97 24 58

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

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

GANG I SVINGDØREN

VELKOMMEN | Mange FOA-medlemmer oplever, at der alt for ofte skiftes ud på ledelsesposterne på deres arbejdsplads. To ud af fem medlemmer fortæller i en ny undersøgelse fra FOA, at de har haft tre eller flere ledere på fem år. Det tyder på, at en del chefer ikke når at blive fortrolige med deres nye rolle og opbygge en god relation til medarbejderne, før de er ude af døren igen.

Fagbladet FOA sætter i dette nummer svingdørs-ledelsen i fokus. Vi har blandt andre talt med social- og sundhedsassistent Tina Westerholm Jensen, der har taget imod ikke mindre end syv nye plejecenter-chefer på tre år. Og den ottende er tilmed på vej. Tina og kollegerne har mærket de mange skift på egen krop – blandt andet i form af usikkerhed, stress, sygemeldinger og oplevelsen af dalende faglighed.

Gennemtræk på chefkontorerne kommer oftest med en pris – for cheferne, for medarbejderne og for borgerne.

Den nye undersøgelse viser, at relationen til ens nærmeste leder – forståeligt nok – svækkes i takt med antallet af ledere, man har haft i de seneste år. På samme måde daler oplevelsen af, om chefer er tilgængelige og kan støtte en. Det kan føre til, at der også kommer mere gang i svingdøren blandt medarbejderne. Altså en ond spiral.

Der er derfor meget at vinde ved at styrke lederne og deres chance for at lykkes i jobbet. For eksempel er det oplagt at se nærmere på, hvor mange medarbejdere en leder reelt bør have i direkte reference. I dag har en leder i ældreplejen i snit personaleansvar for hele 55 medarbejdere, hvilket gør det svært at være en god, synlig og nærværende leder for alle. ★

Gitte Hejberg
GITTE HEJBERG
ANSV. CHEFREDAKTØR

”

DER ER DERFOR
MEGET AT VINDE
VED AT STYRKE
LEDERNE OG DERES
CHANCE FOR AT
LYKKES I JOBBET.

X

@GITTEHEJBERG



LÆS MERE
OM LEDERE
SIDE 28

HVAD MENER DU?

Hvad er en god leder for dig?

AF EMMA BOJE CARLSEN OG
ELINE KEDISHE ØSTERGAARD
FRANK

Skal have overblik

Keld Præstegård S. Steffansen
Teknisk serviceassistent,
Nørre Nebel Skole SFO



”Det er en, jeg kan stole på og er samarbejdsvillig. Det skal være en, der har overblik og er god til at informere om fremtidsplaner. Han må ikke være sådan en Karl Smart, som lover guld og grønne skove og ikke kan stå ved det.”

Nærvær er vigtigt

Kim Henriksen
Ambulanceredder,
Region Syddanmark



”En god leder for mig er en, som er nærværende. En, der lige er der til at sige godmorgen, når der er mulighed for det. Det, synes jeg, er en stor ting, at de er tilgængelige, og at man kan ringe til dem. At man har en fortrolighed med dem.”

Ser folk i øjnene

Fritz Kjær
Ambulanceredder,
Region Syddanmark



”En god leder passer på sine medarbejdere, holder øje med dem og ser dem i øjnene, om de har det godt. Man kan også være en god leder, hvis man spørger, om der er noget, de kan gøre for at gøre hverdagen nemmere i forhold til familie og fritid.”

FAGTELEFONEN 35 55 55 58

Sparring og rådgivning om stort og småt
– helt gratis og anonymt

Den
pædagogiske
praksis kan være
dilemmafyldt

BØRNS
VILKÅR

Mænd scorer mest i lokalløn

I de fleste 'velfærdsjob' scorer mænd flere lokale lønkroner end kvinderne. Sådan er det også for serviceassistenter, men ikke husassistenter.

AF RASMUS HANDBERG | FOTO: RASMUS BREUM



SÅDAN GJORDE VI

Fagbladet FOAs opgørelse er lavet på baggrund af løndata fra Kommunernes og Regionernes Løndatakontor (KRL) for april 2023. Kun faggrupper ansat i kommune og region med mindst 100 mandlige og 100 kvindelige medarbejdere (omregnet til fuldtid) i de 2 ydergrupper (0-4 års anciennitet og +10 års anciennitet) indgår i opgørelsen. Af den årsag er der flere af FOAs faggrupper, der ikke er med i opgørelsen.



Scan koden
og se tallene



vis du er kvinde og arbejder på et sygehus, får du – med en vis sandsynlighed – mindre i løn end dine mandlige kolleger. Og der er en god chance for, at lønforskellene vokser i løbet af din ansættelse.

En mandlig serviceassistent med mindst 10 års anciennitet får eksempelvis i gennemsnit næsten 900 kroner mere i løn end sin kvindelige kollega med samme erfaring. Den primære forklaring er, at mændene får mere i lokalløn. Det viser en opgørelse, som Fagbladet FOA har lavet på baggrund af data fra Kommunernes og Regionernes Løndatakontor (KRL).

'Mandetillæg'

Lønforskellene overrasker ikke Helle Holt, seniorforsker i VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Allerede for 11 år siden lavede hun en undersøgelse, der dokumenterede, at mænd

i en række jobs fik lokale løntillæg, der ifølge forskeren dybest set kunne karakteriseres som 'mandetillæg', der bunder i en stereotyp opfattelse af køn.

"Der er en tilbøjelighed til, at funktioner, som mænd typisk varetager, giver et tillæg, mens funktioner, som kvinder typisk varetager, er gratis," siger Helle Holt.

Lønforskel størst i Region Midtjylland

Serviceassistenter lønforskel er størst i Region Midtjylland, hvor knap 1.000 kroner adskiller kønnene. I en mail forklarer regionen forskellen med, at man har 'udbredt serviceassistentkonceptet' ved løbende at erstatte portører, rengøringsassistenter og husassistenter med erhvervsuddannede serviceassistenter.

"I den forbindelse kom portørerne, der hovedsageligt er mænd, og rengøringsassistenterne, der hovedsageligt er kvinder, over med deres eksisterende lønniveau,

HUSASSISTENT PIA NIEMANN VENNIKE:

HER ER DER IKKE FORSKEL PÅ MÆND OG KVINDER

En gang om året, altid i april og maj, mødes tillidsrepræsentant og husassistent Pia Niemann Vennike med ledelsen for at forhandle lokalløn for de omtrent 58 husassistenter i køkkenet på Hvidovre Hospital.

I forhandlingerne spiller køn ingen rolle, og hun er derfor ikke overrasket over, at de lokale lønmidler er så godt

som ligeligt fordelt mellem mandlige og kvindelige husassistenter.

"Når jeg sidder ved forhandlingsbordet, er der ingen forskel på, om man er mand eller kvinde," fastslår hun.

I Region Hovedstaden, som er Pia Niemann Vennikes arbejdsgiver, får kvindelige husassistenter i gennemsnit 1.029 kroner i lokalløn hver måned,

mens mændene får 40 kroner mindre.

"Selvom beløbene er små, er det dejligt at tilhøre en faggruppe, hvor kvinderne ikke får mindre," siger husassistenten.

Vi er generelt ret ydmyge

Pia Niemann Vennike har lagt mærke til, at det forholder sig anderledes i andre faggrupper. For eksempel ser hun, at de



Husassistent Pia Niemann Vennike, der er tillidsrepræsentant for kollegerne i køkkenet på Hvidovre Hospital, er glad for, at mandlige og kvindelige husassistenter stort set får det samme i lokalløn.

og forskellene afspejlede sig i en indplacering med forskellig størrelse på lokallønstillæg. Den forskel tager lang tid at udligne, men vi er nået halvvejs i forhold til overgangen,” lyder det fra Region Midtjylland.

I Fagbladet FOAs opgørelse er det blot to ud af 20 ’velfærdsjob’ i kommuner og regioner, der kan prale af lighed i lokalløn. Ét af de to jobs er regionalt ansatte husassistenter, hvor kvinderne i gennemsnit får 127 kroner mere end mændene.

Åbenhed om løn er vejen frem

Hvis andre fag også skal opnå ligeløn, er den hurtigste vej ifølge Helle Holt åbne lønlistor på arbejdspladsen. På den måde vil den enkelte medarbejder se, hvis én får tillæg for en kvalifikation eller funktion, man selv har uden at blive honoreret.

Thomas Enghausen, FOAs næstformand, er enig i, at større åbenhed er én af vejene til større lighed.

”Vi skal have en diskussion af, hvordan lønmidlerne fordeles, og om der sker en kønsmæssig skævvridning på den enkelte arbejdsplads,” siger han. ★

mandlige kokke er noget mere ’fremme i skoene’ end deres kvindelige kolleger.

”Jeg oplever, at ’vores’ mænd er ganske ydmyge, og det hænger måske sammen med, at mange ikke er etnisk danske. Nogle er for eksempel mere interesserede i et højt engangstillæg, hvor jeg altid forsøger at overbevise om, at det er bedre med faste tillæg,” siger Pia Niemann Vennike og fortsætter:

”Men kvinderne her er også generelt ydmyge. De har en tendens til at være

usikre på, hvad de er værd, og derfor stiller de kun små krav forud for de lokale lønforhandlinger. Jeg prøver altid at fortælle, at man ikke skal sælge sig selv for billigt, og at det er vigtigt, at de kommer på banen med deres argumenter for, hvorfor de fortjener mere.”

Pia Niemann Vennike har været tillidsrepræsentant i seks år, og med bistand fra sin fagforening, KLS, forsøger hun at skabe en større bevidsthed og forståelse for lokalløn blandt køkkenpersonalet.

Som systemet er bygget op, er der dog i ifølge Pia Niemann Vennike en indbygget risiko for, at medarbejdere bliver overset.

”Nogle kan gå i mange, mange år uden at få lokalløn. Det er nærmest skræmmende. Sidste år lykkedes det mig for eksempel at løfte en kollega, der aldrig havde fået lokalløn i løbet af sine 25 år, fordi hun var blevet ’glemt’ af tidligere tillidsrepræsentant og ledelsen. Så jeg forsøger at være særligt opmærksom på dem, der aldrig er blevet løftet.” ★

PRIVAT ÆLDREPLEJE FAR OFTERE KRITIK END KOMMUNALE TILBUD

Næsten hver tredje tilsynsbesøg hos en privat plejeaktør viser større eller kritiske problemer.

FOKUSSIDERNES ER SKREVET AF RASMUS HANDBERG, RAHBN@FOA.DK | FOTO: RASMUS HARGAARD BREUM

Regeringen vil have flere private plejetilbud. Men intet tyder på, at det giver bedre ældrepleje. I hvert fald er det særligt efter tilsynsbesøg hos private tilbud på ældreområdet, at Styrelsen for Patientsikkerhed har fundet alvorlige problemer.

På 30 procent af tilsynsbesøgene hos private plejeaktører er der således fundet enten 'større' eller 'kritiske' problemer. Hos kommunal ældrepleje er andelen 22 procent.

Det viser en gennemgang af Styrelsen for Patientsikkerheds tilsyn på plejeområdet i perioden 2021 til 15. juni 2023, som Fagbladet FOA har fået aktindsigt i.

I VIVE kalder projektchef Pia Kürstein Kjellberg opgørelsen for 'dybt relevant'.

"Der er et stort politisk fokus på ældreplejen, og vi står givetvis overfor at skulle omorganisere hele området, blandt andet fordi det er vanskeligt at rekruttere arbejdskraft. Jeg har ikke set tilsvarende opgørelser før, og det er altid interessant med data, der på forskellig vis belyser forholdene i ældreplejen. Og der er ikke noget, der indikerer, at det private klarer sig bedre end det offentlige, når det handler om patientsikkerhed," siger hun.

Hun pointerer, at det relativt lille datagrundlag – i alt knap 1.000 tilsynsbesøg, hvoraf knap hver femte tilsyn har været hos en privat aktør – betyder, at man ikke kan drage endegyldige konklusioner på baggrund af opgørelsen.

Ældreminister Mette Kierkegaard (M)

har flere gange tilkendegivet, at en ny ældrelov, der 'gentænker ældreområdet' er på vej. I regeringsgrundlaget står der, at man vil 'udvide det frie valg, så private leverandører får flere muligheder for at levere ældrepleje'.

Halvdelen havde problemer

Men intet i tilsynsdata indikerer altså, at flere private plejetilbud er lig med bedre kvalitet. Tværtimod er det særligt efter besøg på friplejehjem, at Styrelsen for Patientsikkerhed har givet kritik. Her afslørede 21 ud af i alt 48 – altså tæt på halvdelen – af tilsynsbesøgene alvorlige problemer, viser Fagbladet FOAs gennemgang.

Ved et tilsyn hos et friplejehjem tidligere på året gav styrelsen for eksempel på grund af 'kritiske pro-



→ blemer for patientsikkerheden' et midlertidigt forbud mod at lade nye beboere flytte ind.

Professor Tine Rostgaard, der forsker i ældrepleje ved Roskilde Universitet, kalder den høje andel af påbud til friplejehjem for 'interessant'.

"I den politiske debat bliver friplejehjem nogle gange fremstillet som bedre end de kommunale. Men den måde, vi måler kvalitet på i tilsynene, kan ikke umiddelbart understøtte, at private tilbud er bedre end kommunale eller omvendt for den sags skyld. Derfor bør man fra politisk side være påpasselig med at brande et særligt ejerforhold, og i stedet diskutere ældreplejen mere nuanceret," siger Tine Rostgaard.

FOA: Ja tak til flere nuancer

I FOA håber sektorformand Tanja Nielsen, at tallene kan bidrage til flere nuancer i debatten om ældrepleje.

"Friplejehjem er gode til at profilere sig selv og deres værdier, ligesom flere politikere igen og igen fremhæver friplejehjem. Og så opstår der hurtigt en idé om, at de er bedre end de kommunale plejehjem. Men ud fra tilsynene er der intet, der tyder på, at det er tilfældet. Jeg er faktisk overrasket over, at der har været problemer på så mange friplejehjem," siger Tanja Nielsen.

Styrelsen for Patientsikkerhed ønsker ikke at medvirke i et interview på baggrund af Fagbladet FOAs opgørelse. I september udgav styrelsen sin egen gennemgang af tilsynsdata. Den viste, at hvert fjerde tilsyn med ældreområdet afslørede større eller kritiske problemer.

"Vi ser, at rigtig mange plejecentre og hjemmeplejeeenheder har problemer med at leve op til minimumskravene for patientsikkerhed og den basale pleje," konstaterede Anette Lykke Petri på styrelsens hjemmeside og stemplede det som 'utilfredsstillende'. ★



7 UD AF 11 FRIPLEJEHJEM FIK KRITIK

Når det kommer til friplejehjem, har meget af kritikken været rettet mod Danske Diakonhjem, der er den største aktør inden for friplejehjem.

I alt har Styrelsen for Patientsikkerhed besøgt 11 friplejehjem under Danske Diakonhjem i perioden 2021 til 15. juni 2023. På 7 af dem har styrelsen i mindst ét tilfælde fundet 'større' eller 'kritiske' problemer.

Det er "på ingen måde tilfredsstillende," erkender diakonhjemchef Mette Toft Thorsen. I dag er alle påbud til Danske Diakonhjem ophævet.



Læs historien
på fagbladetfoa.dk





Bente Christensen (i midten) er som lokalformand for Ældre Sagen jævnligt i kontakt med beboere på friplejehjemmet Attendo Lærkevej og deres pårørende – her Bente Pagh (tv.) og Anita Jørgensen, som til Fagbladet FOA fortæller om svigt og stor udskiftning i personalet.

”Hvis det havde været kommunalt, kunne vi have bedt kommunen om at gøre noget”

Der er alvorlige problemer på friplejehjemmet Attendo Lærkevej ifølge en række dokumenter og kilder.

Indtørret afføring på sengetøj. Ingen reaktion på nødkald. Fejlfuld pleje. Ældre, der sidder længe i fyldte bleer. Stort forbrug af ufaglærte vikarer, der ikke er tilstrækkeligt oplært.

Det er alvorlig kritik, der fra flere sider – blandet andet Ældre Sagen i Frederikssund – rettes mod friplejehjemmet Attendo Lærkevej i Frederikssund. Derudover har Styrelsen for Patientsikkerhed i flere tilfælde de seneste år konstateret ’større’ eller ’kritiske’ problemer med patientsikkerheden på plejehjemmet.

”Jeg er dybt bekymret. Det er ikke blevet bedre trods de mange anmærk-

SÅDAN ARBEJDER TILSYNET

Styrelsen for Patientsikkerhed fører to forskellige tilsyn på ældreområdet:

- Det sundhedsfaglige tilsyn (efter sundhedsloven)
- Ældretilsynet (efter serviceloven)

Efter et tilsynsbesøg vil styrelsen komme med en af følgende fire vurderinger: Ingen problemer, mindre problemer, større problemer eller kritiske problemer.

Når der konstateres problemer ved sundhedsfaglige tilsyn, handler det om patientsikkerheden. Mens det handler om kvaliteten af den social- og plejefaglige indsats, når ældretilsynet finder problemer.

Afslører et tilsyn større eller kritiske problemer, giver styrelsen stedet et påbud, der indeholder krav om, hvad der skal forbedres. Styrelsen kommer på opfølgende tilsyn, og påbuddet ophæves først, når nyt tilsynsbesøg viser, at problemerne er løst.



Læs mere
stps.dk

→ ninger, stedet har fået efter tilsynsbesøg,” siger Bente Christensen, der som lokalformand for Ældre Sagen løbende bliver kontaktet af bekymrede beboere og pårørende.

To af de pårørende – Anita Jørgensen og Bente Pagh – og én beboer, der ikke ønsker at stå frem med navn, uddyber kritikken til Fagbladet FOA. De føler vrede, fortvivlelse og magtesløshed over forholdene – men det er vigtigt for dem at understrege, at deres kritik ikke er møntet på medarbejderne.

”De løber stærkt og gør det så godt, de kan. Men de har ikke en jordisk chance, når der ikke er tilstrækkeligt med fast personale,” opsummerer Bente Christensen.

”Det er den øverste ledelse i Attendo, der har svigtet, ikke personalet,” siger Bente Pagh, hvis mor flyttede ind på Attendo Lærkevej dagen efter, det åbnede i juni 2019.

De to pårørende og beboeren fortæller om kritisabel hjælp og pleje, der i deres optik skyldes mange ledelsesskift – på fire år har der været seks forskellige ledere – og et højt forbrug af vikarer som resultat af, at mange faste medarbejdere har forladt plejehjemmet.

Venter på svar på nødkald

Rekrutteringsudfordringer fylder også i de to seneste tilsynsrapporter fra Styrelsen for Patientsikkerhed. Næsten en femtedel af stillingerne pr. 1. juni i år var ubesatte, fremgår det i seneste rapport.

Kun blevet værre

Bente Christensen

Formand for Ældre

Sagen i Frederikssund



Bare i dag har tre beboere ringet til mig for at fortælle, at de ikke får den hjælp, de har brug for, og at det kun er blevet værre, efter endnu en leder er stoppet i slutningen af august.

Ingen kom ved nødkald

Bente Pagh

Pårørende



Min mor ringede en dag til mig, fordi hun ikke kunne få luft. Hun havde trykket nødkald, men ingen kom. Heldigvis svarede de telefonen, da jeg ringede.

Der er ikke styr på det

Anita Jørgensen

Pårørende



For nylig havde jeg min mor med til en familiefest, hvor aftenvagten ringede og spurgte, hvor hun var, fordi dagvagten ikke havde givet besked. Den slags fejl sker hele tiden, fordi der er så stor udskiftning.

Jeg kunne ikke mere

Lykke Jensen

Tidligere ansat og tillidsrepræsentant



Jeg har været ude for, at jeg var den eneste, der var fastansat ud af de 12, der var i aften-vagt. Og jeg har oplevet pårørende græde over endelig at se et kendt ansigt. Til sidst kunne jeg ikke mere.



Læs interview med Lykke Jensen

Til Fagbladet FOA fortæller beboeren også om at vente på hjælp i timevis efter at have trykket på sit nødkald:

”Det har jeg prøvet flere gange. Det længste, jeg har ventet, var fra klokken tre om natten til seks om morgenen. En anden dag trykkede jeg, fordi jeg skulle på toilettet. Der gik halvanden time, før jeg fik hjælp, og så lavede jeg altså i bukserne.”

Bente Pagh nikker genkendende til svigtende nødkald og skiftende vikarer med ringe faglighed. Hendes mor sover med en maske, der hjælper med at udskille ophobet kuldioxid. Uden den risikerer hun at blive forgiftet, fortæller hun.

”Flere gange om ugen får min mor ikke sin inhalationsmedicin, og så må jeg give den. Og for et par uger siden oplevede jeg, at min mors maske var forkert sat på. Jeg skal ikke have en tilfældig vikar til at sætte masken på, så jeg tager derop morgen og aften, og så er jeg ved at oplære nogle af de medarbejdere, jeg har tillid til,” siger hun.

Løber panden mod en mur

De to pårørende har gentagne gange forsøgt at råbe ledelsen op – men til ingen nytte, siger de.

”Efter den seneste leder blev sparket ud, skrev jeg en skrap mail til den nye leder, men jeg har ikke fået svar,” siger Anita Jørgensen.

”Man får en salgstale om, at det bliver lige så fantastisk, som det åbenbart er i Sverige med god mad og aktiviteter i massevis på deres plejehjem derovre.



ATTENDO: "VI FØLER, AT VI ER PÅ RETTE VEJ"

Marie Hindrikson, virksomhedschef i

Attendo, har ikke ønsket at stille op til interview, men har sendt dette svar:

"Vi arbejder aktivt på at ansætte flere medarbejdere for at få den kontinuitet, som virksomheden har brug for. For en måned siden har vi også fået en ny ledelse på stedet, som nu laver de ændringer, der skal til, så vi har de forudsætninger, der kræves for at kunne drive en god plejevirksomhed. Vi gennemgår også introduktionsplaner for at sikre, at medarbejderne har den viden, de har brug for, om rutiner og processer, der eksisterer for virksomheden. Den nuværende leder har desuden indført forskellige fora for at muliggøre den vigtige dialog mellem pårørende og lederen og medarbejdere, herunder gennem informations-mails, åbent hus og møder med pårørende. Vi føler, at vi er på rette vej, og at vi sammen med teamet af medarbejdere skaber omsorg, som beboerne har brug for og fortjener."

LOKAL FOA-FORMAND: "JEG ER VIRKELIG BEKYMRET"

Sanne Johansen, formand for Social- og

Sundhedssektoren i FOA Frederikssund genkender beskrivelsen af de udfordringer og bekymringer, som de pårørende til beboere på Attendo på Lærkevej giver udtryk for.

"Jeg er virkelig bekymret for borgerne, men i særdeleshed for medarbejderne, for hvordan kan de på nogen udføre de visiterede ydelser og sikre patientsikkerheden, når der mangler ledelse og uddannede fastansatte medarbejdere. Jeg har løbende været i dialog med tillidsrepræsentanten, som desværre har sagt op, og det fortæller jo, hvor umulige arbejdsforholdene har været. Den svenske ledelse har nu – med et alt for kort varsel – udsendt nye tjenesteplaner, og det vidner jo om, at der strammes op på alt. Det ser vi på i FOA Frederikssund, da der blandt andet kan være tale om indgriben i frihed. Mit indtryk fra mine samtaler med medlemmerne er, at de er dedikerede, og at de trods alle udfordringerne stadig er glade for at arbejde på Attendo, men jeg fornemmer også en modløshed blandt dem."

Fra Attendos side er der ingen erkendelse af, at der er massive problemer," siger Bente Pagh og fortsætter:

"Hvis det havde været et kommunalt plejehjem, kunne vi have bedt kommunen om at gøre noget. Her løber man bare panden mod en mur."

Pårørende klager til kommunen

Hen over sommeren har kommunen modtaget en række henvendelser fra en pårørende, der er stærkt bekymret over forholdene, viser en aktindsigt, som Fagbladet FOA har modtaget.

"Borger havde forsøgt at tilkalde hjælp, men ingen kom. Der er afføring på sengetøjet, som har siddet i en uge, som ikke er blevet skiftet," lyder det blandt andet i kommunens referat af samtalen med den pårørende, der også gentagne gange udtrykker ønske om, at kommunen finder en ny plejehjemsplads.

Styrelsen for Patientsikkerhed skal efter nyt tilsynsbesøg vurdere, om Attendo Lærkevej har løst de massive problemer, der blev afsløret på to tilsynsbesøg tidligere på året. ★

KL-boss: Ja, det kan gøres mere simpelt

Midt i en sparetid er kommunernes formand, Martin Damm, bekymret. Han håber, at der snart for alvor bliver gjort noget ved afbureaukratiseringen.

AF MORTEN BRUUN | FOTO: RASMUS HARGAARD BREUM

Landet over – fra Frederiksberg i øst til Esbjerg i vest – står besparelserne i kø. De rammer både børn, unge og ældre, og i regionerne står det ikke bedre til med hospitalerne.

Fagbladetfoa.dk har i løbet af efteråret dækket nogle af de konsekvenser, det har for borgere og velfærdsmedarbejdere, og har derfor sat Martin Damm i stævne om de kommunale budgetter for 2024.

Ud over at være Venstre-borgmester i Kalundborg er Martin Damm formand for Kommunernes Landsforening (KL).

”Velfærdssamfundet skræver over mere og mere, og vi er ikke engang kommet til det punkt, hvor der for alvor kommer flere ældre. Vi står kun og kigger op ad bakken og kan se, hvordan det knirker,” siger han.

Vil mangle FOAs medlemmer

I KL-formandens optik handler det ekstremt meget om arbejdskraft. Eller rettere mangel på arbejdskraft.

”Hvis jeg gør det lidt firkantet, kommer vi til at mangle rigtig mange af FOAs medlemmer. Og hvad gør vi så? Vi kan ikke løse alle opgaver, hvis vi ikke har hænderne. Men i en tid med nærmest mere end fuld beskæftigelse, kan vi jo ikke bare flytte folk til for

eksempel ældresektoren uden at skabe huller et andet sted. Og hvad gør vi så,” spørger KL-formanden og holder en lille pause, før han nævner et par muligheder:

”Vi skal i hvert fald ikke arbejde mindre. Vi skal heller ikke gå tidligere på pension. Og så er der hele debatten på Christiansborg om udenlandsk arbejdskraft, som jo er kontroversiel.”

De har neglet pengene

Grundlæggende er Martin Damm enig med regeringen i, at tingene kan gøres mere simpelt. Også i kommunerne. Men fra sin stol 99 kilometer stik vest for København oplever han, at debatten om frisættelse og afbureaukratisering kører i ring.

”Vi har snakket om det i hundrede år, men indtil videre har vi til gode at se, at der for alvor sker noget. Og lige pludselig skulle vi så spare på det administrative område,” siger han og henviser til de tre milliarder kroner, kommuner og regioner er blevet pålagt at spare på administrationen for på den måde at finansiere regeringens lønlofte.

”Det er fint for regeringen at sige, at den kommer med en pose penge, men det er ikke en, de selv har skaffet. De har neglet pengene hos os.”

Martin Damm håber, at regeringen skruer op for afbureaukratisering – og i den forbindelse gerne lader sig inspirere af nogle af de regler, KL har givet videre som eksempler på regler uden reel værdi.

”Hvis regeringen går til stålet med frisættelse og afbureaukratisering, er der håb om, vi ikke altid tager pengene fra velfærdsområdet. Det handler kun om, hvorvidt regeringen vil og tør gøre det. Og hvis den ikke tør, er det hyklerisk,” siger Martin Damm og udtrykker et forsigtigt håb om, at blandt andet den kommende ældrelov vil vise regeringens vilje til at være med.

Samtidig anerkender han, at regeringen selvfølgelig er nødt til at holde styr på den offentlige økonomi:

”Det anfægter jeg ikke. Men når man spørger kommunalfolk, er vores største interesse, at vi har en reel chance for at udføre det, man lover på Christiansborg. Der skal være ærlighed ned gennem kædens led. Og ikke som nu, hvor vi som lokalpolitikere ender med at sidde med aben, når der skal lægges budget, og vi må forklare os over for de medarbejdere og borgere, som har tårnhøje forventninger efter at have set nationalt tv.” ★

MOBR@FOA.DK

Ifølge KL-formand Martin Damm har alle kommunalpolitikere en interesse i, at de kan udføre det, regeringen og resten af Folketinget lover.

VELFÆRD PÅ SKRUMP

Siden 2015 er velfærden ifølge en analyse fra Arbejderbevægelsens Erhvervsråd blevet underfinansieret med 22,5 milliarder kroner.

I samme periode er skatterne sænket med 17 milliarder.

"Velstand og velfærd fulgtes ad, indtil vi fik budgetloven. Siden er velstanden fortsat med at vokse, mens velfærden står stille," siger Martin Damm, som er enig i tallene og i øvrigt langt fra er den eneste, der i tidens løb har kigget skævt til budgetloven.

KILDE: ARBEJDERBEVÆGELSENS
ERHVERVSRAÐ



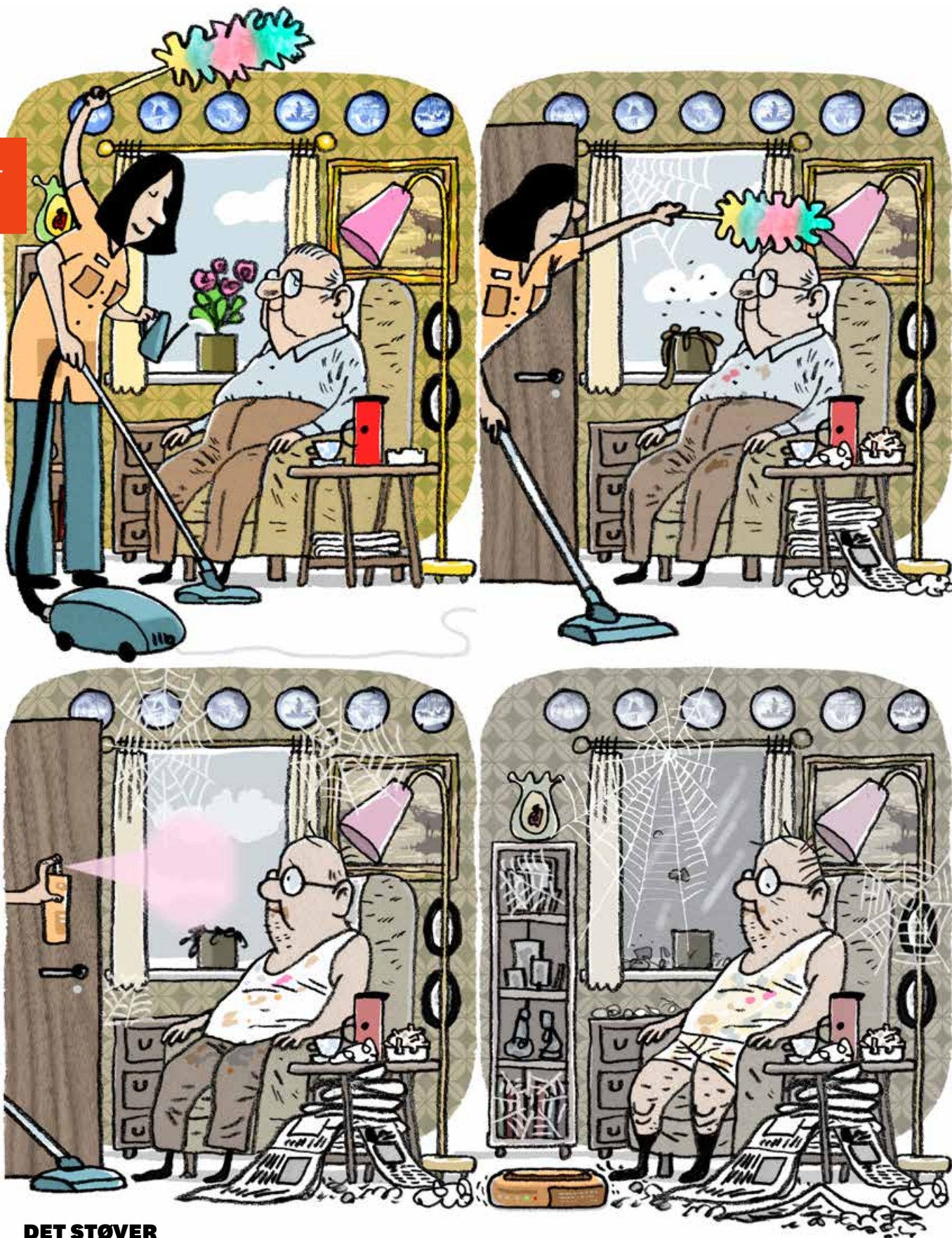
Find Fagbladet FOAs
dækning af kommu-
nernes budgetter

I CV I

Navn: Martin Damm

Alder: 60 år

Job: Venstre-borgmester
i Kalundborg Kommune
siden 2010 og formand
for KL siden 2022



DET STØVER

Borgere, der er visiteret til rengøring, har i løbet af det seneste årti måttet affinde sig med, at der går længere og længere tid mellem, at der bliver støvsuget og vasket gulv. Og den udvikling ser ud til at fortsætte. Hver tredje kommune foreslår, at rengøring hos ældre borgere med hjemmehjælp reduceres til hver tredje eller fjerde uge.

KILDE: ÆLDRE SAGEN

ILLUSTRATION: GITTE SKOV

MAD SPISES FØRST MED ØJNENE

Tapasanretninger og avocado i stedet for fløde. Det er nogle af de fif, som kan gøre maden appetitlig for mennesker med dysfagi, siger seniorforsker.

AF ULLA ABILDTRUP

Præsentationen af maden er altafgørende for borgere med dysfagi, forklarer seniorforsker på Aalborg Universitetshospital Dorte Melgaard, der også er formand for Dansk Selskab for Dysfagi.

Mennesker med dysfagi fejlsynker, så maden kommer i lufttrøret og lungerne i stedet for i spiserøret og mavesækken. Nogle er så svækkede, at de ikke kan holde maden op igen og risikerer lungebetændelse eller i værste fald at blive kvalt.

"Dysfagi kan være forbundet med både smerte og madlede, og derfor er det så vigtigt, hvordan maden ser ud, når den serveres. Hvis der ligger tre klatter på tallerkenen, og man ikke kan se, hvad det er, så er det lige meget, hvor ernæringsrigtig måltidet er. Maden kommer ikke ind i munden," siger Dorte Melgaard.

Tænk i tapas

Dysfagi findes i forskellige grader. De mest svækkede får sondemad, men flertallet kan spise blød kost eller gratinkost, som det kaldes, hvor konsistensen er helt ensartet.

Dorte Melgaard anbefaler at bruge silikoneforme som hjælp til at skabe et genkendeligt udseende.

"Når ærtemosen har været i en silikoneform, ligner det ærter på tallerkenen og kan ikke forveksles med for eksempel wasabi eller broccoli. Det samme gælder kyllingefilet og andre retter. Udseendet og en vis grad af genkendelighed er vigtig for, at borgere med dysfagi har lyst til at spise maden."

Et andet råd er at anrette maden i små portioner:

"Tænk i tapas-anretninger, eller hvis det er i det søde køkken, så server helle tre små petit four-kager end ét stort stykke kage," anbefaler Dorte Melgaard.

Hellere avocado end fløde

Mennesker med dysfagi spiser ofte ikke så meget, så der skal mere fedt og flere proteiner i maden, for at de ikke bliver underernærede.

"Anbefalingen er 50 procent fedt og 18 procent protein i maden, men mange med dysfagi er udfordret i forhold til den fede mad," forklarer Dorte Melgaard.

"De har ikke været vant til at spise fed mad og har måske slet ikke lyst til det. Så man skal ikke bare hælde for eksempel en masse fløde i maden, men forsøge at øge energitætheden på andre måder for eksempel ved at bruge madvarer, der er naturligt fede som avocado," siger Dorte Melgaard.

Hun peger også på, at mange ikke er så vilde med søde sager. Køkkenmedarbejderne skal altså både tænke i tilbud om energitæt mad fra det søde og det salte køkken.

"Det svarer til, at nogle foretrækker ost fremfor en sød dessert efter maden."

Desuden har de fleste dysfagi-patienter brug for lidt mere smag i maden:

"Man kan for eksempel tilsætte en fond med en intens smag eller på anden måde anvende proteiner og fedtstoffer til at ændre sammensætningen af molekyler og dermed også smagsoplevelsen og konsistensen. Det er supervigtigt at være opmærksom på, at ændringer af konsistensen påvirker smagen. Et måltid skal i bedste fald give glæde og livskvalitet," siger forskeren. ★

REDAKTIONEN@FOA.DK



FOTO: PRIVAT

Dorte Melgaard
Formand for Dansk
Selskab for Dysfagi samt
ph.d. og seniorforsker
Aalborg Universitetshospital



BAG OM ORDET

Dysfagi er ikke en sygdom, men et symptom og ses typisk hos borgere med apopleksi, Parkinsons sygdom, demens, cerebral parese, sklerose og hoved-hals-kræft.

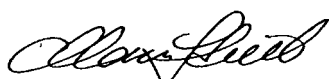
Mennesker med dysfagi fejlsynker, hvilket kan føre til lungebetændelse eller i værste fald kvælning. Udenlandske studier viser, at 60-87 procent af plejehjemsboere har dysfagi.

VI HAR BRUG FOR AT FÅ ALLE MED OMBORD

STRIIBEN | OK24 er lige på trapperne og allerførst tak til alle jer, der har deltaget i medlemsmøder rundt om i landet. Jeres fortællinger og ønsker til overenskomstforbedringer er det grundlag, vi står på, når vi går ind i forhandlingerne. Her op imod OK24 er der oven i hatten en trepartsforhandling i gang om 3 milliarder. Uden skat og tilbageløb giver det 6,8 milliarder i udbetalt løn – under forudsætning af, at alle midler bruges til løn. Det er fastslået, at disse midler ligger uden for reguleringsordningen, og det betyder, at det denne gang IKKE er en fodring med hundens egen hale.

Trepartsforhandlingen er lige startet og måske ikke afsluttet, når du sidder med fagbladet i hånden. Forsinkelsen betyder, at vi er betænkeligt tæt på at skulle udveksle overenskomstkraav med arbejdsgiverne. Før vi kan gøre det, skal vi nemlig blive enige blandt alle faglige organisationer på det offentlige område, om hvilke lønkrav og øvrige krav vi stiller i fællesskab. Det er en svær øvelse, når vi endnu ikke ved, hvad trepartsforhandlingen ender med. Jeg går målrettet efter, at vi løfter den offentlige sektors lønsum. Midler, vi får her, er midler, vi så ikke skal bruge ved OK24-bordet. Jeg gør det med bevidstheden om, at vi ikke kommer til at løfte alle faggrupper med ekstra midler til treparten. Jeg har fuld forståelse for, at det skaber vrede og frustration hos de faggrupper, som ikke er nævnt i regeringens udspil. Det giver os til gengæld bedre muligheder ved OK24, fordi der så er fundet løsninger på blandt andet de rekrutteringspuljer, som arbejdsgiverne har med som krav.

Summa summarum er det nødvendigt at få et godt resultat – både til trepartsforhandlingen og ikke mindst til OK24-forhandlingerne. Derfor har jeg en vigtig opfordring: Fortæl din kollega, at det er nu, at fællesskabet skal styrkes, så vi står stærkt til forhandlingerne. Ærmerne er smøget op, og mundtøjet allerede godt smurt, og det er jer, kære medlemmer, der former mine argumenter. ★


MONA STRIIB
FORMAND

”

**FORTÆL DIN KOLLEGA,
AT DET ER NU, AT
FÆLLESSKABET SKAL
STYRKES, SÅ VI
STÅR STÆRKT TIL
FORHANDLINGERNE.**

X

@STRIIBMONA

MEDLEM
TIL
MEDLEM



LÆR AF HINANDEN



Skal 'plejer' dø – eller skal 'plejer' have lov til at leve under kontrollerede forhold? Da **Fagbladet FOAs podcast** om mødet mellem generationerne blev sendt ud i sensommeren, satte det ild til debatten på Facebook. Find afsnittet på [Fagbladetfoa.dk/podcast](https://fagbladetfoa.dk/podcast) – eller der, hvor du plejer at lytte til podcast.

Helle Bjerregaard Pedersen Hales

Det er skønt, de unge mennesker kommer med en friskhed og tilgang til arbejdet. De hjælpemidler, der er tilgængelige i dag, og måden, tingene skal bruges på, kan de hurtigt se og bruge. Og de er gode til at arbejde smart fremfor hårdt. 🌸

Hella Christensen Harper

Det er så demotiverende, hvis vi ikke lytter til de nyuddannede. De kommer med den sidste ny teoretiske viden, og vi kan sammen spare og bruge/genbruge den nye viden.

Vivian Kynde

Har I min tid indenfor faget mødt mange skønne kolleger med stor faglighed, både nyuddannede og gamle i gårde. Og oftest lærer vi rigtig meget af hinanden og bliver ved med det i hele vores arbejdsliv. Det er der, vi vokser og bliver bedre.

Helle Fredriksen

Jeg synes ikke, det er så slemt mere. Jeg ser selv nyuddannede og elever som en måde at holde mig opdateret på. Da jeg selv var elev, kaldte jeg plejehjem for 'viplejehjem'. Men sådan er det ikke mere.

Anita Leth Jørgensen

Måske er 'plejer' det nemmeste ord at bruge. Når der efter mange faglige vurderinger er fundet nogle værktøjer til at få den bedste hverdag for en dement borger, der ikke tåler alle de forandringer. Så det er ikke altid skidt at gøre, som vi plejer. Når bare det er velovervejet.

Connie Nielsen

Husk at man bliver aldrig for gammel til at lære noget nyt og ikke for ung til at lære af det grå guld – og ja, det går jo begge veje.

Marianne Jensen

Der er stor forskel på ældre medarbejdere. Mange vil gerne samarbejde og lære af de nye medarbejdere og gør det i hverdagen. Men når man har prøvet den ene ændring efter den anden fra politikerne i sine mange år i faget, så kan det være svært at se nogle gange.

**FØLG
OS PÅ**







SNAPSHOT | OPERATIONSGANGEN

Hospitalets superlim

Når der er blod på lamperne fra en operation, eller et amputeret ben skal fragtes til kapellet, er det serviceassistenter som Bettina Lyng, der klarer opgaven. På Nordsjællands Hospital arbejder hun bag kulisserne, mens kirurgerne udfører deres snit. Fagbladet FOA var med en tidlig morgen, hvor opgaverne stod i kø, og telefonen ringede uafbrudt.

AF LAURITS ERIKSEN | FOTO: JØRGEN TRUE

Bettina Lyng er en af dem, man oftest møder på hospitalets lange gange. Alle medarbejdere, uanset funktion, hilser på hende med navn, når hun kommer rullende med en sygeseng, en rengøringsvogn eller som her en røntgenmaskine. "Jeg kan bedst lide at være her om aftenen. Om dagen er der måske 100 medarbejdere på operationsgangen, om aftenen kun 25. Det er langt mere roligt."



Faste. Arbejdstøjet er praktisk, men Bettina Lyngé går stadig med livrem og seler. Morgens første patient fortæller, at hun har spist en smule under sin faste. Bettina reagerer og ringer til en anæstesilæge. "Du må aldrig mere spise, inden du skal opereres" siger Bettina kontant, men med et kærligt blik og en hånd på patientens arm.



Amputerede lemmer. Når en kropsdel amputeres, bliver det lagt i en gul spand, som Bettina Lyngé fragter til hospitalets kapel. Hun transporterer det på et løbehjul, for et ben er tungere, end man lige tror. Fra kapellet bliver et amputeret ben senere sendt videre til forbrænding, medmindre der skal tages for eksempel religiøse hensyn.



ALSIDIGT ARBEJDE

Som serviceassistent på en operationsgang er opgaverne meget varierede. En del af arbejdstiden bliver brugt på rengøring. Resten af vagten går blandt andet med at transportere patienter til operation og at gå med blod og prøver.

Arbejdet kan være hårdt for kroppen. Man skal blandt andet leje patienter og flytte på store maskiner. Ny teknologi har dog gjort arbejdet nemmere. Hospitalet har for eksempel fået benløftere, der kan hejse patienternes ben i en strop. "Engang måtte jeg selv løfte deres ben, og så brændte hele min ryggrad, når jeg kom hjem fra arbejde," siger Bettina Lyngé.

Der er 33 serviceassistenter på operationsgangen – 5 af dem er kvinder.

KILDE: BETTINA LYNGE, SERVICEASSISTENT



Blod. Bettina Lynges telefon bipper, når en operationsstue har brug for hendes hjælp. Pludselig mangler en patient blod. Bettina løber ned til blodudleveringen og får to poser. Med poserne i hænderne løber hun ind på operationsstuen og afleverer det.

Tøjskift. En af Bettinas opgaver er at bestille tøj og klude til patienter og personale. Når kirurgerne arbejder i mange timer ad gangen, sveder de af og til så meget, at de må skifte tøj flere gange under en operation.



Kejsersnit. Der er fem kejsersnit på programmet i dag. Bettina er klar med gulvmoppen, så snart operationen er udført. Den næste mor venter allerede udenfor lokalet. "Efter et kejsersnit ligger der blod fra operationen på gulvet, som vi skal tørre op. Lige i dag er der ikke så meget, men det kan variere fra gang til gang."



Glemmer aldrig. Bettina Lynge fremviser af og til afdøde for deres familie. Hun gør dem i stand og reder deres hår. "Det er aldrig rart, særligt ikke når det er børn. Dengang mine egne børn var små, ramte det ekstra hårdt. Der sker ting her, som man aldrig glemmer."



Lejring. Bettina Lynge lejrer patienterne, så kirurgen kan komme ordentligt til. Der må ikke være tryk på nerver, kar og led. "Nogle gange skal patienten stå op under en operation. Det kan de ikke selv, når de er fuldt bedøvede, så det er os serviceassistenter, der må vende og dreje dem."

PÅ TIDE AT SIGE FARVEL TIL MADVALG

FAGLIGT TALT | Hvert andet år skal forældre stemme om, hvorvidt der skal være madordninger eller ej i deres børns daginstitution. Sådan har det været i 13 år, siden det i dagtilbudsloven blev besluttet, at alle kommuner er forpligtet til, at de med de såkaldte madvalg skal sørge for, at forældre til børn i vuggestuer og børnehaver stemmer om madordninger hvert andet år. Hvis forældrene beslutter, at deres børn skal have hjemmesmurte madpakker i stedet for varm mad i daginstitutionen, mister de madprofessionelle i køkkenet deres job.

Det er en både dum og bureaukratisk ordning. Madordninger bidrager med strukturelle fordele i forhold til trivsel og sundhed, mens madvalg giver ansatte i køkkenerne nogle urimeligt barske ansættelsesvilkår. Derudover rykker madvalget sjældent noget. Kun i ni tilfælde er det sket, at forældrene i et dagtilbud har fravalgt madordningen – blot for at vende tilbage til den igen efter næste afstemning. Og i blot fem tilfælde har forældrene vekslet et ja til frokostordninger til et foreløbig permanent fravalg.

Madvalgene udspringer af, at Folketinget i 2009 vedtog, at alle børn i vuggestuer og børnehaver har ret til et dagligt forældrebetalt og sundt frokostmåltid. Ambitionen var at forebygge overvægt hos de 0 til 6-årige, og derudover handlede det også om at undgå ulighed i sundhed og sikre nærende mad til socialt udsatte børn. Madvalgene er altså et politisk kompromis, der har medført uholdbare arbejdsvilkår for ansatte i daginstitutionernes køkkener og en stor bunke skrivebordsarbejde for ansatte i kommunerne. Det er en ommer. ★

Pia Nielsen
PIA NIELSEN
SEKTORFORMAND

”

MADVALGENE HAR MEDFØRT UHOLDBARE ARBEJDSVILKÅR FOR ANSATTE I DAGINSTITUTIONERNES KØKKENER.

X

@KOSTOGSERVICE



KORT
OG
GODT

FYSISKE BELASTNINGER RAMMER SOCIALT SKÆVT

Personer med kortere uddannelse oplever oftere fysiske belastninger på jobbet end personer med længere uddannelse. Det bekræftes endnu en gang i en ny rapport, hvor Statens Institut for Folkesundhed, SDU, har spurgt knap 5.000 erhvervsaktive danskere i alderen 16-64 år om deres fysiske arbejdsmiljø. Lidt over 60 procent blandt personer med grundskole som længste uddannelse svarer, at de ofte – det vil sige mere end to dage om ugen – udsættes for gentagne og ensidige bevægelser på jobbet. For personer med mellemlang og lang videregående uddannelse gælder det 32 og 26 procent.

KILDE: STATENS INSTITUT FOR FOLKESUNDHED, SDU



Læs mere
kortlink.dk/2mp8t

55%

af al det CO₂-udslip, der kommer fra danske fødevarer, stammer alene fra oksekød.

KILDE: TÆNKETANKEN CONCITO

SAMRÅD OM AU PAIR

I september var den socialdemokratiske udlændinge- og integrationsminister Kaare Dybvad Bek kaldt i samråd om misbrug af au pair-ordningen. Her blev han præsenteret for FOAs 11 forslag til forbedringer af au pair-ordningen, og det kom frem, at der er politisk flertal for at ændre ordningen. Om det sker, er dog stadig uvist.

KILDE: FOA



FOTO: THORLEIF RAVNEBÆK/KOST OG ERNÆRINGSFORBUNDET

Sparer på børnemad

Stadig flere af de kommuner, der har haft frokostmåltidet som en fast del af ydelsen i deres dagtilbud, dropper nu den mulighed. I stedet kører de med den model, hvor forældrene betaler separat for børnenes madordning, og hvert andet år skal stemme om, hvorvidt de vil fortsætte med det eller skifte til madpakker. Det gælder

blandt andre Vallensbæk Kommune, som de næste fire år tjener syv millioner kroner på at hæve prisen på madordningen. "Vi er nødt til at gøre det," siger den konservative borgmester Henrik Rasmussen (th.), som på den årlige maddag mødtes med børne- og undervisningsminister Mattias Tesfaye i daginstitutionen Mejsebo.



TAK FOR MAD – MEGET MAD

Hver dag bliver der serveret mere end en million mellem- og hovedmåltider til plejehjem, daginstitutioner, sygehuse, skoler, fængsler og hos ældre i deres private hjem. Måltiderne fordeler sig blandt andet med 330.000 til børn i dagtilbud, 255.000 til ældre på plejehjem og 65.000 patienter på sygehusene.

KILDE: LANDBRUG OG FØDEVARER



FOTO: RASMUS BREUM

RENGØRINGSASSISTENTER FÅR UARTIG LILLE LØN

Rengøringskoordinator Søs Larsen, plejecentret Verdishave i Københavns Sydhavn, høstede masser af bifald, da hun på et medlemsmøde om de forestående forhandlinger om nye overenskomster talte varmt for et lønløft til hus- og rengøringsassistenter: "Jeg skammer mig over, at de får så lidt i løn. Det er faktisk uartigt," sagde hun og favnede dermed, at kravet om højere løn til de lavestlønnede bliver centralt for FOA ved forhandlingsbordet.

& Læs mere
fagbladetfoa.dk/ok-24-optakt



Jeg tror på, at det er kantiner og offentlige storkøkkener, der er nøglen til, at vi spiser flere bælgfrugter.

EVA BRÄUNER SØRENSEN

KONSULENT I SEGES
til dr.dk om indsatsen for at få flere til at spise bælgfrugter

Scorede både penge og fastansættelse

En sag om løn under sygdom udviklede sig til at handle om både løntjek og ansættelsesforhold. Betina Christensen har i alt fået 130.000 kroner og er blevet fastansat.

AF MORTEN BRUUN | FOTO: MICHAEL BO RASMUSSEN

54%

af alle ufaglærte på sosu-området – eller cirka 11.700 ud af 21.700 – arbejder som timelønnede vikarer og har ikke samme rettigheder og lønudvikling som fastansatte.

KILDE: KRL, NOVEMBER 2022, OG FOA

HUSK AT GEMME AL DOKUMENTATION

Er der tvivl om din løn, er det vigtigt, at du kan dokumentere alt fra dine faktiske timer til overarbejde og korte varslers. Sådan gør du:

- Gem alle lønsedler og time- og saldoopgørelser
- Gem sms'er
- Tag fotos af vagtplanen
- Notér mundtlige aftaler – for eksempel vagter, du bliver bedt om at tage med kort varsel.

KILDE: GITTE CHRISTENSEN, FORMAND FOR SOCIAL- OG SUNDHEDSSEKTOREN I FOA FREDERIKSHAVN

For knap et år siden var Betina Christensen sygemeldt, og hun undrede sig voldsomt, da hun opdagede, at hun ikke længere var registreret som sygemeldt og var fjernet fra vagtplanen.

Dengang arbejdede hun som ufaglært på et plejecenter i Frederikshavn Kommune og optrådte normalt på vagtplanen, ligesom hun også deltog i personalemøder.

Men hun var ikke fastansat. Hun var på timeløn, og derfor havde hun ikke ret til løn under sygdom. Det fandt hun først ud af, da hun klagede sin nød til FOA Frederikshavn. Her fik hun at vide, at hun måtte kontakte jobcentret for at få sygedagpenge.

To sager dukkede op

Det lykkedes. Men dermed var sagen ikke slut. I gennemgangen af Betina Christensens lønsedler opdagede FOA nemlig, at hun havde løn til gode hos kommunen fra en periode, hvor hun havde taget meget ekstraarbejde.

”Jeg har ikke små børn, så jeg sagde ja til mange ekstravagter – ofte dobbelt-vagter. Jeg er jo glad for borgerne, og ville gerne hjælpe mine kolleger.”

Efter FOA gik ind sagen, har Betina Christensen fået tilbagebetalt 120.000 kroner i manglende løn.

Derudover havde hun også krav på at blive tilbudt fastansættelse, fordi hun indgik fast i vagtplanen. Undervejs i forløbet er hun blevet uddannet som social- og sundhedshjælper, og derfor har hun nu både et ansættelsesbrev og uddannelsesbevis.

Skal tilbydes fastansættelse

Gitte Christensen, der er formand for Social- og Sundhedssektoren i FOA Frederikshavn, og har været tæt på håndteringen af sagen, er godt tilfreds med udfaldet.

Oven i de 120.000 kroner for manglende løn har FOA sikret, at Betina Christensen har fået yderligere 10.000 kroner i godtgørelse for det manglende ansættelsesbevis. Det er første gang, at afdelingen har fået medhold vedrørende sådan en tvist.

”Som timelønnet vikar er der tale om, at der er opstået et pludseligt behov for en vikar – man er tilkaldevikar. Ved ansættelse ud over en måned skal man ifølge overenskomsten ansættes på fast månedsløn. Der kan være tale om indi-

”

Som fastansat og nyuddannet nyder jeg, at jeg nu både får en højere løn og har mere indflydelse på mit arbejde.

BETINA CHRISTENSEN
SOCIAL- OG SUNDHEDSHJÆLP



viduelle vurderinger, men her fik vi altså medhold,” siger Gitte Christensen.

Efter der er kommet styr på det hele, har Betina Christensen altså fået en samlet efterbetaling og godtgørelse på 130.000 kroner, og så er hun blevet fastansat.

Nu tjekker jeg lønsedlen

Gitte Christensen er også tilfreds med den efterbetaling, som Betina Christensen fik for de timer, hun ikke havde fået løn for.

”I en forhandling opnår man sjældent alt det, man beder om. Men her er vi landet med et fornuftigt kompromis. Ikke mindst fordi Betina blandt andet hav-

de gemt vagtplaner og sms-korrespondance,” siger sektorformanden og understreger, at både arbejdsgiver og lønmodtager skal have styr på sagerne.

I dette tilfælde har Betina Christensen og hendes leder set hinanden i øjnene og aftalt at kigge fremad. Og Betina Christensen tager et par vigtige pointer med sig:

”Nu tjekker jeg min lønseddel. Hver gang. Det gjorde jeg ikke tidligere. Og som fastansat og nyuddannet nyder jeg, at jeg nu både får en højere løn og har mere indflydelse på mit arbejde, end da jeg var vikar.” ★ MOBR@FOA.DK

Et sygdomsforløb blev startskuddet til en sag, der med FOA Frederikshavns hjælp endte med, at Betina Christensen blev fastansat og fik 130.000 kroner i samlet efterbetaling. Samtidig har hun taget springet fra ufaglært til faglært.



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



LEDER PÅ LEDER

Mange af FOAs medlemmer oplever, at der ofte bliver skiftet ud på ledelsesposterne på deres arbejdsplads. Det går ud over både ansatte og borgere – og det tyder på, at lederne heller ikke altid har optimale forhold.



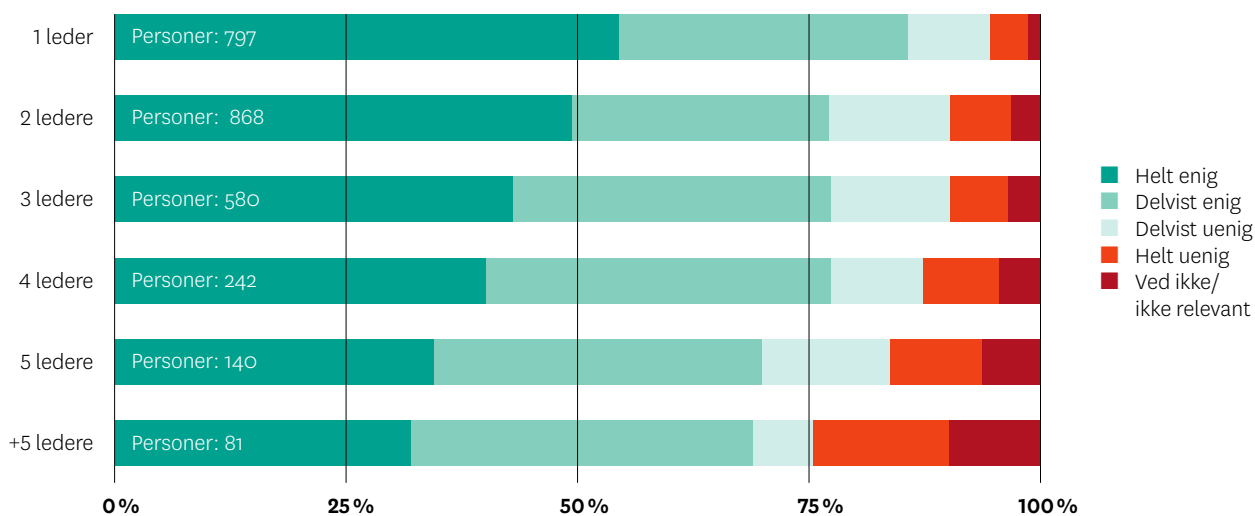
SVINGDØREN TIL LEDELSESKONTORET STÅR SJÆLDENT STILLE

Knap hvert fjerde FOA-medlem har de seneste fem år haft tre eller flere ledere. Og jo flere ledere, des værre vurderes ledelsen, viser ny medlemsundersøgelse. Det bør få alarmklokkerne til at ringe, mener ekspert.

TEMA AF IDA ØSTERLUND, IDBO@FOA.DK | FOTO: TOBIAS STIDSEN

SÅ MANGE SVARER, AT DE HAR EN GOD RELATION TIL NÆRMESTE LEDER

Jo flere ledere inden for fem år, jo dårligere opleves relationen.



OM UNDERSØGELSEN

- 38 % har haft tre eller flere ledere på fem år.
- Af dem, der har haft én leder på fem år, svarer 49 %, at deres leder udviser tillid. Blandt dem, har haft fem ledere på fem år, gælder det 24 %.
- 55 % af dem, der har haft én leder på fem år, svarer, at de har en god relation til deres leder. Det gælder kun 34 % af dem, der har haft fem ledere.
- 53 % af dem, der har haft én leder på fem år, svarer, at deres leder er tilstrækkelig tilgængelig i det daglige. Det gælder 24 % af dem, der har haft fem ledere på fem år.
- 18 % af dem, der har haft fem ledere på fem år, svarer, at de får den nødvendige støtte og hjælp fra deres nærmeste leder. Det gælder 45 % af dem, der har haft den samme leder i fem år.

FOA-UNDERSØGELSE OM LEDELSE, 2023. SPØRGSMALENE OM LEDELSE ER KUN STILLET TIL ERHVERVS-AKTIVE MEDLEMMER, DER IKKE ER LEDERE. I ALT HAR 3.848 MEDLEMMER DELTAGET. 2.708 HAR SVARET PÅ SPØRGSMALET OM ANTALLET AF LEDERE.



Find undersøgelsen
foa.dk/publikationer



” 38 procent af FOAs medlemmer, der har været ansat det samme sted i over fem år, har haft tre eller flere ledere. Det viser en ny undersøgelse.

At udskiftningen af ledere på FOA-medlemmernes arbejdspladser er så stor, kommer bag på Malene Friis Andersen, som er tidligere forsker på NFA, Nationalt Center for Arbejdsmiljø, og i dag selvstændig konsulent med fokus på blandt andet stress og ledelse.

”Undersøgelsen bør få alarmklokkerne til at ringe i forhold til at fastholde ledere og styrke relationerne mellem leder og medarbejdere på FOA-medlemmernes arbejdspladser, for vi ved, hvor vigtige de er.”

God relation særlig vigtig i FOA-fag

Undersøgelsen viser, at jo flere ledere, man har haft, des værre vurderer man kvaliteten af ledelsen. Det gælder både relationen til ens leder, om man oplever lederen som synlig, og man føler, at lederen udviser tillid.

Det er ikke så mærkeligt, forklarer Malene Friis Andersen. For det kan skabe sårbarhed, intern uro og tvivl hos medarbejderne, når man skal opbygge en relation til en ny leder. Det tager nemlig tid. Og hvis personalet igen og igen oplever, at en ny leder smutter efter kort tid, kan det blive sværere at engagere sig i en ny.

Men en god relation mellem leder og medarbejder er særligt vigtigt i fag med høje følelsesmæssige krav, understreger forskeren.

”Her har man i endnu højere grad brug for en god relation mellem medarbejder og leder for at turde være åben og dele det vanskelige, når arbejdet er følelsesmæssigt svært. For ek-



Malene Friis Andersen forklarer, at relationen mellem leder og medarbejdere er særlig vigtig i fag, hvor der er høje følelsesmæssige krav – som for eksempel i plejesektoren.

sempel, hvis man har brug for sparring eller hjælp i forhold til en vanskelig borger, uden at man skal være bange for, at lederen synes, man er pjevset,” siger hun.

Opsigelser giver dominoeffekt

Nye arbejdsrelationer har der været flere af i den seneste tid. Sidste år var et rekordår, hvor der ifølge Danmarks Statistik var lige knap én million jobskifter på det danske arbejdsmarked. Det er det højeste antal siden 2009.

På en arbejdsplads kan en opsigelse hurtigt blive til flere, fortæller Malene Friis Andersen. Flygtigheden i relationerne og de mange jobskifter kan blive en slags ond cirkel.

”Gode relationer er noget af det, der fastholder os i et job – også nogle gange mere end eksempelvis afstand til jobbet og funktionstillæg. Men når først der kommer opsigelser, kan der

komme en accelererende mekanisme, for så bliver fællesskabet lidt eroderet og relationerne svækket. Og så er det nemmere for den næste at sige op, for de kolleger og den leder, der ellers gjorde, at man blev, er væk,” siger hun.

På den måde bliver det sværere at bygge en stærk samhørighed op, siger forskeren. Malene Friis Andersen peger på, at der fra politisk side skal fokus på de organisatoriske rammer og betingelser for at løse arbejdsopgaverne – både for ledere og medarbejdere inden for FOAs område.

”Det er vigtigt, for at både medarbejdere og ledere har lyst til at blive lidt længere, og man dermed får sat en prop i den store rotation på arbejdsmarkedet. Lidt kækt kan man sige, at vi jo trods alt har formået at flyve til Mars. Så kunne man nok også gøre noget ved det her, hvis man ville,” siger hun. ★

55 | SNIT

I gennemsnit har en leder i ældreplejen personaleansvar for 55 medarbejdere, viser en undersøgelse fra VIVE fra juni 2023. Og ifølge konsulent Malene Friis Andersen viser forskning, at der er en direkte sammenhæng mellem ledelsesspænd og en leders stressniveau, som er årsag til mange opsigelser.



NY LEDELSESFORENING I FOA

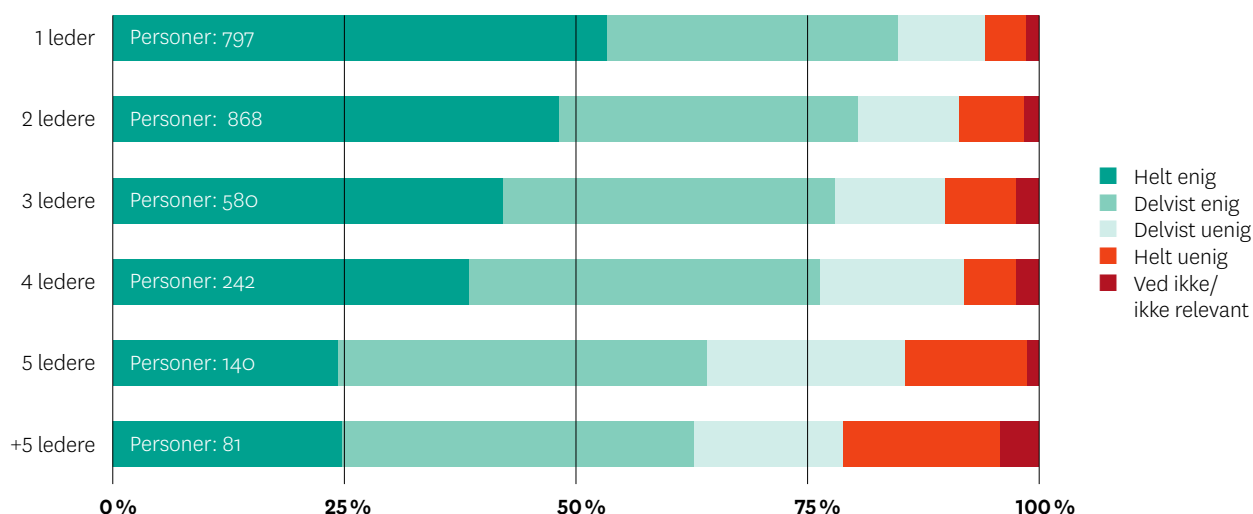
FOA skal etablere en lederforening med tidligere næstformand i Pædagogisk Sektor Joan Lindskov ved roret. Det blev vedtaget på en ekstraordinær kongres i FOA 1. september. Hvordan foreningen konkret skal fungere, skal nu udarbejdes, men foreningen kommer særligt til at beskæftige sig

med at få skabt bedre vilkår for FOAs ledermedlemmer.

”Hvis der er dårlig ledelse, er det rigtig svært at være medarbejder, så hvis vi ikke har fokus på at skabe bedre ledelse ude i organisationerne, er der også medarbejdere, der lider under det,” siger Joan Lindskov.

SÅ MANGE SVARER, AT NÆRMESTE LEDER ER TILSTRÆKKELIG TILGÆNGELIG I DET DAGLIGE

Jo flere ledere inden for fem år, jo mindre opleves tilgængeligheden.





Syv chefer på tre år

Usikkerhed, stress og et fald i fagligheden er blot nogle af de konsekvenser, social- og sundhedsassistent Tina Westerholm Jensen og hendes kolleger har mærket, når de har skiftet chef.

”Hej, og velkommen til.”

Den sætning har social- og sundhedsassistent Tina Westerholm Jensen sagt til intet mindre end syv nye chefer på tre år. Og der er en ottende på vej.

Hun arbejder på plejecentret i Generationernes Hus i Aarhus – et særligt bofællesskab på syv etager, der indeholder plejehjem, plejeboliger, almene boliger, daginstitution, ungdomsboliger og handicapboliger.

Huset blev etableret for tre år siden og havde en ret hård start. Udover at coronapandemien ramte kort efter åbningen, har der været store udskiftninger på ledelsesfronten. Syv chefer er kommet og gået, når man regner både forstandere, viceforstandere og driftschefer med. Men også blandt

plejepersonalet har der været stor udskiftning.

”På et tidspunkt havde vi fire, der gik på barsel samtidig. Fire nye kom til, hvor to af dem rejste igen. Vi har også haft otte stresssygemeldinger. Mig selv inklusive,” siger Tina Westerholm Jensen, som også er tillidsrepræsentant.

Konsekvensen er sygemeldinger

Både Tina Westerholm Jensens egen og nogle af kollegernes stresssygemeldinger har været direkte konsekvenser af uroen på ledelsesgangen.

”For mig var det oveni ledelsesskiftene et stort pres, at jeg var den eneste social- og sundhedsassistent i mit hus. Jeg følte mig så forbandet forpligtet, og jeg led under den der ansvarsfølelse.

Den følelse kan jo være ren gift, men også det, der driver os fremad. Men jeg er stædig, fordi jeg gerne vil lykkes, så det endte med, at jeg var sygemeldt i fire uger tilbage i februar,” siger Tina Westerholm Jensen.

Uro blandt borgere og personale

De mange flygtige ansættelser har haft stor betydning for både fagligheden og trivslen på jobbet, og i nogle perioder har personalet på plejecentret bestået af 65 procent ufaglærte.

”Det betyder et kæmpe fald i fagligheden og en stor usikkerhed. Der er udfordringer med patientsikkerheden, borgersikkerheden, kompetence-niveauerne og sygeplejen. Du ved aldrig, hvem der er der, når du møder ind om morgenen, eller hvilke kom-

LEDER:

'ÆRGERLIGT OG BEKLAGELIGT'

Blandt de forholdsvis nye ledere er Kristian Dall, som er øverste leder af Generationernes Hus. Han kalder sygemeldingerne "dybt ærgerlige og beklagelige".

"Jeg er oprigtigt ked af – og det er hele organisationen – at nogen har oplevet at blive syge af de mange ledelsesskift," siger han.

Han forklarer, at flere faktorer har gjort opstarten svær. Coronanedlukningen gjorde, at indflytningshastigheden var langsommere end ventet, og det presede økonomien.

"Og så har den organisatoriske kompleksitet sammen med forventningerne om en nyskabende tilgang til velfærd gjort, at det har taget længere tid for organisationen at falde på plads. Det har presset hele organisationen," siger han og fortæller, at de blandt andet er ved at ansætte to nye viceformænd til at bistå ledelsen.

petencer vedkommende har," siger Tina Westerholm Jensen.

Når en leder har forladt Generationernes Hus, har det skabt uro både blandt personalet og borgerne, som igen skal forholde sig til en ny chef og en ny måde at gøre tingene på.

"Det er forstyrrelse på forstyrrelse, og det stresser helt vildt. Ikke kun os selv, men også borgerne, fordi en ny leder ofte har sin måde at gøre tingene på. Det kan være, vi skal lave om i måden, vi mødes om frokosten på for eksempel. Det reagerer borgerne på, og det er jo os på gulvet, der ser og mærker det," siger Tina Westerholm Jensen.

For et års tid siden fik hun og kollegerne et hold på tre nye chefer, som startede samtidig, og de har indtil videre holdt fast.

"Vi er ved at finde vores ben sammen," siger hun. ★



GUIDE

SÅDAN HJÆLPER DU EN GOD RELATION PÅ VEJ

1

Vær nysgerrig og afstem forventninger

- Når flygtighed og stor udskiftning er blevet et vilkår, er det vigtigt at få forventningsafstemt, når en ny leder starter.
- Er du leder, er det en god idé at spørge dine medarbejdere, hvordan de foretrækker at blive ledet og være nysgerrig på deres behov.
- Som medarbejder er det godt at være tydelig og ærlig. Hvis du f.eks. foretrækker at få en besked telefonisk i stedet for på mail, så sig det.

2

Hjælp med løsningsforslag

- Mange steder er arbejdspresset stort. Derfor handler det om at hjælpe din leder og gøre opmærksom på mulige løsninger på problemer i stedet for at tænke, at det alene er en ledelsesopgave at løse dem. Tænk for eksempel over, hvordan du bedst bidrager til at tage godt imod nye kolleger, så de får lyst til at blive.
- Fortæl det også til din leder, når du oplever, at ressourcer og konkrete opgaver ikke hænger sammen.

3

Find kreative løsninger

- Indimellem kan der være brug for at skabe mere fleksibilitet og gøre brug af en smule 'civil ulydighed' for at få enderne til at mødes. Det kan f.eks. være en fraskilt medarbejder, som uofficielt får lov til at møde 20 minutter senere i vagt hver anden uge, så hun kan nå at aflevere børn. Den slags 'aftaler' kræver tillid mellem ledere og medarbejdere – og den kan være udfordret, når relationen er ny.
- Øv jer på at skrue op for tilliden til hinanden, så I er åbne over for hinandens forslag til, hvordan I gør det bedst hos jer.

KILDE: MALENE FRIIS ANDERSEN, EKSPERT I LEDELSE

BRUG DIN TILLIDSREPRÆSENTANT

Oplever du problemer med din leder eller med arbejdsmiljøet på din arbejdsplads, er det altid en god idé at gå til din tillidsrepræsentant eller arbejdsmiljørepræsentant. Du kan også kontakte din FOA-afdeling.

PAS PÅ DINE HÆNDER



Håndeksem kan være meget generende, så det gælder om at forebygge.

AF REDAKTIONEN@FOA.DK



1. Brug altid beskyttelseshandsker, når du har vådt eller snavset arbejde.
2. Brug handsker, når det er nødvendigt, men i så kort tid som muligt.
3. Handskerne skal være hele, rene og tørre inden.
4. Hvis du bruger latexhandsker, skal de være uden pudder.
5. Brug bomuldshandsker under beskyttelseshandskerne, hvis du bruger dem mere end 10 minutter.



6. Bær ikke fingerringe eller armbåndsur på arbejde.



7. Vask hænderne i køligt vand og skyl og tør dem godt efter vask.
8. Du kan bruge hånddesinfektion med alkohol og glycerol i stedet for at vaske hænderne. Men kun hvis hænderne er tørre og uden synlig forurening.
9. Brug fugtighedscreme i pauser, efter arbejde og om natten. Det hjælper også, når huden er irriteret eller med eksem.

OVER 2.000 SAGER ANMELDES

De seneste år er der blevet anmeldt mellem 2.100 og 2.500 tilfælde af håndeksem om året til Arbejdsmarkedets Erhvervssikring (AES). Af de sager, der bliver sendt til AES, er det hver sjette, som anerkendes som arbejdsskade.



10. Pas også på dine hænder i fritiden: Brug handsker ved vådt arbejde derhjemme, arbejdshandsker ved havearbejde og varme handsker udendørs om vinteren.

HVAD ER VÅDT ARBEJDE?

Hyppig håndvask:

Mindst 20
gange dagligt

Våde hænder:

Mindst 2 timer
dagligt.

ALLE KAN FÅ HÅNDEKSEM

Hyppig kontakt med vand, sæbe og andre hudirriterende stoffer øger risikoen for at få håndeksem. Og hvis du har haft børneeksem, er du ekstra udsat.

Vær obs på symptomerne

Eksemet giver i starten tørre hænder med kløe og rødme. I næste fase ses knopper, blærer, revner og sår. Håndeksem klør, men det kan også svie og give brændende smerter.

Få en henvisning

Hvis du får vedvarende eksem på hænderne, bør du gå til læge og blive henvist til en speciallæge i hudsygdomme. Er der mistanke om, at eksemet skyldes arbejdet, skal lægen anmelde det som en arbejdsskade til Arbejdstilsynet og Arbejdsmarkedets Erhvervssikring.

Du kan også blive henvist til en arbejdsmedicinsk klinik for at få afklaret, om sygdommen skyldes belastninger i dit arbejde.

Din arbejdsmiljørepræsentant kan tage initiativ til, at I forebygger tilfælde i fremtiden.

Følgerne kan være alvorlige

Nattesøvnen kan ødelægges af den intense hudkløe. Når det er værst,

kan man have svært ved hverdagens gøremål. For eksempel kan det være et problem blot at skruelåget af mælkekartonen. Man kan blive sygemeldt, og man kan blive nødt til at søge job i en anden branche.

Cremer, lys og medicin

Håndeksem kan behandles med fugtighedscremer, hormoncremer, lysbehandling og i særligt svære tilfælde med medicin, der indvirker på immunsystemet.

Håndeksem kan helbredes

Det kan sagtens lykkes at komme af med sin håndeksem, men det kommer igen, hvis man ikke ændrer adfærd. Og oveni bliver det sværere at komme over, for hver gang man får sygdommen. I værste fald kan håndeksem udvikle sig til en kronisk tilstand.

KILDER: GODTARBEJDSMILJØ.DK,
VIDENCENTER FOR ALLERGI OG
ASTMA-ALLERGI DANMARK

”TÆNK,
HVIS MAN
I SKOLEN
LÆRER, AT
ANGST ER
'NORMALT'

INTERVIEW

MIA KRISTINA HANSEN



Mia Kristina Hansen oprettede i 2015 'Foreningen for børn med angst', efter hendes egen søn blev ramt af det. Året efter skete den tragedie, som i FOAs verden gjorde hende kendt som 'Mia fra Lindegården'. Det blev en vej ind i psykiatrien, som hun ikke har forladt siden.

AF ALEXANDER PILGAARD KJÆR | FOTO: JØRGEN TRUE

Det er, da Mia Kristina Hansens yngste søn i 2011 får angst, at noget går op for hende.

På det tidspunkt er Jonas ni år, og i takt med at angsten forværres, har han til sidst ikke lyst til at gå i skole. Det eneste, han vil, er at være sammen med sin mor.

"Han kunne ikke være væk fra mig overhovedet. I starten havde jeg ham med på arbejde, men det kunne jeg jo ikke blive ved med. Så jeg endte med at måtte sygemelde mig i et halvt års tid for at være hjemme hos ham," fortæller Mia Kristina Hansen i sin stue i den lille fireværelseslejlighed i Roskilde, hvor portrætter af de to sønner pryder vindueskarmen.

På bogreolen står 'Superskurk' af Årets Sundhedsdebattør, Anna Juul, og 'Drømmene Maler Virkeligheden' af Tobias Rahim, der sidste år oplevede et angstanfald forud for P3 Guld-showet.

Mia Kristina Hansen, der i mange år har arbejdet som pædagog og efterfølgende i socialpsykiatrien, oplever i 2011 for første gang i sit liv selv at have et familiemedlem, der har brug for hjælp i psykiatrien.

Og det er her, det går op for hende, at det system, hun møder, simpelthen må kunne gøres bedre. For hun kastes rundt til først skolen, så kommunen, så lægen og så tilbage til kommunen. Uden at nogen kan hjælpe hende.

Flere syge mennesker

Det system, Mia Kristina Hansen kritiserer, møder hun nærmest dagligt

den dag i dag. De seneste knap to år har hun været formand for 'SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed', der kæmper for at skabe forståelse og tolerance for mennesker med sindslidelser – og ikke mindst kæmper for at forbedre de forhold og vilkår, der blandt andet findes på de psykiatriske bosteder.

Med sønnen oplever Mia Kristina Hansen det, som om 'systemet' forsøger at finde udefrakommende årsager til sønnens angst. Men det er en forkert måde at anskue psykiske lidelser på, mener hun.

"Vi tager ikke udgangspunkt i det enkelte menneske. Vi tager udgangspunkt i og bruger ressourcer på at finde ud af, hvilken kasse det her menneske skal puttes i, fordi pengene så også skal komme fra den kasse. Og jeg tror på, at vi – ved at kaste dem sådan rundt i systemet – får flere syge mennesker," siger hun med stålfast øjne.

Det kunne have været mig

I løbet af 2013 får hendes søn det bedre, og et par år senere opretter hun 'Foreningen for børn med angst', der i første omgang er en Facebook-gruppe.

I 2014 tager Mia Kristina Hansen vikarvakter på det psykiatriske bosted Lindegården, der ligger få minutters gang fra hendes hjem. Det bliver hun så glad for, at hun året efter fastansættes. Men selvom hun elsker sit arbejde, sine kolleger og borgerne, går det op for hende, at både det fysiske og psykiske arbejdsmiljø halter.

”

Jeg endte med at måtte sygemelde mig i et halvt års tid for at være hjemme hos ham.

MIA KRISTINA HANSEN
MOR OG FORMAND FOR SIND

Mia Kristina Hansen blev kendt som 'Mia fra Lindegården', da hun i 2016 blandt andet var afsender på en underskriftsindsamling med et opråb til landets politikere: Nej til flere drab! I 2018 blev hun aktiv i SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed.

”Alting virkede så skrabet. Hvis noget gik i stykker, blev det ikke erstattet. Så var det bare ødelagt,” siger hun og mister tråden i sin talestrøm, da en ambulance med udrykning susser forbi ude på gaden.

Det er en gammel refleks altid lige at følge lyden fra sirenerne. For der kommer tit udrykning på den lange Møllehavevej, der fører ned til Lindegården. Oftest er det kun med udrykning den ene vej, fortæller hun. Men en aften – fredag 25. marts 2016 – hører hun udrykningen begge veje. Hendes kollega Vivi Hansen er blevet stukket ihjel af en borger på Lindegården.

”Den oplevelse sidder i nervesystemet. Og jeg bliver tit mindet om det, fordi jeg tænker, at det kan ske igen. Tanken om, at det kunne have været

mig. Tanken om, at nogle af de situationer, jeg befandt mig i, kunne være endt galt,” siger hun og kigger sig omkring som for at lede efter ordene.

Startskuddet til det politiske

Den aften siger Mia Kristina Hansens søn til hende, at ’så er hun vist færdig med at arbejde der!’

Men det er hun ikke. Der går hele to år, før hun siger op.

For i den efterfølgende tid bliver hun talsperson for de ansatte på Lindegården, der indleder en strejke i kølvandet på drabet, fordi de ønsker værdige forhold for beboere og ansatte. Københavns Kommune, der ejer Lindegården, tilfører ganske vist flere penge til Lindegården, men ifølge Mia Kristina Hansen bliver de ikke brugt klogt:

JONAS: JEG ER STOLT AF MIN MOR

Da Mia Kristina Hansens søn Jonas blev ramt af angst i 2011, gik hun ind i kampen for at forbedre forholdene for mennesker med sindslidelser.

Jonas blev rask, men Mia Kristina Hansen har fortsat sin kamp. ”Jeg er virkelig glad for og stolt af det arbejde, min mor laver i dag. Når jeg møder nye mennesker og skal fortælle, hvad min mor laver, siger jeg det altid med en følelse af stolthed, fordi jeg ved, at mange mennesker har haft psykiske lidelser tæt inde på livet. Så jeg ved, at det arbejde, hun laver, hjælper rigtig mange,” siger den i dag 22-årige Jonas.



Mia Kristina Hansen gav interview, da der blev demonstreret foran Københavns Rådhus i forlængelse af drabet på Lindegården i 2016.



”Vi fik bare en masse vikarer. Vi ville jo have flere fastansatte. Så jeg havde hele tiden fornemmelsen af, at der ikke blev gjort det nødvendige for at ændre på tingene.”

Det er også kort tid efter, FOAs medlemmer lærer Mia Kristina Hansen at kende som ’Mia fra Lindegården’.

Hun står som afsender på en underskriftsindsamling med et tydeligt opråb til landets politikere: Nej til flere drab!

Og så – godt to år efter drabet på Vivi Hansen – siger hun op. Uden nogen plan, men med et stort netværk.

For som talsperson for Lindegården er hun blevet inviteret til en høring på Christiansborg om vold på bosteder. Her har hun blandt andre mødt Knud Kristensen – den daværende formand for SIND. Og da de i ’Foreningen for børn med angst’ ikke havde nogen penge, spurgte Mia Kristina Hansen ham, om han havde nogle gode idéer:

”Knud spurgte så, om jeg ikke kunne tænke mig, at ’Foreningen for børn med angst’ kom ind under SIND. Det sagde jeg selvfølgelig ja til. Senere i 2018 kom jeg ind i SINDs ledelse, og i 2019 blev jeg 2. næstformand. I 2021, da Knud gik på pension, blev jeg så valgt som formand for SIND.”

Et ønske om at tage snakken

Udover arbejdet for at det enkelte menneske kommer i fokus, ønsker Mia Kristina Hansen, at der kommer et øget fokus på at agere i stedet for at reagere. At forebygge i stedet for altid at symptombehandle. At aftabusere psykiske lidelser.



JOHNNY FREDERIKSEN

”Mange siger, at vi ikke kan forebygge psykiske sygdomme, fordi det ligger i generne. Men jeg tror på, at hvis én får en skizofreni-lidelse, kan vedkommende sagtens leve et rigtig godt liv, hvis der er sørget for ordentlige vilkår og nogle ordentlige livsmuligheder,” siger hun og sammenligner det med folk med diabetes. Diabetikere ved nemlig, hvad de skal gøre for ikke at få det dårligt.

”Tænk, hvis man i skolen lærer, at angst er ’normalt’ at få, når der sker noget indgribende i dit liv. Tænk, hvis man fra en tidlig alder lærer, at det er hjernen og kroppens naturlige reaktion på, at der sker noget usundt.”

Mia Kristina Hansen mener, at der begynder at ske noget i disse år – og ikke kun fordi, psykiatrien har været ramt af flere tragedier som den på Lindegården i 2016. Hun oplever, at danskerne faktisk er begyndt at tale mere åbent og fordomsfrit om psykiske lidelser. Præcis som hun selv begyndte på, da hendes søn blev ramt af angst i 2011. ★

REDAKTIONEN@FOA.DK

BLÅ BOG

Uddannet pædagog i 1998.

Mor til to drenge – den yngste blev ramt af angst som niårig.

Stiftede i 2015 ’Foreningen for børn med angst’ for at dele oplevelser med folk i samme situation.

Har arbejdet i socialpsykiatrien fra 2014 til 2018, hvor hun blandt andet blev talsperson for medarbejderne på Lindegården, der i 2016 oplevede, at en af deres kolleger blev slået ihjel af en beboer.

Blev en del af Landsforeningen SINDs ledelse i 2018. Valgt til 2. næstformand i 2019, inden hun i 2021 blev valgt til formand.

Har været elevrådsformand, tillidsrepræsentant som pædagog og har altid været politisk aktiv.

KOLLEGA KRAM

IRMA ANTHONY:

ALLAN ER VORES HYGGEONKEL



Irma Anthony, køkkenmedhjælper i Københavns Madservice, roser sin kollega Allan Starp.

Hvorfor fortjener Allan et kram?

Han betyder så utrolig meget for os her i køkkenet. Hver eneste dag er han optaget af, hvordan vi har det med hinanden og med vores arbejde. Allan er vores hyggeonkel. Det er ham, der leger julemand, pynter op og dækker borde, når der er fødselsdage og jubilæer. Og han er med til at arrangere cykelture, når der er temadag.

Det er også ham, der sørger for, at en alvorlig sag ender med et grin. Som når han for eksempel advarer os om, at der er rotter i området, og at vi derfor skal huske at lukke alle døre. Og han så lige bagefter kaster en rotte, han har købt i Fætter BR, ud til os og siger: "Sådan ser en rotte ud."

Er ulykken sket, tilbyder Allan at tage med vedkommende på skadestuen. Og da vi for nogle år siden var meget bekymrede for en kollega, vi ikke kunne komme i kontakt med, tilbød Allan at tage på hjemmesøg. Sådan kunne jeg blive ved. Allan er der bare hele tiden. Han kan også give skideballe på en pæn måde, når vi glemmer at tørre gulvet godt nok, og der er risiko for, at en kollega falder og slår sig. Allan har ikke bare fortjent ét kram. Han har fortjent mange – og jeg har selvfølgelig indstillet ham til titlen 'Årets Arbejdsmiljørepræsentant 2023'. ★

AF MORTEN BRUUN | FOTO: RASMUS BREUM

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



KRAMMET GÅR TIL

Allan Starp
Køkkenmedhjælper
og arbejdsmiljø-
repræsentant

Få hjælp til at finde dit næste job

Jobformidling til FOAs medlemmer

FOA JobMatch er en gratis og landsdækkende jobformidling til FOAs medlemmer og arbejdsgiverne.

Læs mere på foa.dk/jobmatch

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN



Følg Fagbladet FOA på Facebook

- Få nyheder om din faggruppe fra Fagbladet FOA
- Giv din mening til kende
- Tip redaktionen med forslag til historier



PÆDAGOG BENTE HENRIETTE
RASMUSSEN:

MIN
VEJ

HER FÅR JEG UDRETTET NOGET

AF LAURITS ERIKSEN | FOTO: RASMUS BREUM

Mange med min uddannelse laver et karriereskift for at stige i løn. Jeg gjorde det stik modsatte. Jeg har en kandidatgrad i kommunikation, men kan nu kalde mig pædagog. Jeg har ellers arbejdet som kommunikationskonsulent i mange år, men da min stilling blev nedlagt i en sparerunde, ville jeg prøve noget nyt. Jeg meldte mig derfor til Københavns Kommunes beredskabsplan og blev ansat i Børnehuset Vandkanten. Det var under corona, så jeg regnede med, at jeg bare skulle spritte overflader af. Efter noget tid opfordrede min leder mig så til at tage sporskifteuddannelsen til pædagog. Det er lidt specielt at starte på en ny uddannelse, når man er i 50'erne, så jeg var usikker på, om det var noget for mig. Men det var det. Jeg synes, det er fantastisk, at de har givet mig en uddannelse. I kommunikationsbranchen fik jeg altid afslag, når jeg bad om efteruddannelse.

Mine arbejdsdage er blevet bedre, efter jeg skiftede fag. Jeg er glad, når jeg tager på arbejde, og jeg er glad, når jeg skal hjem. Nu er det mere *face-to-face* og mindre *high-performance-work*, og det føles bare mere meningsfuldt – og mere værd end penge. Jeg er også blevet arbejdsmiljørepræsentant. Det er vigtigt for mig, at vi har et godt arbejdsfællesskab, og at vi husker at tage den med ro, selvom vi i perioder har meget travlt.

Som pædagog kan jeg sagtens bruge min erfaring inden for kommunikation. Jeg styrer blandt andet institutionens hjemmesider, men det er ikke kun digital formidling, jeg er god til. Som pædagog skal man også kunne kommunikere ansigt til ansigt med børnene og deres forældre. Den slags kommunikation giver meget mere værdi for mig end den, jeg kan lave foran en skærm. ★

| CV |

2020-: Pædagog og kommunikationsmedarbejder i Børnehuset Vandkanten

2013-2019: Kommunikationskonsulent på DTU

2011-2013: Freelancekonsulent hos CBS

2008-2011: Kommunikationskonsulent hos PFA Pension

2005-2008: Sekretariatsmedarbejder hos Lederne

2000-2003: Informationsofficer i Nepal

HUSK!**23. november**

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

Skal du i virksomhedspraktik?

Få gode råd i vores pjece om virksomhedspraktik, som du finder på foa.dk/skal-du-i-virksomhedspraktik.

Vidste du ...

... at dagpengemodtagere pga. nye regler nu har langt større mulighed for selv at vælge, om samtalerne med a-kassen og jobcentret skal foregå ved fysisk fremmøde, over telefonen eller via Teams? Reglerne trådte i kraft 22. marts 2023.

Nyt job?

Find dit nye job på foa.dk/foajob.

Digital post

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

A-KASSENS CALLCENTER – en udvidet service til dig

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

UDDANNELSE MED FORHØJET DAGPENGE SATS

AF BIRGITTE LINEA MUNCH
OG MIKKEL MELDGAARD BLOCH

Er du over 30 år og ledig, så kan du være en af dem, der nu får mulighed for at tage en erhvervsuddannelse samtidig med, at du får udbetalt dagpenge med et højere beløb.

Genindførsel af uddannelsesløftet

1. juli 2023 blev ordningen om 'Uddannelsesløft med forhøjet dagpengesats på 110 procent' genindført. Dermed er det igen muligt for ledige over 30 år, der enten er ufaglærte eller faglærte med en forældet uddannelse, at tage en erhvervsuddannelse, mens de er på dagpenge. Med forældet uddannelse menes, at den ikke har været brugt i 5 år.

Dagpengene forhøjes, så man får udbetalt 110 procent af sin sædvanlige dagpengesats. Der er tale om en midlertidig ordning, og det betyder, at du skal starte

uddannelsen senest 31. december 2023.

De erhvervsuddannelser, der kan tages med 110 procent dagpenge, vil komme på en positivliste og bliver offentliggjort på Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekrutterings hjemmeside, star.dk. Listen vil indeholde uddannelser inden for områder, hvor der er efterspørgsel på arbejdskraft – for eksempel social- og sundhedshjælper, social- og sundhedsassistent og serviceassistent.

Ordning bliver måske permanent

Ordningen står pt. til at udløbe ved udgangen af 2023, men regeringen lægger med finansloven 2024 op til at gøre ordningen permanent. Hold dig opdateret på foa.dk, hvor vi vil følge forslaget.

Er du interesseret i at høre mere om uddannelsesløftet, så kontakt din lokale FOA A-kasse. Vi sidder klar til at tage en snak om dine muligheder. ★

Har du været forhindret i at rejse ind i Danmark under coronaepidemien?

For at være berettiget til dagpenge som nyuddannet er det en betingelse, at man har haft bopæl og ophold i Danmark umiddelbart før uddannelsen og senest to uger efter uddannelsen.

Dispensation for krav

Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering har oplyst, at de dispenserer fra dette krav, hvis man har været for-

hindret i at rejse ind i Danmark under coronaepidemien som følge af de rejse-restriktioner, der var på daværende tidspunkt.

Har du været forhindret i at modtage dagpenge fra a-kassen, fordi du på grund af coronarestriktionerne ikke kunne rejse ind i Danmark, skal du kontakte os, så vi kan vurdere, om din sag kan genoptages. ★



Alberte Winding på scenen i København, hvor der først i september var debatmøde om, hvilke krav FOA skal have til de kommende overenskomstforhandlinger.

ALBERTE WINDING:

I fortjener mere i løn

Musikeren mener, at vi må stå sammen i faglige fællesskaber, hvis vi skal gøre os forhåbninger om at arbejde under bedre vilkår.

AF SARA RESTED SURI | FOTO: RASMUS HARGAARD BREUM

Alberte Winding og hendes mand, Andreas Fuglebæk, var med til at sætte det musikalske punktum til flere af FOAs regionale OK24-debatmøder tidligere på efteråret. Både i København og Aalborg blev knap 500 FOA-medlemmer trakteret med velkendte melodier som 'Tænder på et kys' og 'Lyse Nætter'.

"Vi er sikkert mange, der mener, at I fortjener at få mere i løn. Men jeg tror, at hvis sådan en kamp skal vindes, må man blive ved med at gøre opmærksom på sin sag og stå sammen," forklarede Alberte Winding entusiastisk, da Fagbladet FOA mødte hende til en snak efter den første koncert i København.

Selvom FOAs medlemmer sjældent gør meget væsen af sig i den offentlige debat, fremhæver Alberte Winding, at det især blev tydeligt

efter covid-19, at service-, pleje- og sundhedspersonale udfører et uundværligt stykke arbejde.

"Mit job kan ikke sammenlignes med det kæmpehårde arbejde, FOAs medlemmer gør. Det er jo dem, der konstant skal løfte alle samfundets fundamentale funktioner og få hjulene til at køre rundt."

"Som musiker kan jeg komme og smøre lidt salve på myggestikket – men det klør jo stadigvæk," uddyber sangerinden.

Sammen kan vi flytte bjerge

Ifølge Alberte Winding er det prisværdigt, at så mange engagerede medlemmer har deltaget i møderne for at påvirke, hvilke krav fra lønmodtagerne der skal med ind i forhandlingslokalet, når fagforeningerne i januar 2024 begynder at

forhandle om nye overenskomster.

Hun har selv siddet i bestyrelsen i Dansk Artist Forbund, der organiserer musikere og andre artister inden for underholdningsbranchen.

Derfor kender hun alt til, at det kan trække tænder ud at være politisk aktiv i en fagforening og konstant at skulle slå på tromme for bedre vilkår og rettigheder – hvad end det handler om arbejdstid, løn eller vagtskemaer. Men selvom kampen kan være hård, er den nødvendig, mener Alberte Winding:

"Man må jo bare blive ved. Så får man måske et lille hjørne, og det er bedre end ingenting. Men især følelsen af at have et fællesskab, og at det gør en forskel, at vi stædigt bliver ved og ved med at kræve bedre arbejdsforhold – det er det, der batter i sidste ende." ★

QUIZ

1. Hvilken titel har Allan Starp, der bliver rost af sin kollega Irma Anthony?

- A. Husassistent og tillidsrepræsentant
- B. Køkkenmedhjælper og arbejdsmiljørepræsentant
- C. Serviceassistent og fællestillidsrepræsentant



2. Hvilke bøger har Mia Kristina Hansen stående i sin bogreol?

- A. 'Superskurk' og 'Drømmene maler virkeligheden'
- B. 'Da Vinci mysteriet' og 'Jordens søjler'
- C. 'Min afrikanske farm' og 'Zappa'

3. Hvor mange medarbejdere har ledere i gennemsnit personaleansvar for?

- A. 35
- B. 45
- C. 55

4. Hvordan kan du sikre dig, at du får den rette løn?

- A. Skriv til din kollega og spørg om at se deres lønseddel
- B. Dokumentér alt fra dine faktiske timer til overarbejde og korte varsler
- C. Stol på, at der er styr på sagerne på lønkontoret

5. Hvilket begreb bruger seniorforsker Helle Holt om lokallønsforskellen:

- A. 'Mandetillæg'
- B. 'Muskeltillæg'
- C. 'Madtillæg'



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

- A. Planten levende pind
- B. En dusk dild
- C. En plante i Botanisk Have

KAN DU DIT FAGBLAD?

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

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

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 4/2023 er **Betina Skals, Hobro**

Tjek din løn



Får du den løn, du har krav på? Det kan godt betale sig at tjekke din lønseddel. Nogle gange er der fejl i den, der betyder, at du ikke får den løn, du har krav på. FOA kan tjekke din løn og finde ud af, om du har penge til gode. Tjek din løn på: foa.dk/loentjek

FOA

I paradiset have med Ole og Gitte – hyppige brugere af PlusKort

I et idyllisk nyttehavehus i en lille flække i Danmark møder vi Gitte [56] og Ole [57] Brusendal. Gitte har været medlem af FOA siden 2020, og har derigennem adgang til PlusKorts rabataftaler. Vi er kommet for at høre mere om, hvordan Gitte og Ole bruger deres PlusKort – de er nemlig hyppige brugere af deres rabataftaler. Og dén erfaring vil de gerne dele med andre.



Da Gitte og Ole tager imod os ved havelågen og fører os ind til havens flisebelagte centrum, bliver vi mødt af duften af hjemmebrygget kaffe og nybagte croissanter. Efter en tår og en bid brød bliver vi vist rundt i den sirligt plejede og hjemlige nyttehave, som har jorden fuld af sneisevis af grøntsager, frugter og bær. De fortæller begejstret om de mange projekter i haven, og efter en stund falder snakken på parrets brug af PlusKorts rabataftaler, som de ofte bruger til at forsøde hverdagen.

"For os er det helt naturligt at bruge PlusKort. Vi kigger ofte efter rabatter" – lægger Gitte ud. "Vi bruger det som regel hver uge," supplerer Ole.

Fritidstøj til haven, tøj til barnebarnet og badetøfler til ferien

Med al den tid, som parret bruger i haven, er det kærlighed med behageligt fritidstøj, som de frit kan bevæge sig i. Det handler de online med PlusKort rabat. Og det hænder da,

at der også ryger lidt ekstra tøj i indkøbskurven til deres barnebarn. Eller nye badetøfler til ferien sydpå, som allerede er planlagt. For selvom Ole og Gitte bor i det rene paradiset i Danmark, så ynder de at tage på ferie til udlandet, og her husker de også at booke rejsen med rabat.

Udlandsrejser og hotelophold i Danmark

Til efteråret går turen til Malta, hvor hotellet har været så flinke at tilgodese deres ønske om at bo med nem adgang til poolen – Ole har dårligt knæ og går ikke så godt. Tidligere har de også brugt deres PlusKort på hotelophold rundt i landet, og når de nu sparer penge på opholdet med PlusKort, så er der råd til lidt ekstra nydelse i form af øl og is undervejs på turen.

Måltidskasser

Når årstiden ikke længere kan forsyne parret med friske grøntsager fra nyttehaven, så får de leveret måltidskasser hjem til lejligheden – også med rabat. Det er inspirerende, nemt og lækkert, og de får prøvet en masse nye retter og ingredienser af, som de nok ikke selv havde fundet på.

Smykker til en romantisk lejlighed

For nylig kunne Gitte og Ole fejre deres 35-års bryllupsdag. I den anledning fik Gitte en guldring med fem sten i – tre sten for deres børn og to sten for børnebørnene. Den havde Gitte fundet hos en guldsmed, som gav 10% i PlusKort rabat.

Gitte og Ole viser stolt de forskellige køb frem, og man kan tydeligt mærke, at de synes, det er en fornøjelse at få lidt afslag i pris, når de handler: *"I fremtiden vil vi bruge PlusKort endnu mere. Der kommer løbende nye rabatter – høje rabatter –, og jeg vil anbefale andre også at bruge det endnu mere," runder Gitte af.*



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



FOA PlusKort.

FREDERIKSSUND

Seniorklubben. 15. nov. kl. 13.30: Mit liv i Irak og nu frisør i Danmark – Susan fra Den gyldne saks fortæller om sit liv. | 6. dec. kl. 12: Julefrokost og lotteri. FOA-medlemmer 250 kr. og gæster 350 kr. Sidste bindende tilmelding 15. nov., som betales til kasserer Anny Lorentzen eller på netbank: Reg.nr. 2232-konto 4397151072. Husk: skriv navn på indbetalingen. Maks. 50 deltagere.

HORSENS

Seniorklubben. 7. nov. kl. 14: Besøg af borgmester Peter Sørensen, der fortæller om ældreområdet i kommunen. | 21. nov. kl. 14: Julebanko. Klubben giver gevinsterne. Der kan købes lotteri og bankoplader. | 1. dec. kl. 13: Julefrokost i egne lokaler. Ledsager er velkommen. Pris 225 kr. pr. person.

MARIAGERFJORD

Seniorklubben. 6. marts 2024 kl. 13.30: Generalforsamling på Teaterrestauranten. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag sendes skriftlig til afdelingen senest 4 dage før generalforsamlingen. Bagefter er der gratis bankospil.

ODENSE

Afdelingen. 6. dec. kl. 12.30-16.30: Pensionistmedlemmer inviteres til

julearrangement i Salen, FOA Odense, Vesterbro 120, Odense C. | 27. dec. kl. 15-17.30: Juletræsfest i Marienlystcentret, Windelsvej 138, Odense C. For tilmelding eller nærmere oplysninger: Det sker i FOA Odense på foa.dk/afdelinger/foa-odense/aktivitetskalender.

SILKEBORG-SKANDERBORG

Seniorklubben. 28. nov. kl. 13: Julehygge i FOA-huset. Pris 60 kr. for medlemmer og gæster. Tilmelding senest 14. nov.

SYDFYN

Afdelingen. 29. nov. kl. 12-15: Julemiddag for pensionister og efterlønnere. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/julemiddag-29-11-2023 | 14. dec. kl. 12-15: Julemiddag for pensionister og efterlønnere. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/julemiddag-14-12-2023 | 19. marts 2024 kl. 18-22: Afdelingsgeneralforsamling. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/afdelingsgeneralforsamling-2024.

SØNDERBORG

Seniorklub. 9. nov. kl. 14: Lotto, FOA Sønderborg, tilmelding senest 2. nov. | 23. nov. kl. 14: Julegåtur i Sønderskoven - mødes ved Naturskolen, tilmelding senest 16. nov. | 30. nov. kl. 9.15: Juletur til Neumünster, afgang fra Sønderborg Politistation, tilmelding/

betaling senest 10. okt. | 7. dec. kl. 12: Julefrokost, Ulkebøl Forsamlingshus, tilmelding/betaling senest 23. nov. Husk tilmelding på 46 97 34 00/faglo20@foa.dk. Program for 2023 kan ses på hjemmesiden/hentes i afdelingen. Bemærk, som efterlønnertidspensionist kan du frit benytte dig af seniorklubbens arrangementer.

SØNDERJYLLAND

Seniorklubben. 24. nov. kl. 13: Julefrokost i Hammelev forsamlingshus. Pris for medlemmer 250 kr. for ægtefælle og samlever, som ikke er medlem af FOA 300 kr. Der vil blive forsøgt arrangeret buskørsel. Tilmelding senest 16. nov. på foa.dk/afdelinger/foa-soenderjylland. | 7. dec. kl. 14: Julehygge med Æbleskiver, gløgg og pakkeleg, det hele foregår i FOAs mødelokaler på Brundevvej 2, Rødekro. Tilmelding senest 1. dec. på foa.dk/afdelinger/foa-soenderjylland. Ret til ændringer forbeholdes. Ved møder i afdelingen er kaffen gratis for alle. Ægtefælle og samlever, som ikke er medlem af FOA, betaler entréprisen ved arrangementer ude af huset. Husk du er automatisk medlem af seniorklubben som efterlønnertidspensionist.

VEST

Seniorklub Esbjerg. 2. nov. kl. 14: Anette Kyhn-Hansen fra Familieretskontoret deler sin viden om fremtidsfuldmagter. Salg af sommertøj - der er sat 10 borde frem, så I kan sælge

mere brugt/pænt sommertøj. I kan tilmelde jer julefrokosten 7. dec. i kaffepausen - medbring gerne kontanter på beløbet: 250 kr. pr. mand. | 7. dec. kl. 14: Julefrokost på Restaurant Parken, Søvej 9, Esbjerg. Det koster 250 kr. pr. person. Samme menu som sidste år, der serveres én genstand pr. person. Vand og andre drikkevarer betales af egen lomme. Gode gaver til lotteriet - husk kontanter.

Seniorklub Varde.

6. nov. kl. 14: Bankospil - pladerne koster 15 kr. pr. stk. Kaffe m. brød koster 25 kr. Tilmelding senest 30. okt. til Jytte Søgaard, på 24 83 75 42. | 4. dec. kl. 12.30: Julefrokost med overraskelser undervejs. Pris: 150 kr. + drikkevarer. Tilmelding + betaling senest 23. nov. til Jytte Søgaard, på 24 83 75 42. **Seniorklub Vejen.** 4. dec. kl. 14: Julefrokost inkl. Amerikansk lotteri på Sportshotel Vejen, Jacob Gades Allé 1, Vejen. Pris 200 kr. + drikkevarer. Bindende tilmelding senest 27. nov.

VESTSJÆLLAND

Afdelingen. 30. nov. kl. 17: Generalforsamling i FOA Vestsjælland, Filadelfia, Kurvej 4, Dianalund. **Teknik- og servicesektor.** 9. nov. kl. 17: Generalforsamling, Stenhusvej 35, Holbæk. **Pædagogisk sektor.** 28. nov. kl. 17.30: Generalforsamling, Stenhusvej 35, Holbæk. **Social- og sundhedssektor.** 28. nov. kl. 17.30: Generalforsam-

ling, Japanvej 2, Slagelse.

Seniorklubben Holbæk. 6. nov. kl. 13-15: Andespil. | 4. dec. kl. 12-16: Julefrokost.

Seniorklubben Kalundborg-Ods herred. 30. nov. kl. 11-14: Julefrokost.

Seniorklubben Ringsted. 2. nov. kl. 14-16: Generalforsamling og bankospil. 7. dec. kl. 12-16: Julefrokost.

Seniorklubben Slagelse. 13. nov. kl. 14-16: Foredrag v. sognepræst Andreas Christensen om Matador. | 8. dec. kl. 13-16: Julefrokost.

MEDLEMSPUSEN**Vindere i juni 2023****Hovedpræmievinder**

Susan Malling Bendtsen, FOA Århus

Gavekort til Coop

Heidi Boddum, FOA Vestsjælland
Dorthe Benedikte Mortensen, FOA Nordjylland
Charlotte Juul Pedersen, LFS
Lis Mortensen, FOA Roskilde
Christel Struckmann, FOA Sønderborg

Hovedpræmien er et weekendophold for 2 på et Comwell-hotel i Danmark eller et Coop-gavekort til en værdi af 1.000 kr. Nye deltagere er velkomne på foa.dk/medlemspussen

KONTAKT FOA

FOA, forbundshuset
Staaings Plads 1-3
1790 København V

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

FOA-afdelinger

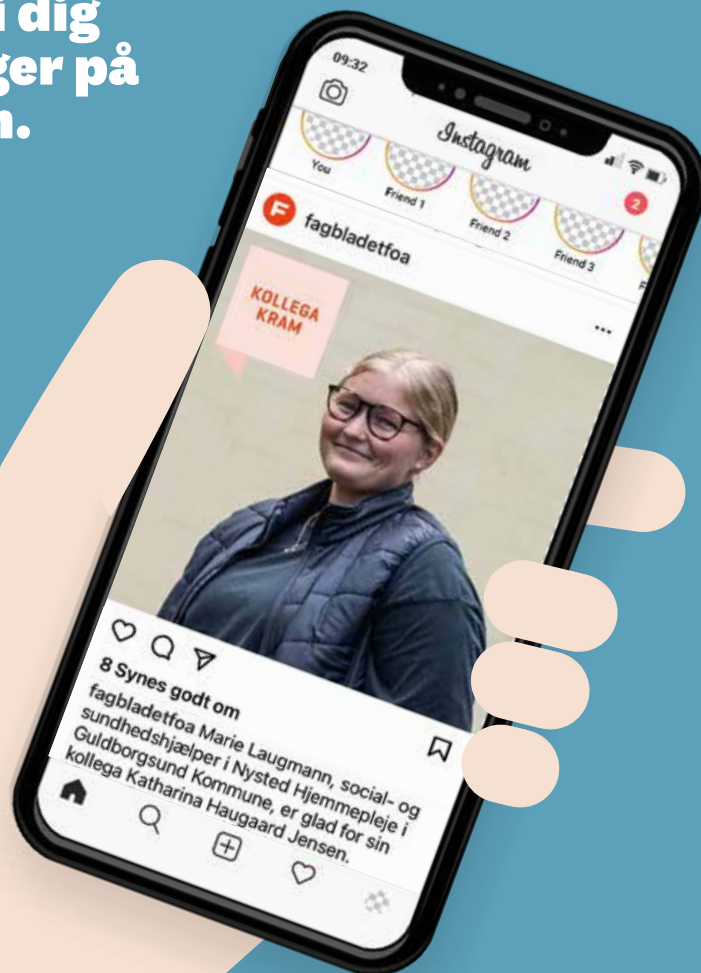
Afd. 1: 46 97 11 00
foa.dk/foa1
Bornholm: 46 97 33 13
foa.dk/bornholm
Frederikshavn: 46 97 11 70
foa.dk/frederikshavn
Frederikssund: 46 97 12 00
foa.dk/frederikssund
Guldborgsund: 46 97 17 50
foa.dk/guldborgsund

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

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

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

Giv os et hjerte,
så giver vi dig
fortællinger på
Instagram.



F FAGBLADET FOA

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

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

PMF-afdelinger

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

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

Redaktionen sluttet

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

Frist til nummer 1/2024

3. januar
Frist til nummer 2
31. januar

Annoncer

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

Annoncefrist

Nummer 6
7. november
Nummer 1/2024
10. januar

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

Nummer 6 udkommer

Uge 51 2023

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

Vi tager ansvar for
indholdet og er tilmeldt

**PRESSE
NÆVNET**

Medlem af Danske Medier
 DANSCHE MEDIERS
OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes
Oplagskontrol

Oplag:

169.153/12. årgang
Tryk: Stibo Complete
ISSN: 1901-5712



Udgiver:

FOA

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

LINSEFRIKADELLER MED REMOULADE

Savner du inspiration til en velsmagende madpakke, der kan holde energien oppe, så kig med her. Linsefrikadeller er et godt smagfuldt vegetarisk alternativ til fisk og kød.

AF KATRINE KLINKEN | FOTO: LINE FALCK

TIP!
Snack stykker
af frugt. Skær den
ud hjemmefra

TIP!

Linsefrikadeller
kan spises varme
med kartoffelsalat
eller kolde i en
burger i mad-
pakken

Linsefrikadeller

ca. 20 stk.

200 g tørrede grønne linser
1 mellemstor squash, 300 g
100 g kartoffelmel
2 tsk. karry
1 løg
½ fennikel, 150 g
3 spsk. hakket persille, 30 g
3 æg
1 spsk. salt og friskkværnet peber
ca. 3 dl olie til stegning

Tilbehør

Remoulade, frisk estragon og dild
Citronbåde
Groft rugbrød

Sådan gør du

Linser:

Skyl og kog de tørrede linser i rigeligt letsaltet vand i 20-25 min., til de er helt møre. Lad dem dryppe godt af og afkøl dem.

Frikadellefars:

Riv squash på den grove side af rivejernet. Bland squash med kartoffelmel og karry. Riv løg og hak fennikel meget fint. Rør det sammen med hakket persille, sammenpisket æg og de afkølede linser. Krydr med salt og peber.

Linsefrikadeller:

Form farsen til frikadeller med ske og steg dem i meget varm olie på en pande, indtil de er gyldenbrune. Skru ned og steg dem færdige 3-4 min. på hver side. Tag linsefrikadellerne af panden, så de ikke suger for meget olie.

Spis linsefrikadeller med remoulade, citron og rugbrød. Drys med estragon og dild.

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



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



Kompetence-
løft på alle
niveauer

STYRK FAGLIGHEDEN. DET BETALER SIG.

Hos VUC ERHVERV får dine medarbejdere præcis det faglige kompetenceløft, der rustar dem til fremtidens arbejdsmarked.

Fagligt stærke medarbejdere giver højere kvalitet i opgaveløsningen, og større arbejdsglæde i hverdagen. Kontakt os og lad os lægge en plan sammen!

Find nærmeste VUC på www.vuc-erhverv.dk

VUC-ERHVERV
MERE END UDDANNELSE

Scan og
læs mere



FOA Lønkonto - få ~~3%~~ 4%* i rente

- For at få den høje rente skal du være medlem af FOA fagforening.
- Du skal fremover være helkunde og samle din privatøkonomi i PenSam Bank. Din NemKonto skal være oprettet i PenSam Bank.
- Vi skal kunne kreditvurdere din økonomi i forhold til den samlede pakke.
- Rentesatsen er variabel og senest opdateret pr. 27. juni 2023. 4 % i rente gælder op til 25.000 kr. (herefter 0,00 %).

PenSam



FOA



Er dine borgere i **øget risiko** for et alvorligt forløb ved COVID-19?¹ Og ved de det selv?

Man er i øget risiko, hvis man er

80 år

eller derover – også selvom man ingen kroniske sygdomme har.



65-79 år

og har én eller flere risikofaktorer.



Risikofaktorer

- ! Alvorlig hjertesygdom
- ! Alvorlig kronisk leversygdom
- ! Overvægt
- ! Svær lungesygdom
- ! Dårligt reguleret diabetes
- ! Kræft
- ! Kronisk nyresvigt
- ! Svær psykisk sygdom
- ! Nedsat immunforsvar
- ! Alvorlig neurologisk sygdom

Tidlig behandling kan være relevant

Personer i øget risiko, som får symptomer på COVID-19, bør tage en test hurtigst muligt, da de kan være i målgruppen for tidlig behandling.

Hvis testen er positiv, bør de straks kontakte egen læge for at høre om mulighederne for behandling. Selv milde symptomer kan hurtigt udvikle sig til mere alvorlige symptomer og indlæggelse.²



Du og dine borgere kan læse mere på **virusstop.dk**