

Et godt grin

Side 20

**Frihed giver
arbejdsglæde**

I Juelsminde 'pusler'
de vagtplanen
på plads · side 6

Har du valgt den rigtige bank?

Hvad med at vælge en bank, der ikke bare siger, de er en af de billigste?



PenSam Bank tilbyder nogle af markedets bedste renter. Og det er ikke bare noget, vi siger. www.mybanker.dk har gennem flere år kåret os som en af Danmarks billigste banker. De lave priser er en af grundene til, at vi har nogle af landets mest tilfredse kunder. Der er mange flere. Så sæt kryds ved PenSam Bank.



Sæt kryds ved PenSam Bank

Ring på 44 39 39 44 og hør mere om hvordan vi kan tage hånd om dig og din økonomi. Besøg også www.pensam.dk/bank hvor du kan teste dig selv og se, om PenSam Bank passer til dig.

PenSam  **BANK**



Mulighedserklæring

Min læge vil ikke skrive en almindelig lægeerklæring til min arbejdsplads. Så nu ved jeg ikke, hvad jeg skal stille op. **Panelet svarer side 44**



De unge strømmer til sosu-skolerne, men mangel på praktikpladser sætter uddannelsesdrømmen på standby – til trods for regeringens målsætning om, at flere unge skal have en uddannelse.

Side 16

Sosu-skoler afviser unge



Frihed giver arbejdsglæde

Hvordan får du arbejde og privatliv til at hænge sammen? Og hjælper det, hvis du får større indflydelse på din arbejdstid frem for faste rul?

tema side 6-11

Teknologien giver Nadia større frihed

Nadja Moyes er bundet til sin kørestol, men med nye hjælpemidler er hun blevet mere selvhjulpne og uafhængig

side 13



Mindre stress med diktafoner

Er diktafoner kun et nyttigt værktøj for læger? Nej, mener de på et plejehjem i Valby, hvor brugen af diktafoner i plejen blot er en af de nye ideer, medarbejderne prøver af

side 32

Også i dette nummer

Et godt grin

Dennis K. FOA går nye veje

Wii på plejehjemmet. Se billederne

Fyret for ikke at tage medicin

side 20

side 28

side 29

side 36



Mere end 45 procent af eleverne på sosu-skolerne er over 25 år, har børn og er etableret med familie og bolig.

Fag og arbejde får ny redaktør

Dit fagblad fik ved årsskiftet ny ansvarshavende chefredaktør. Hun hedder *Gitte Hejberg* og kommer fra Ekstra Bladet, hvor hun var forbrugerredaktør med ansvar for områder som privatøkonomi, sundhed og livsstil – både i avisen og på ekstrabladet.dk. Netop satsningen på flere journalistiske flader bliver et af de områder, som den nye redaktør vil prioritere højt i FOA, hvor de gode fagbladsartikler fremover skal spille mere sammen med hjemmesiden foa.dk. Gitte Hejberg vil også arbejde for, at *fag og arbejde* får mere kant, flere kontraster og oftere kommer til at sætte dagsordenen. »Når landets største fagblad for offentligt ansatte på baggrund af grundig research og gripende reportager sætter spot på et højaktuelt emne, så skal det helst give genlyd i resten af samfundet,« siger hun. ■

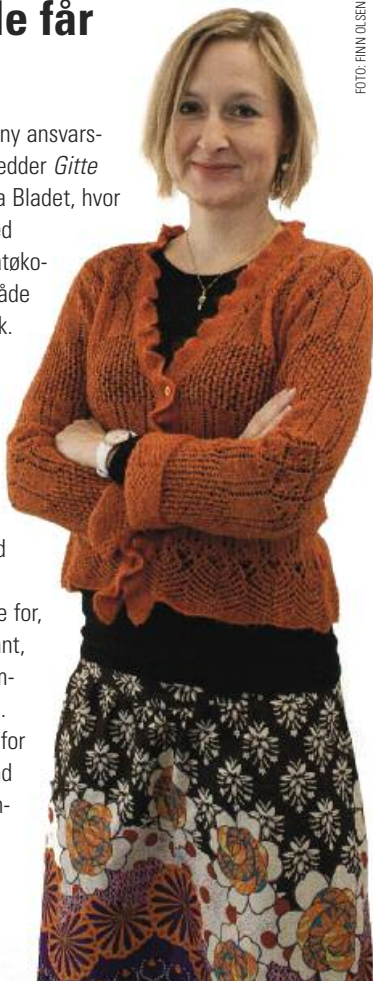


FOTO: FINN OLSEN

Brug knolden

Kartofler er mere klimavenlige end ris og pasta, og med det argument vil Kartoffelpartnerskabet have danskerne til at spise flere kartofler. »Den primære grund til, at kartofler klarer sig bedst i sammenligningen, er, at der er et relativt højere udbytte pr. hektar kartoffelmark end ved dyrkning af korn til pasta. Desuden er der et større spild fra korn end fra kartoffelplanter,« siger *Anders Iversen* fra firmaet Agro Tech, der har udført livscyklusanalyser på en lang række fødevarer. ■

www.brugknolden.dk



»Alle ved, at hjemlig hygge betyder sex i kontaktannoncer og netdating.«

MARIA MARCUS, FORFATTER

Selvbetjening

FOAs hjemmeside giver dig mulighed for at betjene dig med en række serviceydelser.

Du kan for eksempel

- Rette dine persondata
- Bruge web a-kassen
- Bestille publikationer
- Beregne og bestille tillægsforsikring til dagpenge
- Tilmelde til betalingsservice

www.foa.dk

MIA-prise

Er du på en arbejdsplads, der dyrker mangfoldighed, så fortjener den måske at blive indstillet til MIA-prise. Prisen, som Institut for Menneskeretigheder står bag, er med til at fremme mangfoldighed og lige muligheder – uanset køn, etnisk oprindelse, alder, handicap og seksuel orientering. Fristen for at indstille kandidater er 8. januar klokken 12. ■

www.miapris.dk



SCANPIX

Ældres sexlyst

Ældre har fået større lyst til sex, viser en svensk undersøgelse, der over 30 år har fulgt udviklingen af 70-åriges sexlyst. Og budskabet i temanummeret af *Alderens nye sider* om ældre og seksualitet er da også, at sexlivet ikke stopper med alderen. Derimod sker der en række fysiske forandringer, der har indflydelse på seksualfunktionen. Men en del problemer er der råd for med Viagra, testosterontilskud og glidecreme. Sexologiens grand old man, 86-årig Sten Hegeler, fastslår i et interview, at »vi har vores kønsliv, til vi mindst er 95.«

Alderens nye sider kan bestilles gratis på www.aeldreviden.dk

I oktober 2009 var der 2.890 ledige tilknyttet FOAs a-kasse. Det er omtrent samme niveau som i januar 2008.

DANMARKS STATISTIK



Kinas udledning af drivhusgasser tog for alvor fart i 2001, og i dag udleder Kina mere end USA.

WIKIPEDIA

Karen møder Karen

Sektorformand Karen Stæhr har været til møde med indenrigs- og socialminister Karen Ellemann. Her præsenterede Karen S. ideerne fra den psykiatricamp, FOA holdt i efteråret. Socialministeren var meget positiv og havde mange spørgsmål til forslagene. Karen og Karen talte meget om tabuerne ved psykisk sygdom og behovet for at nedbryde dem. De var enige om behovet for samarbejde om at gøre hverdagen bedre for de psykisk syge.

Også sundhedsminister Jakob Axel Nielsen har haft besøg af Karen Stæhr, der har fremført sektorens synspunkter og forslag. ■



FOTO: JØRGEN TRJUE

Tilfredse pårørende i psykiatrien

Op mod 64 procent af de pårørende til patienter på psykiatriske sengeafdelinger er tilfredse med kontakten til sundhedspersonalet og den indlagte, viser resultatet af projektet *Pårørende i psykiatrien*, som Danske Regioner og Sundhedsministeriet har gennemført de seneste to år. Danske Regioner vurderer, at tilfredsheden hos de pårørende har en positiv virkning på både personale og patienter og dermed gavner alle parter. ■

Betinget dom for skub

En social- og sundhedsassistent blev skubbet, så hun fik blå mærker på armen, da hun stødte ind i en tørretumbler. Gerningsmanden var en ophidset ægtemand til en hjemmehjælpsmodtager. Han blev gal, da hans kone ikke ville i seng efter maden, og sosu-assistenten gjorde opmærksom på, at de ikke kunne tvinge hans hustru mod hendes vilje. Først skældte han sin kone ud, og da sosu-assistenten bad ham tale ordentligt, vendte han vreden mod hende.

Sosu-assistenten meldte volden til politiet, og ved retten i Sønderborg lød dommen på 20 dages betinget fængsel med en prøvetid på 12 måneder samt sagens omkostninger. ■

Derfor hader mænd at shoppe

Hvem kender ikke situationen:

Kvinden støver rundt i butikken, kigger på tingene, vender og drejer dem og er tydeligvis fuldstændigt opslugt, mens manden går rastløst omkring og bare venter på, at det er overstået.

Forskellen på mænds og kvinders butiks-adfærd er helt naturlig, siger forskere fra University of Michigan. Den hænger nemlig sammen med vores fjerne fortid, hvor kvinder var samlere og mænd jægere.

Ligesom jægerne i ældgamle dage hurtigt gik til angreb på byttet og derefter hurtigst muligt forlod jagtpladsen, går mænd direkte efter den vare, de har brug for, og skynder sig derefter ud af butikken.

Og ligesom samlerne dengang måtte bruge mange timer om dagen på at samle planter og svampe og skelne mellem det brugbare og det giftige – kan nutidens kvinder bruge lang tid på at finde den helt rigtige vare. ■



Stadig på deltid

14 procent af de deltidsansatte FOA-medlemmer – det svarer til 9 procent af samtlige medlemmer – vil egentlig gerne gå op i tid, hvis de ellers kunne få lov. Det viser en medlemsundersøgelse.

Regeringen og kommunerne har ellers i den såkaldte trepartsaftale fra 2007 lovet FOA, at ledige timer på arbejdspladserne skulle tilbydes de deltidsansatte, før der skete nyansættelser.

Det er først og fremmest pædagogmedhjælpere, der ikke kan komme på fuld tid. Men også en del husassistenter og social- og sundhedshjælpere. ■

Arbejdstid. Hvordan får du arbejde og privatliv til at passe sammen? Og hjælper det, hvis du får større indflydelse på din arbejdstid frem for faste rul?

I dette tema kan du læse mere om fleksibel arbejdstid på godt og ondt. I Juelsminde har de gode erfaringer med 'puslemøder', hvor medarbejderne byder ind med ønsker til egen arbejdstid.

Elektronisk planlægning giver større indflydelse, viser en ny undersøgelse. Men på Vestervænget i Taastrup har de prøvet det og er gået tilbage til faste rul.



Frihed giver arbejds glæde

Af **Gro Ammendrup**

Foto: **Anders Brohus**

Hver ottende uge bliver der puslet. Juelsmindes udekørende aftenplejere i Distrikt Øst mødes og baks deres vagtplan for de næste otte uger sammen. Det tager en times tid, folk byder ind på dage, hvor der mangler vagter, og så er den ikke længere. Færdig, slut.

Aftenvagterne har det, de kalder *fleksibel arbejdstid*. Der er ikke nogen fast rulleplan. Der er en vagtplan for de næste otte uger.

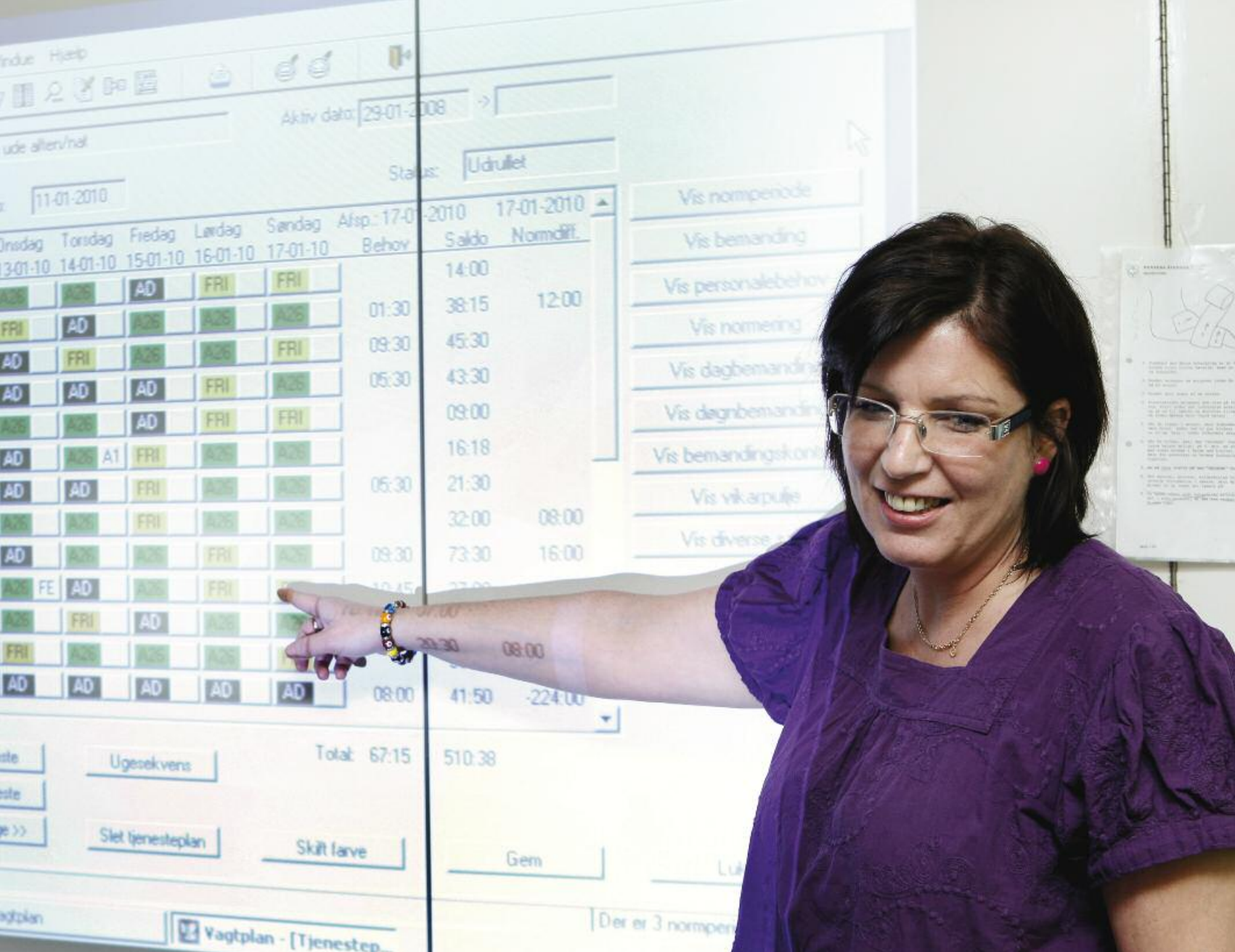
»Det fungerer rigtig godt. Nu kan folk lettere tage højde for fødselsdage eller andre arrangementer, de bliver inviteret til. Det giver en større sammenhæng mellem privatlivet og arbejdet,« siger *Christina Bjerking*, områdeleder for distriktets udekørende hjemmepleje.

Ingen jobansøgninger

Det var Christina Bjerking, som foreslog, at de prøvede noget andet end det traditionelle 12-ugers rul. Det gjorde hun, fordi gruppen længe havde haft rigtig svært ved at rekruttere nye kolleger.

Da Christina kom til som leder i 2008, var de kun seks fastansatte, hvor de burde være 14. Tomrummet blev udfyldt af et eksternt vikarbureau.

»Det holdt slet ikke. Hver aften var der nye ansigter. Det var belastende både for borgere og fastansatte. Det gjorde også, at de faste medarbejdere havde en utrolig stor byrde, de skulle bære, fordi der hele tiden var nye, som ikke kendte stedet. Rent socialt var det heller ikke godt, at der var så stor udskiftning,« siger Christina. »Bare fordi vi er kommunale, behøver vi ikke være firkantede.«



Svenske minder

Der måtte gøres noget ved den lave bemanning. Så Christina spurgte de vikarer, der kom i gruppen, hvorfor de ikke søgte en fast stilling i stedet. Og svaret var klart: Som fastansat havde man simpelthen for lidt indflydelse på sine arbejdstider. Som vikar havde man mere frihed og desuden en bedre løn.

Lønnen kunne Christina ikke hamle op med, men det med manglende indflydelse fik hende til at tænke bagud.

Hun kommer nemlig oprindeligt fra Sverige, hvor de har mange gode erfaringer med at lade medarbejderne få mere indflydelse på, hvornår de arbejder. Det giver en følelse af mere frihed og samtidig en fornemmelse af ejerskab over vagtplanen, da alle har noget at skulle have sagt.

»Jeg har altid gerne villet arbejde mere med fleksibel arbejdstid, siden jeg flyttede fra Sverige for 10 år siden. Og her var muligheden,« siger hun.

Grønt lys

Da Hedensted Kommune, som Juelsminde hører ind under, kort efter startede et projekt kaldet *Attraktiv Arbejdsplads*, øjnede Christina Bjerking chancen.

Hun spurgte teamet og dets planlægger, hvad de syntes om at indføre den anderledes arbejdstilrettelægning. Og med grønt lys fra dem gik hun til kommunen, som i det nye projekts ånd godkendte hendes forslag.

Også den lokale FOA-afdeling blev spurgt til råds, og der var de positive, da forsøget jo havde til hensigt at fremme medarbejdernes indflydelse.

Prøvet det før. *Det er områdeleder Christina Bjerking, der er kommet på ideen med fleksibel arbejdstid. Et lignende system har hun selv arbejdet med, da hun boede i Sverige, og det var hun glad for.*



Harmoni. »Jeg kan ønske, hvornår jeg vil arbejde. Jeg skal ikke planlægge mit privatliv ud fra min vagtplan,« siger Bente Lemming.

Godt fra start

I marts 2009 holdt de deres første puslemøde. Det tog hele to timer, hvilket ifølge Christina er usædvanligt.

»Men det var jo også første gang, så vi var alle lidt ukendte med tingene.«

Den 1. maj trådte den nye vagtplan så i kraft. Og der gik ikke lang tid, før medarbejderne meldte om en klar forbedring i arbejdet.

Som plejehjemsassistent Bente Lemming siger: »Før skulle jeg planlægge mit privatliv ud fra mit arbejde, nu planlægger jeg mit arbejde ud fra mit privatliv.«

Christina Bjerking mener også, at det har givet et bedre sammenhold i gruppen.

»Når vi er sammen om at planlægge, bliver det mere tydeligt, hvad der skal til for, at vagtplanen hænger sammen. De tager ansvar, hvis de kan se mening med det.«

En foreløbig succes

Men det er ikke kun medarbejdernes udsagn, Christina læner sig op ad, når hun skal bedømme forsøgets succes.

I november blev der lavet en midtvejsundersøgelse, hvor de ansatte fik et spørgeskema, som de kunne svare anonymt på.

Kun en ud af 14 ansatte ville hellere tilbage til det gamle rul. Det resultat tager Christina som et tegn på generel tilfredshed.



En lettet planlægger

Det er ikke kun medarbejderne, der har gavn af den fleksible arbejdstid. Også stedets planlægger, *Marianne Le Fevre*, påskønner det.

»Jeg bruger meget mindre tid og energi på vagtplanerne nu. Førhen når for eksempel sommerferien skulle planlægges, så skulle jeg rundt til hver enkelt og nærmest tigge og bede om, at de rykkede en uge her og der, for at hele vagtplanen gik op,« siger Marianne og fortsætter:

»Nu er der bare puslemøde hver anden måned, og så bruger jeg lige et par timer dagen efter med at sætte overenskomstaftalte fridage ind og sådan noget. Men så er det færdigt, og så behøver jeg ikke tænke mere over det.«

Koster en time hver ottende uge

Der er mange nye computersystemer, som tilbyder netop mulighed for selv at tilrettelægge egen arbejdstid.

Men hos aftenplejen i Juelsminde har de valgt ikke at købe et nyt og dyrt computersystem til deres forsøg med fleksibel arbejdstid. De fandt ud af, at deres gamle system, som resten af kommunen bruger, virker fint.

»Det eneste, forsøget egentlig koster os, er, når vi holder puslemøde. Så har vi nemlig afløser på i den time, mødet tager,« oplyser Christina.

Men det er penge, der er godt givet ud, synes hun. Foruden mere tilfredse medarbejdere, så har de ikke længere problemer med rekruttering.

Fra uønsket til eftertragtet

»Sidste gang vi havde et stillingsopslag, fik vi rigtig mange ansøgere. Og selvom vi ikke søger nogen nye, så ringer folk alligevel og spørger til vores fleksible arbejdstid. De er nysgerrige og beder os om at huske dem, hvis vi skulle mangle medarbejdere,« fortæller Christina stolt.

Rygten om deres arbejdstidsmodel har spredt sig. Det er blevet kendt som et godt sted at arbejde. ■

gram@foa.dk

Forhandling. »Der er et hul lørdag den 9. januar.« »Den kan jeg godt tage, hvis jeg så kan få fri mandagen efter.« Det blev en aftale.

Arbejdstidsmodel skabte splid

Trivsel. På det psykiatriske bosted Vestervænget har de prøvet fleksibel arbejdstid. Men de er nu vendt tilbage til 12-ugers rul.

Af **Gro Ammendrup**
Foto: **Mikkel Østergaard**

I 2008 led Vestervænget, et psykiatrisk bosted i Taastrup, under 29 fraværsdage pr. medarbejder. Det, mente forstander *Mogens Seider*, kunne være fordi, medarbejderne ikke havde kontrol over arbejdsdage. Derfor virkede et fleksibelt arbejdstidssystem som helt rigtigt.

Da han først præsenterede fleksibel arbejdstid, var ansatte og ledere positive. Efter Time Care – et computersystem til fleksibel arbejdstid – havde fortalt, hvad de kunne, ville jublen næsten ingen ende tage.

»Vi kunne få lov til selv at bestemme, hvornår vi vil le arbejde. Det var det mest fantastiske, jeg havde hørt. Jeg gik hjem til min mand og sagde, at vi har fundet svaret på livet,« fortæller social- og sundhedsassistent *Rikke Rasmussen* om hendes første møde med Time Care-systemet.

Time Care fungerer sådan, at medarbejderne indtaster, hvornår de ønsker at arbejde, og så gør programmet det lettere for planlæggeren at sørge for, der altid er fuld bemanning på. Ansatte kan i større grad selv tilrettelægge arbejdet, og det skulle få arbejde og privatliv til at gå op i en højere enhed.

Egoistiske kolleger

Men i stedet for glattere medarbejdere kom der kun usikkerhed om vagtplanen og mistillid til kollegerne.

»For at systemet virkede bedst, skulle vi være egoistiske. Det sagde repræsentanten fra Time Care, som introducerede systemet. Vi skulle ønske lige, hvad vi ville,« siger Rikke.

Men nogens ønsker blev hørt mere end andres. Computersystemet var kompliceret, så det var svært at få indtastet rigtigt.

»Der var mange af os, der aldrig fik, hvad vi ønskede.«

Koks i teknikken og lokalaftalen

Tre måneder før start lavede Mogens Seider en projektstyrgruppe, hvor han selv, Vestervængets tillidsrepræsentant og de ansattes fagforeninger var med. Gruppen skulle lave en lokalaftale, som kunne gå ud over den generelle overenskomst.

Den 1. maj 2008, hvor forsøget gik i gang, var der stadig ingen aftale.

»Jeg tror, at det er her, det går galt for os. Vi vil i gang, så vi starter, inden der er en aftale. Men det plejer at være sådan på Vestervænget, at når vi er enige om noget, kan vi gå efter det. Det er min fejl som leder,« siger Mogens Seider.

Men det var ikke kun en lokalaftale, der manglede. Selve computersystemet var heller ikke i top. For eksempel tog det ikke hensyn til overenskomstaftalte hvilepauser.

Og selvom Vestervænget kontaktede firmaet flere gange for at få rettet fejlene, skete der ikke noget.

Så stopper vi!

I foråret 2009 havde Vestervængets ansatte fået nok. De ville have det gamle 12-ugers rul tilbage.

»Vi var frustrerede over, at fejl ikke blev rettet. Systemet var ikke færdigt, og det gik ud over det psykiske arbejdsmiljø,« siger Rikke Rasmussen.

Mogens Seider lyttede til sine ansatte, og i april trådte det gamle rul i kraft igen.

»Vi kunne ikke holde ud, at arbejdspladsen var blevet så polariseret,« siger Mogens Seider.

I dag er Vestervænget igen et sted med god stemning. ■

gram@foa.dk



Mistillid. »Folk skumlede over, at hun og hun har fri, og jeg selv arbejder bare altid,« siger Rikke Rasmussen, social- og sundhedsassistent på Vestervænget.

Mere indflydelse på egen arbejdstid

Ældreplejen. Forsøg med individuel elektronisk planlægning af arbejdstiden giver markant større indflydelse, viser en ny arbejdsmiljøundersøgelse.

Af **Britta Lundqvist**
Foto: **Nana Reimers**

I en ny undersøgelse fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsoiljø (NFA) har arbejdspladser i ældreplejen afprøvet forskellige muligheder for, at medarbejderne får større indflydelse på egne arbejdstider. Resultatet viser, at computerprogrammer med individuel planlægning af arbejdstid giver markant større indflydelse.

Tidligere forskning viser, at medarbejdere med stor indflydelse på egne arbejdstider har færre sygedage, bedre sammenhæng mellem arbejde og fritid og færre stresssymptomer.

»I denne undersøgelse er formålet at følge medar-

bejderne i en periode, hvor de får større indflydelse. I næste fase vil resultaterne blive analyseret i forhold til helbred og trivsel,« siger seniorforsker *Helene Garde*, NFA.

De deltagende arbejdspladser kunne selv bestemme, hvordan de ville give medarbejderne større indflydelse. Før projektet var mindre end hver femte involveret i planlægning af egen arbejdstid.

Fra 18 til 97 procents indflydelse

Tre plejecentre valgte at afprøve individuel elektronisk arbejdstidsplanlægning, hvor medarbejderne selv indtastede ønsker til arbejdstider, og hvornår de ikke ønskede at arbejde – kaldet vetotid. Computerprogrammet matchede så bemandingsbehov og ønsker. Lederen finpudsede planen, som skulle følge lovgivning og overenskomster. I gruppen med elektronisk planlægning steg indflydelsen på egen arbejdstid fra 18 til 97 procent.

På fire arbejdspladser afprøvede man større medarbejderindflydelse på den faste rulleplan. På arbejds-

Hvad blev der af 3-3-modellen?

For seks-syv år siden var den såkaldte 3-3-model meget i veltæn. Modellen var afprøvet på kommunale arbejdspladser i Sverige. Meldingerne derfra var, at rullet med tre dages arbejde og tre dages fri var mindre nedslidende, nedsatte sygefraværet og gav større kontinuitet for beboerne.

Også i Danmark var der interesse for 3-3-modellen, og Plejehjemmet Fjordgården i Præstø (nu i Vordingborg Kommune) var de første til at prøve ordningen.

Hvordan er det så gået siden? Indtil for et halvt år siden har nattevagterne arbejdet med en 2 dages arbejde og 4 dages fri-model. Vagterne har så været på

10 timer ad gangen og månedligt har de derudover haft to arbejdsdage for at opfylde timenormen.

»Nattevagterne var meget glade for det rul, men det blev ændret som en udløber af kommunesammenlægningen, hvor der kom større natdistrikter,« siger social- og sundhedshjælper og tillidsrepræsentant *Vinnie Poulsen*.

Da 3-3-modellen blev indført i 2003 prøvede hun selv at arbejde efter den i omkring et halvt år. De positive erfaringer var blandt andet, at der blev et overlap mellem vagtholdene, fordi man skulle arbejde ni timer om dagen for at opfylde timenormen på 37 timer.

pladser, der skulle nytænke rulleplaner, foregik det to steder med møder og spørgeskemaer til medarbejderne om ønsker, og to steder kun med møder. Ingen af metoderne førte til, at forskerne kunne måle en oplevelse af større indflydelse.

Kræver tid og ledelse

Ifølge undersøgelsen kan det være vanskeligt at realisere ideer om arbejdstidsplanlægning. Det kræver en leder eller tovholder med den nødvendige viden om arbejdstidsplanlægning og beslutningskompetence. Og uanset metode kræver vagtplanlægning tid – både ledernes og medarbejdernes. For eksempel brugte nogle grupper med individuel elektronisk planlægning arbejdstid, mens andre brugte fritid på at indtaste arbejdstidsønsker.

Weekenderne er svære

Weekendarbejde er det ømme punkt. Ønsker og bemandingsbehov er svære at forene. Muligheden for kun at arbejde hver tredje weekend blev diskuteret mange steder.

»Et forslag er, at man afprøver 12-timers vagter, så man arbejder hver tredje weekend med 2 x 12 timer. Det er individuelt, om man kan holde til det, men helbredsmæssigt mener jeg ikke, der er hindringer for det. Men man skal ikke gøre det om natten,« siger Helene Garde.

Forskerne ville gerne have haft en eller flere grupper til at afprøve 3-3-modellen med tre dages arbejde og tre dages fri, men det var der ingen, der ville, blandt andet fordi det rammer for mange weekender. ■

brlu@foa.dk

»Men 3-3-modellen kræver stram styring ledelsesmæssigt, og nogle gruppeledere styrede det ikke så godt, så der var medarbejdere, der kom til at skyldte op til 100 timer,« forklarer Vinnie Poulsen.

Arbejdsberørte weekender

Der var heller ikke tilfredshed med, at så mange weekender blev berørt. I løbet af seks uger havde man to hele weekender fri, to hele arbejdsweekender og så to arbejdsberørte weekender, hvor man enten arbejdede torsdag-fredag-lørdag eller søndag-mandag-tirsdag.

»Så nu er vi både dag og aften gået tilbage til ganske almindeligt 5-2 og med arbejde hver anden weekend. Nattevagterne har prøvet forskellige modeller, lige nu er det 5-5, de bruger,« siger Vinnie Poulsen.



Forskelle. »På de arbejdspladser, der valgte at prøve elektronisk arbejdstidsplanlægning, fik medarbejderne større indflydelse på egen arbejdstid, mens vi ikke kunne måle større indflydelse hos dem, der ville nytænke rulleplaner,« siger seniorforsker Helene Garde.

Kirsten Nabe Nielsen & Anne Helene Garde: Nye tider i ældreplejen – betydningen af indflydelse på egne arbejdstider. Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA).

Undersøgelsen kan downloades fra www.arbejdsmiljoforskning.dk/arbejdstid

Efter 3-3 var blevet indført, gennemførte FOA-afdelingen en interviewundersøgelse om synet på modellen. »Medarbejderne var meget lunkne, og vi gik jo også væk fra den igen. Men jeg tror stadig, at det kunne være en god model, hvis det blev styret rigtigt,« vurderer Vinnie Poulsen. ■

brlu@foa.dk

Medarbejder	11-01-10	12-01-10	13-01-10	14-01-10	15-01-10	16-01-10	17-01-10	Behov	Saldo	Navn
101	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD	01:30	38:15	12
102	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD	09:30	45:30	
103	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD	05:30	43:30	
104	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD		09:00	
105	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD	16:18	16:18	
106	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD	05:30	21:30	
107	AD	AD	AD	AD	AD	AD	AD		32:00	08



Bedre psykiatri nu!

Af **Karen Stæhr**

Psykisk sygdom rammer omkring hver anden familie i Danmark. Det betyder, at mange af os kommer i tæt kontakt eller berøring med psykisk sårbare mennesker enten som kolleger via vores arbejde, familie eller venner.

Trods det mangler vi ofte viden om psykisk sygdom, og dermed skabes fordomme, myter og tabuer, når talen falder på psykisk sårbare mennesker.

Psykiatrien har lidt under stram økonomi og manglende politisk bevågenhed.

FOA vil gerne være med til at give psykiatrien et tiltrængt løft. Vi vil sætte en bedre psykiatri på dagsordenen – både blandt politiske beslutningstagere, men også blandt vores medlemmer, som ikke arbejder i psykiatrien.

FOA vil gå nye veje for at udvikle og sikre sammenhæng i psykiatrien. Derfor holdt vi en psykiatri-camp den 24. og 25. september. Deltagerlisten var mangfoldig fra blandt andet ministerier, eksperter, brugere, pårørende og ansatte. Fælles for dem alle var, at de brænder for psykiatrien og de psykisk sårbare.

FOA ønsker, at der skal tænkes i helheder på tværs af sektorer og traditioner. Fremtidens psykiatri skal være helhedsorienteret.

Jeg vil gøre mit til, at vi får sat en række aktiviteter i gang. Jeg har holdt møder med indenrigs- og socialministeren og med forebyggelses- og sundhedsministeren om resultaterne fra campen, som er 10 konkrete bud på handlinger. Vi vil igangsætte en række aktiviteter i samarbejde med andre inden for psykiatrien. Vi vil samle fællestillidsrepræsentanter inden for psykiatrien, og vi støtter op om, at ideerne fra campen bliver omsat til handlinger.

Buddene fra campen spænder fra »Den børnevenlige voksenpsykiatriske afdeling« over »Fra 'kronisk' til håb og helbredelse« og »Ring 1608 – ikke 112! – støtte når samfundet holder lukket. Et tilbud til unge« til »Dygtiggørelse af ledere og medarbejdere«.

Tabu var det ord, der gik igen på campen, og der blev udtrykt et stort håb om, at også FOA vil være med til et opgør med fordomme og myter. Der er brug for at kigge på synet på psykisk sygdom og psykiske syge – for at aflive tabuerne og myterne og at udbrede en større viden om psykiske sygdomme.

En nylig undersøgelse fra Danske Regioner viser, at 65 procent af danskerne ikke mener, de ved nok om psykiske sygdomme, samt at tre ud af fire har den opfattelse, at det er mere socialt acceptabelt at lide af en fysisk sygdom end en psykisk sygdom. Her kan arbejdspladsen være med til at sikre rummelighed, når vi ser, at én af vores kolleger står uden for arbejdspladsen i kortere eller længere tid på grund af psykisk sygdom. Vi skal sammen sikre, at det enkelte menneske bevarer tilknytningen til arbejdsmarkedet. Det begynder i hverdagen. ■

Karen Stæhr er formand for Social- og Sundhedssektoren

sakset

Efterlyser rod i ældreplejen

»Der må gerne være rod, for rod signalerer netop, at her bor der mennesker, der lever livet i stedet for mennesker, der er lagt i kunstig koma.«

Peter Graulund, konsulent med speciale i ældreindretning, i NyhedsInformation for Social- og Sundhedssektor

Ældre på mode

»Det er alle topforskere, der går ind i aldringsfeltet, fordi de kan se fremtiden i det. Det er ganske enkelt på mode. Og det har jo en kolossal nyttevirkning, hvis man er i stand til at forbedre tilværelsen for de ældre, og så kan man jo samtidig spare samfundet for en frygtelig masse penge.«

Vilhelm Bohr, professor på National Institute on Aging i USA, i Kristeligt Dagblad

Robin Hood-model

»Jeg tror også, vi kommer til at tale brugerbetaling. Hvis vi skal kunne give til dem, der kun har folkepensionen, er vi nødt til at tage fra dem, der har kunnet spare op til en god pension eller har en formue. Jeg er sikker på, at vi må lave en slags Robin Hood-model.«

Tove Larsen, formand for Kommunernes Landsforenings social- og sundhedsudvalg, i 180 grader

Snob ned

»Jeg kan kun opfordre til at droppe snobberiet. Mange af disse varer er produceret på samme fabrik, som varerne, der ligger ved siden af. De koster bare langt mindre.«

Ann Lehmann Erichsen, økonom, i Jyllands-Posten

Teknologien giver Nadia større frihed

Velfærdsteknologi. Nadia Moyes er bundet til sin kørestol, men med nye hjælpemidler er hun blevet mere selvhjulpnen og uafhængig.

Af **Britta Lundqvist**
Foto: **Søren Holm**

Nadia Moyes trykker på fjernbetjeningen til døren og byder gæstfrit inden for i sin lyse lejlighed i Bo- og Aktivitetstilbuddet Tagdækkervej i Hammel. Det med at kunne åbne og låse sin egen dør er vigtigt for hende, og det kan hun nu, takket være velfærdsteknologien.

»Før skulle jeg bede personalet om det. Nu kan jeg selv. Det er rigtig dejligt. Det fylder meget, når man ikke kan, men nu kan jeg bruge min energi på noget andet. Jeg er blevet mere selvhjulpnen og uafhængig,« fastslår hun.

32-årige Nadia er bundet til sin kørestol af en sjælden sygdom, AMC, hvor leddene er stive og bøjedede. Men meget af det, hun ikke kan fysisk, forsøger hun at finde teknologiske løsninger på. Derfor har hun entusiastisk deltaget i projektet *Smart Home*, som Region Midtjylland og Hjælpe-middel-instituttet har gennemført.

Bestemmer selv

På kørestolen har Nadia hele sit kontrolpanel af fjernbetjeningen, der blandt andet

styrer åbne-lukke- og tænd-sluk-funktioner. Hun nyder, at det nu er hende selv, der bestemmer, om vinduerne skal være åbne eller lukkede. »Selvfølgelig er personalet her for at hjælpe. Men kan man se, at de har rigtig travlt, spørger man sig selv, om det er nu, jeg skal forstyrre, hvis det er en lille ting,« siger hun.

Nadia har også fået et velfærdsteknolo-

gisk toilet. Hjælpen til at komme fra kørestol til toilet og tilbage igen skal hun stadig have, men teknologien klarer vask og tørring.

»Der er mange medarbejdere, og det kan være træls at skulle have dem til at hjælpe med noget så privat. Derfor synes jeg også, toilettet gør mig mere uafhængig.«

Overskud. »Når man er fysisk handicappet, er der mange irritationer over det, man ikke kan. Med de nye hjælpemidler kan jeg meget mere selv. Det giver selvtillid og overskud til at kunne mere,« siger Nadia Moyes.





Spiserobot. Med spiserobotten får Nadia Moyes større selvstændighed ved måltiderne.



Fjernstyring. Ved hjælp af fjernstyringer monteret på kørestolen kan Nadia Moyes styre en række funktioner i sit hjem.

På jagt efter støvsugeren

Nadia har hund, og derfor synes hun, at en robotstøvsuger kunne være et oplagt supplement til den ordinære rengøring. Men den første støvsuger, hun prøvede, var en fiasko.

»Jeg skulle jagte den rundt og prøve at ramme tænd-sluk-knappen med en pind. Så der skal jeg have en ny med fjernbetjening,« konstaterer hun.

Spiste aldrig salat

Takket være et nyt hjælpemiddel har Nadia også fået større selvstændighed, når hun spiser. Hun har fået en såkaldt spiserobot, som ikke er særlig robotagtig, men nærmest en ekstra arm. Den hedder en *neater eater* – et hjælpemiddel til at spise pænt.

»Den hjælper mig til ikke at skulle have armen ud i yderposition, hvor jeg får ondt i skulder og arm. Og nu kan jeg selv bestemme hastigheden, når jeg spiser. Før jeg fik den, spiste jeg aldrig salat, men det kan jeg nu,« siger Nadia Moyes.

Superbruger

Betjeningen af alle de nye hjælpemidler er et kapitel for sig. Og for både beboere og personale er det frustrerende, hvis noget ikke virker, som det skal. Men Nadia er en ørn til at finde ud af tingene: »Jeg vil næsten sige, at det er mig, der forklarer personalet, hvordan det fungerer. Jeg prøver mig frem, indtil jeg finder ud af det,« siger Nadia Moyes. ■

brlu@foa.dk

Vi skal skabe livskvalitet

Erfaringer. Velfærdsteknologi sparer ikke arbejdskraft, men frigør tid til noget, der giver mere mening.

Hvis man tror, velfærdsteknologi sparer arbejdskraft, så er det ikke hele sandheden, og i starten tager ny teknologi tværtimod mere tid.

»Men teknologien giver os tid til at gøre noget andet, der giver mere mening for beboerne. Og de mange små forstyrrelser med at åbne vinduer og trække gardiner for er væk,« siger afdelingsleder *Tove Stræde*, Bo- og Aktivitetstilbuddet Tagdækkervej i Hammel.

Her har fem beboere afprøvet en række velfærdsteknologiske hjælpemidler. Erfaringen er, at de fleste er blevet mere selvhjulpne, mens én ud af de fem ikke har haft den store nytte af de nye muligheder.

»Han bruger det ikke, men det kan også være et spørgsmål om kontakt, så han kalder alligevel,« siger social- og sundhedsassistent *Dorte Jørgensen*.

Hjælp til selvhjælp

»Vores opgave er at yde hjælp til selvhjælp, og med projektet fik vi nye muligheder. Vi har talt om hver enkelt beboers behov. Og dem, der blev valgt ud, var dem, vi vurderede, ville kunne få gavn af det,« siger *Dorte Jørgensen*.

Tagdækkervej er bygget i 2006 og dermed en moderne bygning, men alligevel var det en større omgang at installere automatisk dør- og vindueslukning. Det, der har været sværest at få til at fungere, er lamelgardinerne, for der skal ikke mere til, end at en plante står i vejen, så virker de ikke tilfredsstillende.

»I det hele taget er det værste, når det ikke fungerer. Det er sådan noget, der kan vælte beboerens dag,« siger *Dorte Jørgensen*.

Tre af beboerne har fået spiserobotter, og hvor det tager 30 minutter at hjælpe en med at spise, tager det nu kun fem minutter at gøre spiserobotten klar.

»At kunne spise selv giver større omvendenskontrol, og vores opgave er at skabe livskvalitet for vores beboere,« siger *Tove Stræde*. ■



Valgmuligheder. Både døre, gardiner og belysning kan styres med et tryk på fjernbetjeningen.



Vurdering. »Vi skulle måske have været mere inddraget i vurderingen af den enkelte borger og nytten af velfærdsteknologiske hjælpemidler, så man undgår fejlinvesteringer,« siger social- og sundhedsassistent *Dorte Jørgensen*.

brlu@foa.dk



Nærvær. »Vores erfaring er, at nogle beboere har haft meget stor glæde af de velfærdsteknologiske hjælpemidler, mens andre kalder, selvom de selv kan styre vinduer eller gardiner,« siger afdelingsleder *Tove Stræde*, der her er inde hos *Michael Christensen*.

Selvhjulpen med ny teknologi

Region Midtjylland har med støtte fra fonden Realdania gennemført *Udviklingsprojekt med afprøvning af Smart Home basisinstallation*. Der blev også afprøvet velfærdsteknologiske hjælpemidler som for eksempel toiletter med skylle- og tørrefunktion og robotstøvsugere. Projektet fandt sted på Bo- og Aktivitetstilbuddet Tagdækkervej i Hammel, hvor fem beboere fra oktober 2007 til juni 2009 afprøvede velfærdsteknologiske løsninger. Rapporten *Velfærdsteknologi selvhjulpen med ny teknologi* kan læses på www.foa.dk under fagblad/ekstra

»De praktikpladser, vi er bagud i 2009, skal vi indhente i 2010. Vi har appelleret til kommunerne om at oprette flere praktikpladser, for der kommer i den grad til at mangle arbejdskraft inden for ældreplejen.«

ERIK NIELSEN, FORMAND FOR KL'S ARBEJDSMARKEDS- OG ERHVERVSUDVALG SAMT BORGMESTER I RØDOVRE



»Vi fik jo at vide, at vi helt sikkert kunne fortsætte på assistenten i et samlet forløb.«

PASCALE ANDERSEN

Sosu-skoler afviser

Afvist. 21-årige Pascale Andersen er en af de mange afviste på social- og sundhedsuddannelserne. Nu er hun på kontanthjælp. En absurd situation mener FOA, der peger på, at det stigende antal ældre i de kommende år vil lægge et større pres på ældreplejen.

Af **Merete Nielsen**
Foto: **Tao Lytzen**

»Fuck, hvad gør jeg så?«

Tanken flyver gennem hovedet på *Pascale Andersen*, da hun i midten af oktober læser brevet fra sosu-skolen i Randers. Som nyuddannet social- og sundhedshjælper med topkarakteren 12 har hun slet ikke overvejet, at hun kunne få afslag på at læse videre til social- og sundhedsassistent.

»Det kom fuldstændig bag på mig. Da jeg søgte ind på hjælperuddannelsen, fik vi jo at vide, at vi helt sikkert kunne fortsætte på assistenten i et samlet forløb.«

Svært at få arbejde

Pascale er nu på kontanthjælp og søger job på livet løs. Men det ser lidt sort ud, for Randers Kommune har ansættelsesstop i ældreplejen. Jobsøgningen er derfor udvidet til Nordjylland, hvor ledige stillinger stadig bliver slået op.

»Jeg er lige flyttet til Hjørring for at finde arbejde, men helst vil jeg fortsætte

på assistentuddannelsen, da den giver flere jobmuligheder. Jeg har søgt ind igen til marts, men risikerer at være på kontanthjælp frem til da, og det synes jeg er surt.«

Må på støtten

Pascale Andersen er langt fra den eneste, der har måttet se sin uddannelsesplan smuldre. *Tanja Lauenborg*, formand for elevrådet på sosu-skolen i Randers, kender til mange, der er blevet afvist. Nogle endda helt op til fem gange på assistentuddannelsen.

»Som situationen er i øjeblikket, må mange nyuddannede social- og sundhedshjælpere, der ikke kan komme videre på assistentuddannelsen, gå til a-kassen eller kommunen for at få penge.«

Skuffet over afslag

Også for *Gitte Seerup* fra Sønderjylland spærrer manglen på praktikpladser for hendes planer. I maj 2009 blev hun som 37-årig færdig som social- og sundhedshjælper og havde regnet med at fortsætte på assistentuddannelsen.



Regeringens erklærede mål er, at 95 procent af en årgang skal have en ungdomsuddannelse inden 2015, men i øjeblikket går det den modsatte vej.

Kommunerne manglede at oprette cirka 650 praktikpladser på sosu-området i 2009 for at overholde en aftale mellem kommunerne, regionerne, regeringen og fagbevægelsen fra 2007.

unge



Uddannelsesstop. 21-årige Pascale Andersen er ærgerlig over at være på kontanthjælp i stedet for at være i gang med at læse videre til social- og sundhedsassistent.

»Men til min store skuffelse fik jeg afslag. Vi havde ellers fået at vide, at vi var sikre på at kunne gå videre.«

Efter afslaget har Gitte haft et vikariat på sit tidligere praktiksted. Men en spare-runde gjorde, at hun sammen med tre andre afløserer røg ud. Efter at have gået ledig har hun netop fået en 20-timers nattevagtstilling på et ældrecenter. Drømmen om at læse videre er udsat på ubestemt tid.

»Når man først har været væk fra uddannelsen, er det sværere at komme tilbage. Med tre børn skal der virkelig planlægges stramt.«

Absurd at bremse for uddannelse

At Pascale og Gitte har fået afslag, er selvfølgelig ærgerligt for dem, men set i et større perspektiv er det også ærgerligt for samfundet, mener *Nanna Højlund*, forbundssekretær i FOA.

»Det er jo absurd, at de ikke kan få lov til at uddanne sig til et niveau, hvor der virkelig er brug for folk« ■

men@foa.dk

Antallet af ældre vil stige kraftigt

Nyuddannede social- og sundhedshjælpere mærker i nogle kommuner, at det er blevet sværere at få arbejde.

Alligevel fastholder FOA, at kommunerne i 2018 vil mangle omkring 17.000 social- og sundhedshjælpere og -assistenter, hvis de ældre skal have samme service som i dag.

Det skyldes, at antallet af ældre vil stige jævnt frem mod 2018 – og herefter vil udviklingen tage yderligere fart.

Selv om man kan forvente, at de kommende års ældre generelt vil have et bedre helbred, så vil antallet af demente stige markant. Ifølge Nationalt Videnscenter for Demens vil op mod en tredjedel af alle danskere over 85 år rammes af en demenssygdom.

Finansministeriet har i øjeblikket ikke noget bud på det fremtidige behov for arbejdskraft inden for social- og sundhedsområdet, men ministeriet oplyser, at der er sat et analysearbejde i gang. ■



»At spare på sosu-uddannelsen er en af de mest vanvittige besparelser, man kan foretage sig, men vi er i en modbydelig økonomisk klemme.«

MARTIN GLERUP, FORMAND FOR SUNDHEDSUDVALGET I VESTHIMMERLANDS KOMMUNE

Mere end en fjerdedel af medarbejderne i ældreplejen er over 55 år. Det betyder, at der i løbet af få år vil mangle mange medarbejdere.

Det kniber med praktikpladserne

Barriere. De unge strømmer til sosu-skolerne, men mangel på praktikpladser sætter uddannelsesdrømmen på standby – til trods for regeringens målsætning om, at flere unge skal have en uddannelse.

Af **Merete Nielsen**
Tegning: **Gitte Skov**

Det er ikke mere end et år eller to siden, at landets sosu-skoler i den grad skulle oppe sig for at få fyldt pladserne til social- og sundhedsuddannelserne.

Sådan er det ikke længere. Skolerne er populære som aldrig før, og i en tid, hvor regeringen slår på tromme for, at flere unge skal have en uddannelse, burde alle være glade.

Men jublen er til at overse. Virkeligheden er nemlig, at skolerne i 2009 har måttet afvise 4.500 på uddannelserne til social- og sundhedshjælper og -assistent. Det viser tal fra Undervisningsministeriet.

Kommuner bagud med praktikpladser

Hovedforklaringen på de mange afviste er mangel på praktikpladser. I 2007 indgik

kommunerne og regionerne ellers en aftale med regeringen og fagbevægelsen om at øge antallet af praktikpladser på sosu-området med 1.100 ekstra om året i perioden 2008-2015.

Men dels vil de ekstra pladser ikke dække behovet, og dels har kommunerne ikke sørget for pladser nok på sosu-uddannelserne i 2009. Knap 650 praktikpladser 'skylder' kommunerne i 2009 – med Hovedstadsområdet som den store synder.

Skandale ikke at uddanne

KL har appelleret til kommunerne om at oprette flere praktikpladser i 2010, men ikke alle følger opfordringen. I Nordsjælland ser lederen af social- og sundhedsskolen Humanica, *Charlotte Poulsen*, ikke positivt på udviklingen.

»Ud fra de foreløbige meldinger er der ikke nogen tegn på, at kommunerne i

2010 vil ansætte flere elever end i 2009, hvilket de ellers skal.«

I Nordjylland har Vesthimmerlands Kommune sparet alle elevstillinger væk i 2010. *Martin Glerup* (S), formand for Sundhedsudvalget i Vesthimmerland lægger ikke skjul på, at det er en meget kortsigtet besparelse.

»Det er en skandale, at vi ikke sørger for at få uddannet folk, der kan erstatte de medarbejdere, som vi ved forlader arbejdsmarkedet inden for de kommende år. Men det skyldes kommunens dårlige økonomi – vi er på nippet til at blive sat under administration,« siger udvalgsformanden, der ikke har stemt for nedskæringerne på elevområdet.

Kommunerne er trængte

Pia Pedersen, næstformand i FOA Aalborg, er ærgerlig over situationen.

»Det er jo helt håbløst, at døren bliver smækket i, når der endelig er nok ansøgere til uddannelserne,« siger næstformanden, der sammen med SOSU Nord vil forsøge at presse Vesthimmerlands Kommune.

Også på Sjælland mærker sosu-skolerne, at kommunerne er trængte. *Lone Rasmus-*



»Det er i bund og grund et spørgsmål om, hvilken velfærd vi ønsker. Og spørger man danskerne, tror jeg, at de fleste vil svare, at de ønsker uddannet arbejdskraft til ældreplejen.«

NANNA HØJLUND, FORBUNDSSEKRETÆR I FOA

Af de godt 100.000, der arbejder på sosu-området inden for FOAs faggrupper, har cirka en tredjedel ingen uddannelse.



sen, uddannelsesvejleder på SOSU Næstved, mener, at kommunerne gør, hvad de kan for at skaffe praktikpladser, men at arbejdspladserne er så pressede, at det er svært at tage flere elever ind.

»Vi har et rigtig godt samarbejde med kommunerne og regionen, men når man flere steder kører med nødberedskab på hverdage, er det svært at få tid til eleverne,« siger Lone Rasmussen.

FOA: flere praktikpladser, tak

De mange afviste på sosu-uddannelserne har fået FOA til at presse på for at få oprettet flere praktikpladser. Og faktisk landede regeringen i november en aftale

med KL og Danske Regioner om 1.650 ekstra praktikpladser i den offentlige sektor i 2010. Alligevel er FOA ikke tilfreds.

»Undervisningsminister Bertel Haarder havde lovet, at 1.000 af de ekstra pladser var øremærket sosu-området, og det er ikke sket,« siger Nanna Højlund, forbundssekretær i FOA.

Arbejdspladser under pres

FOA vil i det kommende år nøje følge, om kommunerne og regionerne stiller det aftalte antal praktikpladser til rådighed. Desuden mener FOA, at der i 2011-2015 bør oprettes yderligere 500 pladser om året på social- og sundhedsområdet.

Men er det overhovedet realistisk i en tid, hvor kommunerne skærer ned, og praktikvejlederne måske er ved at give op? Nanna Højlund erkender, at det ikke bliver nemt.

»Vi ved godt, at arbejdspladserne er under et stort pres, men som faglig organisation bør vi kæmpe for, at vi fortsat får uddannet flere til social- og sundhedsområdet. Dels for at erstatte dem, som går på pension, og dels for at øge andelen af uddannet arbejdskraft. Men selvfølgelig skal vi sikre, at arbejdspladserne har den fornødne tid til at vejlede og uddanne de mange elever.« ■

men@foa.dk

Sjovt nok. En god portion humoristisk sans er ingen skade til. Tværtimod. For humor skaber tillid og venskaber, giver selvværd og status, gør det lettere at få et job og komme godt igennem livet. Og så kan humor få latteren til at rulle – og det er både smittende og sundt, viser forskningen.

Et godt





grin



Af Jette Rantorp

»Kan du låne mig en 50'er?«

Lægen, som havde stuegang, blev mildest talt befippet, da en dødssyg mand, som havde kræft i halsen og derfor hverken kunne spise eller tale, skrev dette til ham.

Men så begyndte han at smile – og så at grine. For spørgsmålet vidnede om et overskud af humoristisk sans, som gjorde den ulykkelige situation lettere – både for ham og patienten.

Humoristisk sans er nemlig ikke bare til sjov. Det er, hvis man skal tro den nyere forskning, en dybt alvorlig sag, som har et utal af gavnlige virkninger, hvis man er så heldig at have den som livsledsager.

Derfor er der også flere og flere enkeltpersoner og virksomheder, der henvender sig til humoreksperter og latterinstruktører for at lære, hvordan man bruger humor i hverdagen, og hvordan man får latteren til at rulle.

Latter holder doktoren væk

»Humor og latter er to forskellige ting. For humor foregår i hjernen, mens latter er et fysisk fænomen,« siger *Jan Thygesen Poulsen*, tidligere reklamemand og nuværende lattercoach og forfatter til bogen *Le nu!*

At de to ting ofte følges ad, vil han ikke benægte. Men selv har han mest beskæftiget sig med det fysiske. Han er manden bag de store lattermøder på Rådhuspladsen – hvilket i 2000 gav ham en plads i Guinness Rekordbog, da han den 9. januar fik det største antal mennesker nogensinde (8.200)

til at grine uden grund.

»Ved sådan en lattersession begynder man med en simuleret eller forceret latter. Men på et eller andet tidspunkt tager den ægte, frie latter over. Og så kan man faktisk fortsætte med at grine en

time eller mere.«

Filosofien er *'Fake it until you Make it.'* Og der kan være god grund til at simulere sig til en ægte latter, mener Thygesen Poulsen. For latter er påviseligt godt for helbredet – det har han selv erfaret, da han efter

»Latter er humorens udtryksform. Og humor er stjernesked fra anarkismens paradys.«

HUMOREKSPERT OG LATTERINSTRUKTØR PER RYT-HANSEN



- mange års hyppige influenza-angreb begyndte i latterklub.

»Det hjalp. Ansigt, mellemgulv og mave bevæger sig, når man griner, der kommer mere ilt til hjerne, muskler og organer, og hjerte og lunger styrkes. Især for folk med luftvejslidelser er det godt at grine.«

Derudover er det dokumenteret, at latter og humor øger produktionen af de såkaldte T-celler, som er en del af organismens immunforsvar. Og at latter får blodtrykket til at falde og frisætter forskellige stoffer i hjernen – serotonin, dopamin og endorfiner, som virker smertestillende.



En indisk undersøgelse viser desuden, at latter er godt mod stress. Og japanske forskere har påvist, at et godt grin dulmer smerterne hos leddegigtpatienter.

Dåselatterens velsignelser

I virkeligheden ved man endnu ikke så meget om latterens fysiske virkninger. Til gengæld er der lavet masser af undersøgelser af, hvad der får gang i lattermusklerne.

Amerikanske humor-forskere har tre teorier om,

»Som modvægt mod livets fortrædeligheder skænkede Gud mennesket tre gaver – håbet, søvnen og latteren.«

FILOSOFFEN IMMANUEL KANT 1724-1804



POLFOTO

Regn med latter.
Det øsede ned, men det generede ikke Jan Thygesen Poulsen, da han i 2003 varmede op til den internationale latterdag ved Storkespringvandet i København.

hvad det er: Uoverensstemmelses-teorien – når noget logisk og velkendt erstattes af noget, der ikke normalt passer sammen. Overlegenheds-teorien – når vi griner af andre menneskers fejltagelser og dumheder. Og lettelser-teorien – for eksempel når sort humor hjælper os igennem belastende situationer.

Det er også en kendt sag, at alder, køn og kultur har indflydelse på, hvad vi synes er sjovt. Og at vi alle er mere lattermilde, når vi er sammen med andre, end når vi er alene.

»Undersøgelser viser, at vi griner 30 gange mere i selskab end i ensomhed. Så i den sammenhæng er det uheldigt, at omkring en tredjedel af danskerne bor alene,« siger Jan Thygesen Poulsen.

Men den situation afhjælpes heldigvis af tv-seriernes dåselatter, som får os til at grine, selvom vi sidder alene foran skærmen, mener den amerikanske humor-

forsker Robert R. Provine – og langer ud efter bladet *Time Magazine*, der har udnævnt dåselatter til en af 'århundredets 100 værste opfindelser'.



»Latter er sindets orgasme.«

ANONYM

Provine konstaterer også, at kvinder ler mere end mænd – måske som et ubevidst tegn på føjelighed og underkastelse. Ligesom underordnede ler mere end deres chefer.



Humor kan læres

Men alt i alt er de fleste af os ret humorforladte, hvis man skal tro eksperterne.

Ifølge en tysk undersøgelse griner moderne voksne i vores kultur kun seks-syv minutter daglig, mens voksne i 1950'erne grinede tre gange så meget. Kun børnene er rigtige grinebidere. De griner 50 gange mere end voksne.

Og også i børnenes verden giver det selvværd og popularitet at have en humoristisk tilgang til tilværelsen. Det konstaterede udviklingspsykolog *Martin Führr*, da han for nogle år siden foretog en undersøgelse af 1.062 11-14-årige børns forhold til humor.

»Men det drejer sig ikke evnen til at spille pauseklovn. Det er den humor, der kan bruges til at vende en kedelig situation og få andre til at grine af deres egne nederlag, der giver status. Sådan én vil alle gerne arbejde sammen med, for det letter på præstationspresset,« siger han.

»Og det kan læres,« fortsætter han. »For humor er ikke medfødt. Det er noget, man opdrages med eller lærer sig selv.«

Så hvorfor ikke gå i gang med at pudse sine humorbriller og møde livet med et glimt i øjet? Det værste, der kan ske, er, at man brækker sig af grin eller tisser i bukserne. Endnu er ingen døde af grin – så vidt vides. Tværtimod. ■



Hahaha for børn

Hvorfor flyttede de tre små grise hjemmefra? Fordi deres mor var et svin.
Ved jeres mor, at I ryger? Nej, det skal være en overraskelse.
Hvorfor lugter en prut? Af hensyn til de blinde.

Humor på plejehjemmet

Brobygger. Frisk eller dement, personale eller beboer – humoren har de til fælles på plejehjemmet Bøgehøjgård i Hornbæk.



Af **Jette Rantorp**
Foto: **Sonja Iskov**

»Mangel på humor er det værste handicap.«

Den sorte overskift på et gulnet udklip fra Berlingske Tidende skiller sig ud fra alt andet på den spraglede opslagstavle og får én til at træde nærmere:

Udtalelsen kommer fra en mand i kørestol. En person, der absolut intet kan uden hjælp, men som ifølge artiklen lever et rigt og aktivt liv med humoren som fast ledsager – formanden for Muskelsvindfonden, Evald Krog.

»En fantastisk mand,« siger lederen af plejehjemmet Bøgehøjgård i Hornbæk, *Bodil Bækgaard*. Det er hende, der har hængt udklippet op. Hun kender ham. Og har lært.

Også på 'hendes' plejehjem, som har 50 beboere og 70 ansatte, er smilet, latteren, den lette tone og den sjove bemærkning i højsædet.

»Ikke som et krav om, at alle for eksempel skal grine tre gange om dagen. Men som en generel stemning, der får os til at fokusere på det, der lyser. De gode historier,« forklarer hun.

Og det passer ifølge Bodil Bækgaard fint ind i den anerkendende kultur, som Helsingør Kommune har besluttet, at alle i social- og sundhedsforvaltningen skal arbejde med.



Besøg. »Har du ikke fået nyt hår, Kamma? Hvor er det flot!« Kamma elsker, når Margaret kommer forbi med kosten.

Tryghed. »Humor kan ikke trives, hvis arbejdsmiljøet er utrygt,« siger plejehjemsleder Bodil Bækgaard.





... og så en lille bil!

Bøgehøjgård er et etplans gulstensbyggeri fra 1973, hvor alle beboere har deres egen lille lejlighed med en stump have til.

På de lange gange, der fører ind til de små hjem, er der møbelgrupper, blomster, julepynt. Hyggeligt.

Det er blandt andet her husassistent *Margaret Byrne*, som kommer fra England, huserer med kost og spand. Og det gør hun med en smittende lattermildhed, der bekræfter, at plejehjemmet lægger vægt på at ansætte 'positive medarbejdere, der fremmer humor og humør i hverdagen'.

»I morges stod jeg og vaskede gulv og sang en engelsk julesang. Så gav jeg moppen videre til en af de andre piger. 'Så er det din tur, og du må gerne synge på svensk,' sagde én af vores beboere. Men det ville hun nu ikke,« fortæller Margaret med et stort grin.

»Vi har mange humoristiske indslag i dagligdagen – også i forhold til vores demente beboere,« siger Bodil Bækgaard.

»For der er ingen forskel på friske og demente, når det drejer sig om humor. Nogle kan ikke klare en alt for voldsom humor, de skal have en mere venlig og intelligent humor. Men det lærer man efterhånden, og det er jo spændende,« siger Bodil Bækgaard.

Så kommer anekdoterne: Om Ib, der hver morgen står og synger »Velkommen«, når hun møder, mens han kikker på uret for at se, om hun kommer til tiden. Og om den demente mand, der altid siger »Uh, hvor har du en kold hånd« – men forleden pludselig sagde: »Uh, bare jeg havde sådan én som dig – og så en lille bil!«

Dans i rullestol

Der er selvfølgelig situationer, hvor humor og latter ikke virker, understreger Bodil Bækgaard. For eksempel hvis der er sygdom eller sorg, eller hvis miljøet er utrygt.

Men på Bøgehøjgård gør man sig umage for at skabe et trygt miljø. En formiddag om måneden mødes

alle medarbejdere til formiddagskaffe og sang. Og to gange om året er der fælles tema-eftermiddag – et arrangement, der for nylig blev brugt til et besøg af humoreksperten Allan René Olesen.

»Det var fantastisk,« siger Margaret. »Vi var helt oppe at køre i dagene efter. Da jeg mødte på arbejde tidligt næste morgen, grinede og hoppede de andre ansatte rundt, og de er normalt meget stille på den tid af dagen.«

For beboerne er der månedligt bankospil, forårsfest, høstfest og julefest, arrangeret af plejehjemmets venneforening.

»Det er tidligere ansatte og pårørende, som sørger for alt – fin middag, rødvin, Bailey's, musik og dans. Og alle er med. Selv beboere i kørestol danser. De stråler,« fortæller Bodil Bækgaard.

»Ja, og det giver noget at tale om i lang tid efter,« tilføjer Margaret.

Ingen klager

Den gode stemning aftegner sig i sygefraværet, som er begrænset. Og i de pårørendes reaktioner.

»Det er rart at kunne fortælle de pårørende om alle de små humoristiske situationer, vi oplever i hverdagen. Det gør det lettere for dem at skulle aflevere en mor eller far – og at sige farvel efter at have været på besøg,« siger Bodil Bækgaard.

»Så vi får faktisk sjældent klager. Men mange positive kommentarer.«

»Det er jeg glad for at høre – for jeg ser aldrig de pårørende,« bobler Margaret og tilføjer:

»Det er et dejligt sted at arbejde.«

»Og det bidrager du i høj grad til,« siger Bodil Bækgaard. Anerkendende. ■



Mulighed. »Der er mange muligheder for at lave sjov, når man gør rent hos folk,« siger husassistent Margaret Byrne.



Humor søges

»En undersøgelse viser, at 65 procent af alle stillingsannoncer beder om ansøgere med veludviklet humoristisk sans,« oplyser udviklingspsykolog Martin Führ.

Jeg kender kun én vi

Humor-kultur. Komikeren Anders Lund Madsen rejste verden rundt for at undersøge humor i forskellige kulturer – og fandt, at han deler humor med en morder i Texas.



Af **Jette Rantorp**

Det undrede mig ikke, at han var forsinket. Og det undrede mig heller ikke, at han – da han endelig susede ind ad døren til DR-byen i Ørestad – straks gav sig til at vinke afvæbnende, og at han derefter smed sig i foyerens knaldstribede sofa og indledte samtalen med et angerfuldt ansigtsudtryk og en lille flod af oprigtige undskyldninger.

Måske fordi *Anders Lund Madsen* er en mand, man forventer at kunne forvente sig hvad som helst af. Inklusiv høflighed.

Han er journalist, siger han selv. Men han har ikke noget imod at blive kaldt klovn. For det er trods alt humoren, han især er kendt for. Senest som let forvirret og nuttet vært på DRs *Det nye Talkshow* – og som amatørforsker i humor i forskellige kulturer.

I fem uger har han rejst verden rundt sammen med kollegaen Sanne Gram, som er Jyllands-Postens korrespondent i Mellemøsten, for at finde ud af, hvad der får folk til at grine under fremmede himmelstrøg. Og hans konklusion er:

»Jeg tror ikke, der er så fandens stor forskel på, hvorfor noget er sjovt. Hvis man for eksempel siger noget, man egentlig ikke må sige, men så gør det alligevel på en sjov måde – ja, så er det altså sjovt.«

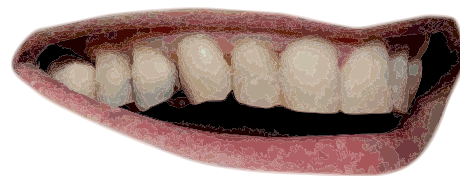
Sjove tabuer

Undersøgelsen førte parret til så forskellige egne som Jylland og Stevns, Dallas, Los Angeles, Tokyo, Hiroshima, Gaza og Israel. Og planen er, at den skal fortsætte i Afrika, Rusland og Sydamerika.

»Det ser ud til, at det overalt er skægt, hvis man siger eller gør noget overraskende og overrumplende – gerne i forbindelse med overskridelse af et tabu. Men hvad dét så er, varierer fra kultur til kultur og fra tid til tid,« siger Madsen.

»Derfor kunne det være sjovt at se, hvad der fik gang i lattermusklerne i Middelalderen. Ser man på kalkmalerier lader det til, at det også dengang var komisk, hvis nogen tog tøjet af.«

»Men i dag lever vi jo i en globaliseret verden, hvor alle kan se de samme jokes på YouTube. Så jeg tror ikke, det er geografien, men mere alder, køn og miljø, der afgør, hvad man synes er morsomt. En 46-årig mandlig journalist i Tokyo vil nok have samme humor som jeg. Mens der vil være forskel på, hvad jeg – og så en 12-årig pige fra Møn – griner af.«



Vittighed



Kedelig ventetid

Påstanden om, at den særlige danske ironi ikke forstås af fremmede, kan Anders Lund Madsen ikke genkende.

»Vi var i Texas, og i byen San Antonio nær den mexicanske grænse besøgte vi en sort fange, der sad på dødsgangen i det lokale fængsel. Vi havde ingen problemer med at forstå hinandens humor.«

»Han havde slået tre teenagere ihjel, skudt dem, mens de lå og sov. Det var noget med narko. Men han havde stor ironisk distance til sin situation og lavede sjov med, hvor kedeligt det var at sidde og vente på døden.«

»Den distance oplevede vi ikke i Gaza, som jo også er en slags dødsgang, hvor der bor 1,2 millioner mennesker på et areal svarende til Langeland, og hvor man ikke kan komme ind og ud. Måske fordi den ulykkelige situation ikke kun rammer enkeltpersoner, men også deres børn og deres land.«

»I øvrigt er det nok sværere at grine af noget som helst, hvis man er stærkt religiøs. For så er regler og tabuer dødsensalvorlige – og ikke noget, man laver grin med.«

Kender du den om ...

Om sin egen humor siger komikeren, at den har han arvet fra sine forældre. De kom ganske vist begge fra landet, hvor man ikke ødslede med sjov og spas. Men de var muntre folk, der havde let ved at grine af sig selv.

»Jeg kan kun én vittighed, og det er ikke nok at basere en karriere på,« siger han.

»Men derfor kan man godt være sjov. Humor opstår her og nu, og det, der er sjovt på et tidspunkt, er ikke nødvendigvis sjovt på et andet. Så det kræver god situationsfornemmelse og en evne til at improvisere.«

Og vittigheden?

»Nå ja. Kender du den om jagthunden, der var bidsk?«

???

»Lesbisk!«

Jeg griner tamt og pligtskyldigt.

»Det er den eneste, jeg kan huske, fordi den er så kort,« forklarer han. ■



FOTO: SONJA ISKOV

Kim Botoft Pedersen, parkeringsvagt, Parkering København:

»Mange bliver sure på parkeringsvagterne. Men jeg klarer det med et smil og lidt humor. Hvis nogen kommer og siger 'må jeg spørge dig om noget?' – så svarer jeg nej. Så griner de, og det gør jeg også. Hvis de er helt oppe i det røde felt, fordi jeg ikke vil trække parkeringsafgiften tilbage, så går jeg to skridt tilbage og siger: »I skal holde jer to skridt væk, hvis vi skal tale sammen. Jeg bryder mig ikke om at være for tæt på folk.« Og det respekterer de som regel. Kun én gang har jeg haft problemer. Det var en fyr, der skubbede til mig og slog min mobil ud af hånden, da jeg ville ringe til politiet. Men ellers går det rimeligt glat. Det sjoveste, jeg har oplevet, var en kvinde, der kom farende ud fra Rigshospitalet og råbte 'Det må du ikke!', da jeg var ved at skrive en parkeringsbøde. Hendes datter var i gang med at føde, og moderen var så forvirret, at jeg kom til at grine og opgav bøden.«



FOTO: SØREN HOLM/CHILI

Vagner Thomsen, buschauffør, Århus Sporveje:

»Over for kolleger og passagerer er mit motto 'smil til verden, så smiler den til dig'. For jeg ved, at både smil og surhed smitter. De allerfleste passagerer er flinke, men der er en lille procentdel, man skal holde tre skridt fra livet. Jeg har forståelse for, at vi lever i en stresset tid, og hvis man så har stået og frosset og ventet på bussen, så er det selvfølgelig buschaufføren, der er dum. Men så gælder det for mig om at bevare overblikket og snakke ordentligt. Det kan være et ekstra plus, hvis man som buschauffør kan komme med en frisk bemærkning. Men man skal være forsigtig. Det er en hårfin balance – for det kan blive misforstået og opfattet, som om du er fræk. Alligevel er det et dejligt job. Bare de små hyggelige bemærkninger som 'tak for turen' eller 'tak for en dejlig tur' – de er guld værd.«



FOTO: JØRGEN TRUÉ

Mette Sørensen, pædagogmedhjælper, Børnehaven Valmuen, Frederikssund:

»Humor og grin er en del af børnehavens kultur og af jobbeskrivelsen, når vi søger nye medarbejdere. Vi bruger det i alle mulige situationer og griner meget. Forleden var der for eksempel blevet taget et meget uheldigt billede af en kollega. Så lavede vi en planche med billedet og overskriften 'Månedens medarbejder' og skrev sjove ting nedenunder. Den slags sort humor kan vi godt lide. Vi laver også sjov med børnene – især de store, som kan forstå det. Vi har lige haft en mus i institutionen, så vi fortalte børnene, at julen var aflyst i år, fordi musen havde spist al julepynten. Det fik vi en del skæg ud af. Men det sjoveste var nok, da vi for et par år siden klædte os ud i lagner og gevandter og gik Lucia-optog for børnene. Det syntes de var meget morsomt. Det blev de ved med at tale om længe efter.«

FOA går nye veje på det regionale område

FOA trækker sig ud af forhandlingsfællesskabet KTO på det regionale område, men bliver på det kommunale område. Det blev resultatet, da FOAs hovedbestyrelse tog stilling til KTO's forhandlingsmodel for de næste overenskomstforhandlinger i 2011.

FOA var ikke tilfreds med forløbet af KTO's overenskomstforhandlinger i 2008, som vi da også i den sidste ende forlod for selv at føre forhandlingerne videre.

Derfor skal der forandringer til.

De sidste par gange er forhandlingerne ført under en overskrift om, at et flertal på den ene side ikke skal kunne tvinge et mindretal med i et forlig, og at et mindretal på den anden side ikke skal kunne forhindre flertallet i at indgå forlig. Alligevel fik FOA ved strejkens start i 2008 gennem pressen hilsener fra både AC, SL, HK og 3F om, at vi ikke måtte få noget ud af strejken. Det må ikke kunne gentage sig.

Vi oplevede også, at KTO's fælles krav på tillidsrepræsentant-området – midt under forhandlingerne – kunne fejles af bordet med et veto. Heller ikke det må kunne gentage sig. Og endelig oplevede vi, at det regionale område blev håndteret som venstrehåndsarbejde af KTO, samtidig med at FOA måtte strejke dobbelt så længe i regionerne som i kommunerne for at få et forlig på plads. Det fortjener heller ikke en gentagelse.

Kommunalreformen skilte kommuner og regioner ad. I dag sidder staten i baghånden med varetøret, når der føres overenskomstforhandlinger på regionernes område. Og kommunerne vil af den grund ikke have regionerne inden for i forhandlingslokalet.

Efter min vurdering så vil kommuner og regioner i fremtiden bevæge sig endnu længere væk fra hinanden.

Når kommuner og regioner nu er helt adskilte under overenskomstforhandlingerne, så ønsker FOA, at KTO matcher arbejdsgivernes holdopstilling.

Derfor er vores bud, at KTO skal etablere to helt selvstændige forhandlingsdelegationer på henholdsvis det kommunale område og det regionale, der varetager alle opgaver fra opstilling af overenskomstkrav over stillingtagen til forlig eller strejke og til implementering af et vedtaget overenskomstforlig hver for sig, og som bruger KTO's forhandlingsudvalg som stedet, hvor overenskomstforhandlingerne koordineres.

FOAs medlemsgrupper i regionerne har krav på samme direkte indflydelse og samme interessevaretagelse som de kommunalt ansatte medlemsgrupper.

Vi havde helst set, at de nødvendige forandringer, som kan sikre denne indflydelse og interessevaretagelse, kunne være gennemført inden for KTO-systemet.

Så langt kunne enigheden i KTO desværre ikke bære, og derfor har FOAs hovedbestyrelse nu besluttet at gå nye veje på det regionale område. I forvejen står Sundhedskartellet uden for KTO. Og det ser ud til, at lægerne også forlader KTO på det regionale område.

Det kunne godt indeholde nogle interessante perspektiver for alliancer mellem faggrupper, som har fælles arbejdspladser på det regionale område, ved overenskomstfornyelsen i 2011. ■

»Når kommuner og regioner nu er helt adskilte under overenskomstforhandlingerne, så ønsker FOA, at KTO matcher arbejdsgivernes holdopstilling.«



Dennis Kristensen

Dennis Kristensen, forbundsformand

Dennis blogger på www.facebook.com

Dialog med
formanden på:
www.foa.dk/debat

Wii på plejehjemmet

Af **Britta Lundqvist**
Foto: **Heidi Lundsgaard**

Computerspil. Det er ikke kun unge, der kan more sig med Nintendo Wii-sportsspil. Også plejehjemsbeboere kan være med. Det viser erfaringer fra Odense Kommune. Den opsøgende afdeling *Aktiviteter i plejeboliger* medbringer Nintendo Wii-spil med sportssimulationer af boksning, golf, bowling, tennis og baseball, når de besøger kommunens plejecentre. På Plejecenter Albanigade er der både kampgejst og spilleglæde. ▶



Vinderen. Tove Olesen tæsker løs og vinder kampen, mens aktivitetsmedarbejder Tina Tranberg hepper, og hænderne instinktivt bokser med.



Gammel bokser.
Formen er ikke, hvad den har været, men koncentrationen fejler ikke noget, når Jarl Dyekjær, der selv er gammel bokser, forsøger at slå en prober næve.



Mændene. Aktivitetsmedarbejderne er meget opmærksomme på at finde aktiviteter målrettet mændene, så herrefrokoster og ølsmagning er også blandt tilbuddene. Nintendo Wii appellerer både til kvinder og mænd, oplever Tina Tranberg, der her kommer med gode råd til Jarl Dyekjær.





Kampen. Først fik hun tæsk, og så fik hun point. Viola Madsen har fået styr på, hvordan hun spiller kampen. Hun er ivrig, når hun spiller, og ved en tenniskamp blev hun så ivrig, at controlleren fløj gennem lokalet.



Aktivitetstilbud. Hver uge får kommunens 24 plejecentre besøg af Aktiviteter i plejeboliger, som ud over spil tilbyder gåture, udflugter, musik og underholdning. Aktiviteter i plejeboliger startede i 2007 som et forsøg, men er nu et permanent tilbud. Medarbejderne kommer med blandet baggrund, for eksempel er der en tidligere dagplejer, social- og sundhedshjælper og truckfører.



Gamle hænder. Det gælder om lige at lære teknikken med, at hver bevægelse flytter noget på skærmen.



Medrivende. »Nogle af de ældre er skeptiske, når jeg siger: Vi skal ned at spille computer. Men dem, der kan, har meget glæde af spillet, og de bliver fanget af det,« siger Tina Tranberg. Hun synes, især boksning er godt, fordi man får brugt armene, og det ikke kræver, at man skal koordinere så meget som i nogle af de andre sportsspil.



Mindre stress med diktafoner

Nye ideer. Er diktafoner kun et nyttigt værktøj for læger? Nej, mener de på et plejehjem i Valby, hvor brugen af diktafoner i plejen blot er en af de nye ideer, medarbejderne prøver af.

Af **Britta Lundqvist**
Foto: **Mikkel Østergaard**

Erika Pedersen får et stik i fingeren og småsnakker med *Maria Hagemann*, mens de venter på bippet, der afslører blodsukkermålingen. Maria tager diktafonen op af lommen og dikterer resultatet: 16,5. De taler lidt om, hvorfor det er så højt, og diktafonen ryger i lommen igen. Maria behøver ikke huske tallet, for når hun senere sætter sig på kontoret for at skrive det ind i omsorgsjournalen, er diktafonen hendes hukommelse.

På plejehjemmet Huset William i Valby har diktafonerne været i brug i lidt over et

halvt år, og de er kommet for at blive. De startede som en idé, der skulle prøves, men erfaringerne er så overbevisende, at hverken leder eller medarbejdere kan forestille sig at skrue tiden tilbage og igen skulle have oplysninger i hovedet og på små sedler i lommen.

Huset William er med i et projekt om forskellighed og fornyelse – diversitet og innovation – hvor formålet er at bruge medarbejdernes forskelligheder til at få ideer og se muligheder, enten ved indførelse af ny teknologi, nye arbejdsprocesser eller ved at gøre nye ting.

Fra åh nej til begejstring

»Helt ærligt, så var den første tanke 'åh nej, ikke et projekt til',« indrømmer social- og sundhedsassistenterne *Lise Jørgensen* og *Maria Hagemann*. Men nogle kolleger gik med i projektet, og de kom tilbage med ny energi og oplevelsen af, at der blev taget godt imod deres ideer.

Dokumentation. Maria Hagemann indtaler resultatet af blodsukkermålingen med det samme. Så behøver hun ikke at skulle huske det eller have det på en løs seddel, inden hun senere skriver i omsorgsjournalen.

Blandt andet forslaget om at bruge diktafoner i det daglige arbejde.

I starten blev de brugt af afdelingsledere og gruppeledere til dokumentation af sårpleje og medicin. Men nu har alle medarbejdere fået en diktafon, og det er både små og store huske-ting, der bliver indtalt. Altså alt fra oplysninger, der skal skrives i KOS (Københavns Omsorgs System) til 'husk der mangler toiletpapir'.

Bedre dokumentation og mindre stress

»Nu er vi fri for at skulle gå og huske ting, så den stressfaktor er væk,« konstaterer Lise Jørgensen.

Og det er ikke kun hende, der oplever det sådan. I fire uger førte medarbejderne stressbarometer, og her var der et markant resultat med faldende stressniveau efter indførelsen af diktafoner.

»Dokumentationen bliver også mere præcis og dybdegående, fordi vi ikke risikerer at huske forkert eller glemme observationer. Og beboerne får større mulighed for at følge med i deres egen situation. Når vi for eksempel beskriver et tryksår, kan borgeren lytte med, og vi kan tale om det. Men selvfølgelig hiver vi ikke diktafonen op af lommen foran en skizofren eller paranoid beboer, som tror, der er overvågning alle vegne. Vi vurderer selvfølgelig fra beboer til beboer,« siger Maria Hagemann.

Græskar fra Tivoli

Diktafonerne er et meget håndfast eksempel på, at der sker noget nyt, når medarbejderne slipper ideerne løs.

En anden af de ideer, der er ved at blive realiseret, er at give plejehjemmets have nyt liv med aktiviteter hele året. Til halloween blev der pyntet op med græskar og serveret varm kakao og boller for beboere og børn fra nabobørnehaven. Græskarrene var hentet kvit og frit i Tivoli, der netop havde haft åbent i efterårsferien. Willi-

ams leder, Anders Børresen, ringede og spurgte, og jo, de kunne komme og hente alle de græskar, de kunne bruge.

Mens græskarrene var en gratis idé, er diktafonerne finansieret ud af plejehjemmets eget budget. De står i knap 1.000 kroner stykket.

»Men det er småpenge, når de kan nedsætte stressen og forbedre det psykiske arbejdsmiljø. Og jeg tror, at næste skridt er diktafoner med talegenkendelse, som kan lette arbejdet for ordblinde og medarbejdere, der har det skidt med det skriftlige,« siger Anders Børresen.

Angsten for nytænkning er væk

Ud over de synlige eksempler har projektet generelt haft en positiv indflydelse på lysten til at prøve noget nyt.

»Der var en angst for nytænkning, og den er der ikke mere. Ideer bliver ikke mere fejlet af bordet,« konstaterer Lise Jørgensen.

»Nu er holdningen: Prøv det. Det kan for eksempel være en beboer, der prøver at spise skærmet, og vi ser, at det både giver mere ro, og hun spiser mere,« tilføjer Maria Hagemann.

»Vi har heller ikke mere det med, at beboerne skal være oppe før 10. Det handler om, at beboerne har det godt, og vi skal være åbne for, hvordan vi opnår det,« supplerer Lise Jørgensen. ■

brlu@foa.dk

Småpenge. »Stressen er faldet mærkbart, og når diktafoner kan forbedre det psykiske arbejdsmiljø, så er udgiften småpenge,« siger lederen af Huset William, Anders Børresen.



Forskellighed og fornyelse

Arbejdspladser med meget forskellige medarbejdere er dobbelt så gode til at forny sig som arbejdspladser med en ensartet medarbejderstab. Den viden er udgangspunktet for det landsdækkende projekt DINOVA – diversitet og innovation – som syv plejecentre deltager i. Formålet er, at medarbejderne skal skabe fornyelse på deres arbejdsplads – medarbejderdiversitet – og dermed kvalitetsforbedringer for både beboere og medarbejdere. DINOVA er støttet med 5,4 mio. kroner af Forsknings- og Innovationsstyrelsen. www.dinova.dk

Ørebøffer. Når man tager 'bøfferne' på, er man fredet for forstyrrelser. Lise Jørgensen synes, det er blevet både hurtigere og nemmere, fordi man ikke skal huske så meget, men har indtalt oplysningerne undervejs i arbejdet.



Når sygdom bliver til

Sundhedsforståelse. Sygdom kan føles som et fængsel, der sætter usynlige tremmer op i forhold til omverdenen. En mulig vej ud af dette fængsel handler om, hvordan vi grundlæggende forstår sundhed og sygdom.

Af **Hanne Struensee Schmidt**
Illustration: **Gitte Skov**

Vi kender alle mennesker, der stort set ikke foretager sig andet end at tale om deres sygdom. De er blevet inaktive og deltager ikke længere i sociale arrangementer. Familien ringer efterhånden ikke mere, og medarbejdere fra hjemmeplejen føler sig drænet for energi efter besøg hos den type borgere. Modsætningen er de mennesker, der stort set aldrig taler om deres sygdom, og som er aktive og udadvendte.

Vender vi blikket mod medarbejderne, finder vi også de samme modsætninger. Dem, der ofte på forhånd har opgivet troen og håbet om bedring på borgerens vegne, og de medarbejdere, der som en selvfølge tror på, at borgeren har ressourcer og mulighed for at få det bedre.

Hvordan kan det være, at samme sygdom giver vidt forskellig livskvalitet hos dem, som sygdommen rammer? Og hvordan kan det være, at medarbejdere, der ønsker det bedste for borgeren, måske i virkeligheden bidrager til, at borgeren får det dårligere? Svarene kan ligge i den måde, som vi forstår sundhed og sygdom.

Sundhed kan for eksempel forstås som fravær af sygdom. Den forståelse er fortsat almindelig i den vestlige kultur. Vi er præget af en naturvidenskabelig forståelse, hvor sundhed og sygdom er hinandens modpoler. Det betyder, at en sygdom ofte bliver noget, man er, frem for noget, man har. Den bliver en væsentlig del af eller hele ens identitet. Det kommer også til

udtryk i sproget. Vi taler for eksempel om at være diabetiker frem for at have diabetes eller at være skizofren frem for at have en skizofreni.

Forståelsen kan føre til, at vi inddeler andre mennesker i 'sunde' og 'syge'. En inddeling, der kan give det menneskelige ligeværd svære kår. Hos medarbejderen kan det for eksempel resultere i et 'pusse-nusse'-sprog, hvor sygdommen ses før borgeren. For borgeren kan det medføre, at han forventer, at medarbejderen tager over, hvor det i realiteten ikke er nødvendigt.

Hvis vi grundlæggende tror på, at mennesket kan udvikle sig, vil det afspejle en tro på og et håb om bedring eller helbredelse hos borgeren.

En anden måde at forstå sundhed og sygdom afspejles i Piet Heins kendte græk: »Sygdom er, hvordan man har det, sundhed er, hvordan man tår det.« Det handler om, hvordan vi håndterer, føler og tænker om en sygdom. Den forståelse afspejler sig også i populære bøger om livskvalitet. I den sammenhæng skal livskvalitet forstås som alt fra kostvaner, tankens kraft og spiritualitet, hvor det bliver op til den enkelte at være sund, lykkelig, rig og så videre. I denne forståelse ligger

kimen til både drømmen og fordømmelsen. Drømmen om, at der altid er håb forude, og at man grundlæggende kan skabe det liv, man ønsker. Men samtidig fordømmelsen, hvor man kendes skyldig i egen sygdom: Du er, hvad du spiser, og du er selv herre over dit liv igennem dine tanker og handlinger! En sådan værdidom kan være det, der gør, at et menneske med en sygdom trækker sig helt tilbage i 'sit fængsel'. Måske vælger den sygdomsramte helt at blive hjemme og sætte sig uden for det sociale fællesskab.

Nogle sygdomme kan være invaliderende. Men hvis vi forstår sundhed som livskraft og ser på sundhed og sygdom som et sammenhængende hele, er ingen hverken 100 procent sunde eller syge. Allerede i 1948 definerede verdenssundhedsorganisationen WHO sundhed som fysisk, psykisk og socialt velvære og ikke blot fravær af sygdom.

Nu er det ikke sådan, at vi går rundt og spørger hinanden om vores sundheds- og sygdomsforståelser. Det er for det meste nogle størrelser, som vi ikke har sat ord på. De kan også være ubevidste. Men vores forståelse vil altid fremgå af vores måde at formulere os på og i vores handlinger.

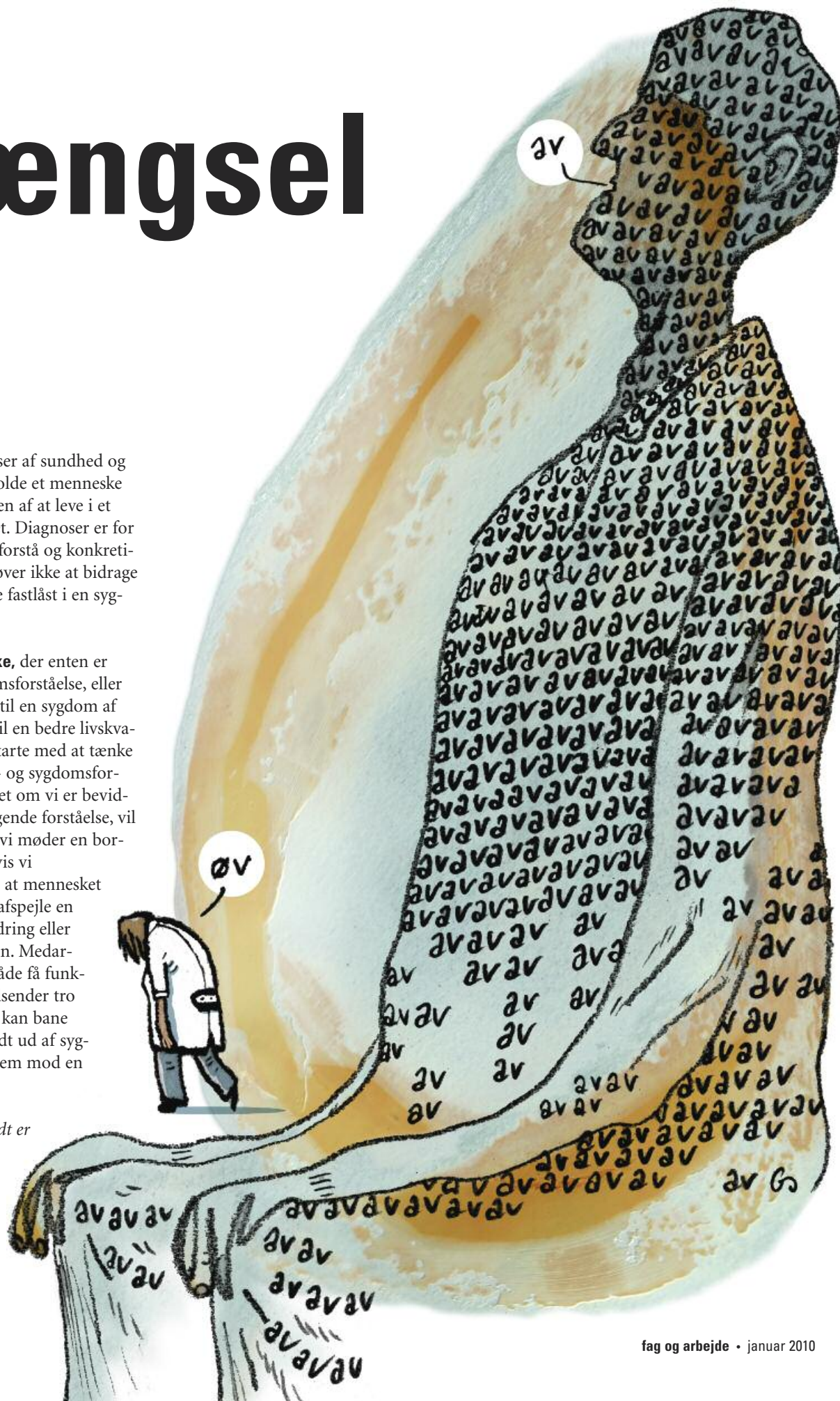
Hvilke sundheds- og sygdomsforståelser ligger der for eksempel bag præsentationen »Hans Petersen, psykisk syg« eller »Det kunne du ikke sidste gang, jeg var her. Jeg tror, du er på vej til at få det bedre«.

et fængsel

Ovenstående forståelser af sundhed og sygdom kan både fastholde et menneske med en sygdom i følelsen af at leve i et fængsel. Eller frigøre det. Diagnoser er for eksempel vigtige for at forstå og konkretisere en sygdom og behøver ikke at bidrage til at holde et menneske fastlåst i en sygdom.

Hvordan kan et menneske, der enten er fanget i sin egen sygdomsforståelse, eller som føler sig reduceret til en sygdom af omgivelserne, hjælpes til en bedre livskvalitet? Vi kunne måske starte med at tænke over, hvilken sundheds- og sygdomsforståelse vi selv har. Uanset om vi er bevidste om vores grundlæggende forståelse, vil den påvirke den måde, vi møder en borger med en sygdom. Hvis vi grundlæggende tror på, at mennesket kan udvikle sig, vil det afspejle en tro på og et håb om bedring eller helbredelse hos borgeren. Medarbejderne kan på den måde få funktion af 'fyrtårne', der udsender tro og håb. Tro og håb, der kan bane vejen for det første skridt ud af sygdommens fængsel og frem mod en bedre livskvalitet. ■

Hanne Struensee Schmidt er ernærings- og husholdningsøkonom og ved at uddanne sig i sundheds-pædagogik på Danmarks Pædagogiske Universitet.



Fyret for ikke at tage medicin



Oprejsning. Social- og sundhedsassistent Camilla Harboe Laursen har med FOAs hjælp fået 60.000 kroner, efter hun blev fyret af Skive Kommune. Hendes 'forseelse' er, at hun gerne vil være gravid og derfor ikke kan tage sin medicin for narkolepsi.

Af **Merete Nielsen**
Foto: **Lars Holm**

Til sin konfirmation falder *Camilla Harboe Laursen* i søvn. Bare sådan midt i det


hele. Hendes mor kan ikke få det til at hænge sammen med almindelig teenageadfærd og får sendt datteren til diverse eksperter for at få undersøgt det mærkelige søvnmønster.

Som 19-årig begynder Camilla at tage medicin, og to år senere får hun den endelige diagnose: Narkolepsi, en sjælden sygdom, hvor man pludselig får en uimodståelig trang til at sove – uanset om man er midt i en samtale eller aktivitet.

Lettelse at få besked

For Camilla er diagnosen egentlig en lettelse. Nu har hun lægernes ord for, at hun ikke bare er sløv, og med medicin kan hun i store træk leve et helt almindeligt liv.

I 2004 bliver hun færdig som social- og



Dårlig behandling.

»Jeg synes, jeg er værd at kæmpe for,« siger social- og sundhedsassistent Camilla Harboe Laursen.

sundhedsassistent og arbejder i flere år som aftenvagter på plejehjem i blandt andet Århus.

Sammen med kæresten flytter Camilla i 2007 til Lem ved Skive og får arbejde på et ældrecenter. Ved ansættelsen fortæller hun ikke om sin sygdom, men de nærmeste kolleger får besked, så de ikke undrer sig over, at hun tager medicin.

Klar til baby – uden medicin

I efteråret 2008 bliver Camilla gift med sin Eske, og i månederne efter rykker baby-

drømmen tættere på. Camilla ved godt, at en graviditet betyder farvel til medicin, så ved nytår trapper hun ud af det ene præparat, som er lang tid om at komme helt ud af kroppen.

Præparatet tager de anfald af muskellammelser, som narkoleptikere kan få. Camilla kan dog stadig passe sit arbejde, så længe hun sørger for at slappe af, når hun har fri.

Omkring marts 2009 kontakter Camilla igen sin neurolog, som råder hende til at stoppe med det andet præparat og forsøge at blive gravid.

Dette præparat sørger for at holde Camilla vågen, og uden det kan hun ikke arbejde, som hun plejer. Hun kontakter derfor FOA Skive for at få vejledning, så hun har argumenterne på plads, når hun skal tale med sin leder.

Jeg kunne stadig være en ressource

FOA anbefaler en deltids- eller aktiv sygemelding, så Camilla fortsat kan være tilknyttet arbejdspladsen.

»Jeg kunne måske komme to timer om formiddagen og være en ressource for arbejdspladsen ved at sidde og snakke med beboerne.«

Camilla forestiller sig også, at hun kan hjælpe med at gøre journalerne elektroniske, et nyt projekt, som hun har meldt sig til, og som hun har erfaring med fra sit tidligere job.

1. april 2009 holder hun et møde med sin leder, som er forstående og positivt indstillet over for at finde en løsning. De aftaler, at Camilla skal kontakte sin sagsbehandler i kommunen og vende tilbage.

Du er selv skyld i sygdommen

To uger senere bliver Camilla indkaldt til en samtale, som, hun tror, er en fortsættelse af den foregående snak. Men lederen er i mellemtiden vendt på en tallerken og afskediger hende med begrundelsen: selvforskyldt sygdom. En besked, der ryster Camilla.

»Jeg følte mig virkelig dårligt behandlet. Hvorfor var der ikke plads til, at jeg kunne blive sygemeldt, så jeg kunne blive gravid på lige fod med andre?«

Senere finder Camilla ud af, at hun med paragraffen om selvforskyldt sygdom bliver sat i bås med alkoholikere og andre, der med vilje pådrager sig en sygdom, så de ikke kan passe deres arbejde.

»Det, synes jeg, er meget nedværdigende.«

Klar til at gå hele vejen

Med FOA Skives hjælp forsøger Camilla at få omgjort afskedigelsen, men forgæves. Sagen går videre til forbundet, der tager de indledende skridt til en retssag mod kommunen for brud på ligebehandlingsloven.

På det tidspunkt er Camilla klar til at gå hele vejen gennem retssystemet. Hun håber, at hendes sag kan bane vejen for andre i en lignende situation.

»Jeg er jo ikke selv skyld i sygdommen, men kun i symptomerne, når jeg ikke tager medicin.«

I oktober 2009 foreslår KL, der forhandler på vegne af Skive Kommune, imidlertid et forlig, hvor Camilla bliver tilbudt 60.000 kroner i fratrædelsesgodtgørelse.

Jeg har fået en fantastisk støtte

Hun vælger at acceptere forliget og giver dermed afkald på at føre sagen helt til tops. Hendes store ønske om at blive gravid har nemlig vist sig ekstra kompliceret at få opfyldt. Hun venter nu på at få fjernet en cyste i livmoderen og skal derefter i fertilitetsbehandling.

»Jeg ville risikere, at jeg om et år eller to skulle stå i retten og fortælle en masse detaljer om mit privatliv, og hvis jeg til den tid stadig ikke er blevet gravid, tror jeg, at det ville være en for stor belastning. Så jeg valgte at få sagen lukket.«

Camilla ser forliget som et tegn på, at kommunen har erkendt, at den har begået fejl, og at der ikke har været noget at udsætte på hendes person eller faglige kunnen.

»Det bekræfter mig også i, at det nytter at kæmpe for sin sag. Alt for mange inden for mit fag dukker sig, og det, synes jeg, er synd – jeg har i hvert fald fået en fantastisk opbakning af FOA.« ■

men@foa.dk



Konflikt? Får vi ligesom i 1998 tomme hylder i forretningerne? Hvis arbejdsgiverne på grund af finanskrisen holder på pengene, kan OK-2010 ende i ny storkonflikt.

Privatansatte løf

OK-2010. Nogle tusinde FOA-medlemmer er involveret, når forhandlingerne om nye overenskomster på det private arbejdsmarked går i gang.

Af **Finn Danielsen**
Foto: **Scanpix**

Husker du dengang, supermarkedernes hylder var støvsuget for gær til hjemmebageriet? Det var i 1998, da forhandlingerne om nye overenskomster brød sammen og udløste storkonflikt på det private arbejdsmarked. Det kan ifølge flere eksperter på området ske igen om nogle få måneder, og så vil nogle tusinde FOA-medlemmer være en del af konflikten.

Flere overenskomster

Men foreløbig har det handlet om de indledende øvelser til forhandlingerne om OK-2010. FOA har opsagt eksisterende overenskomster og indsamlet krav til de nye. FOA har landsdækkende overenskomster med private arbejdsgiverforeninger på en række områder: Handicaphjæl-

pere, vikarbureauer på det pædagogiske område og sosu-området, fritvalgs-firmaer på sosu-området og buschauffører ansat i Arriva. FOA har endvidere overenskomster med mange mindre firmaer, der står uden for de store arbejdsgiverorganisationer.

Mange forhandlings-niveauer

FOAs indflydelse på det private arbejdsmarked er ikke af helt samme størrelse, som når det drejer sig om overenskomsterne på det offentlige område, hvor FOA har langt flere medlemmer. På det private arbejdsmarked er det LO og Dansk Arbejdsgiverforening (DA), der på det helt overordnede niveau skal have enderne til at nå sammen, hvis en konflikt skal undgås. Men også på mange trappetrin under toppen skal der indgås aftaler. FOA forhandler med Dansk Erhverv, der repræ-

Er du privatansat?

Medlemsregistrering. Hvis du arbejder eller bijobber på en privat virksomhed eller et vikarbureau, skal du være registreret som sådan i FOA. Ellers får du ingen indflydelse på de nye overenskomster.

I FOA hersker der en vis usikkerhed om, hvor mange FOA-medlemmer der arbejder i private virksomheder. Forklaringen er, at mange af dem, der gør det, ikke er registreret som privatansatte i FOAs medlemsystem.

Kun FOA-medlemmer, der er registreret som privatansatte, kan deltage i urafstemningen om OK-2010, så det er meget vigtigt, at alle, der enten har fast job eller bijobber på en privat virksomhed, bliver registreret korrekt. De faggrupper, der typisk kan have arbejde på en privat virksomhed, er sosu-personale, især sosu-hjælpere, handicaphjælpere og buschauffører.

Men også servicepersonale, rengøringsassistenter, husassistenter, værkstedassistenter og værkstedsledere, pædagogmedhjælpere, sygehusportører, driftsledere, kørselsledere og arbejdsledere kan arbejde på en privat FOA-overenskomst.

Hvis du er usikker på, om du er registreret korrekt i FOA, så ring eller mail til din afdeling. Du kan finde telefonnumre og mail-adresser her i bladet og på foa.dk, hvor du også kan følge med i, hvad der sker under forhandlingerne om OK-2010. ■

fida@foa.dk

ter FOA-hånden

senterer omkring 20.000 private virksomheder inden for flere brancher, og med Servicebranchens Arbejdsgiverforening (SBA). SBA er med i Dansk Industri, der er den mest magtfulde aktør i forhandlingerne.

Bred vifte af krav

I efteråret 2009 udsendte FOA et oplæg til de privatansatte medlemmer om OK-2010, og med udgangspunkt i den efterfølgende debat har FOAs hovedbestyrelse på sit møde i december vedtaget en bred vifte af krav til de kommende forhandlinger. Mange af kravene minder til for-

veksling om de krav, FOA stillede til fornyelsen af de offentlige overenskomster i 2008. Hovedkravet er også, som det var tilfældet i 2008, ekstraordinære lønstigninger til lavtlønnede i kvindefagene.

Lokale talsmænd, tak

Men der er også krav, som er helt særlige for det private område. FOA ønsker blandt andet flere lokale talsmænd, så der bliver bedre muligheder for at aftale løsninger, der passer til den enkelte virksomhed, fortæller forbundssekretær Jakob Bang. Han vurderer, at arbejdsgiverne deler dette ønske, fordi de mangler lokale



Parolen. »Mandeløn til kvindefag er FOAs hovedkrav, når overenskomsterne på det private arbejdsmarked skal fornyes,« siger forbundssekretær Jakob Bang.

modparter at diskutere med. På vikarbureauerne er der for eksempel ikke én eneste tillidsrepræsentant.

Forhandlingerne om den nye overenskomst tager fart i løbet af januar og går ind i sin afgørende fase i løbet af februar og marts. ■

fida@foa.dk

Nytårsquiz 2009

For et år siden bad vi læserne spå om 2009. Vi trak lod mellem dem, der havde svaret helt rigtigt på vores spørgsmål, og vinderen blev Susanne Storm, Frejasvænge 2, Svendborg. Vi sender et gavekort på 500 kroner til Coop.

Spørgsmål og de rigtige svar er:

1. Bliver USA's nye præsident Barack Obama udsat for attentat inden 1. december 2009?
Nej
2. Får Prins Joakim endnu et drengebarn, når hans franske kone Marie nedkommer i maj 2009?
Ja
3. Er Anders Fogh Rasmussen stadig statsminister den 1. december 2009?
Nej
4. Stiger mængden af solgte økologiske fødevarer fortsat i 2009?
Nej
5. Kommer der et forbud mod at udlicitere rengøringen på sygehusene i løbet af 2009?
Nej
6. Vil det danske bidrag til Europæisk Melodi Grand Prix klare sig godt nok til, at Danmark også kan deltage i Grand Prix i 2010?
Ja
7. Vil FOA stadig have over 200.000 medlemmer pr. 31. oktober 2009?
Ja
8. Vil kommunalvalget i november 2009 give flere kvindelige borgmestre?
Ja

Man betaler da til kaffekassen

Medlemshvervning. Dialog med de uorganiserede er vejen frem, hvis FOA skal have flere medlemmer. Kolde skuldre og sure bemærkninger får ikke nogen til at melde sig ind, mener to fællestillidsrepræsentanter.

Af **Finn Danielsen**

Foto: **Jørgen True og Niels Aage Skovbo**

»Har du en kaffekasse på en afdeling, så får du sgu ikke kaffe og brød, hvis du ikke betaler til den. Det er folk meget obs på. Men når vi i fagforeningen har forhandlet nogle goder hjem, så kan man bare ride med uden at betale. Det synes jeg ikke er i orden,« siger sosu-assistent *Eva D'Artibale Lorenzen*, der er fællestillidsrepræsentant på Bispebjerg Hospital.



Kontakt. »Jeg er ikke fordømmende. Jeg er ydmyg og nysgerrig over for de grunde, en person kan have til at være uorganiseret,« siger fællestillidsrepræsentant *Eva D'Artibale Lorenzen*.

Dorthe Hasager, pædagogmedhjælper og fællestillidsrepræsentant for faggruppen i Odder, holder sig også til billedet med kaffekassen, når hun skal forklare, at det er en god idé at være med i FOA.

»Man tager ikke en kop kaffe uden at betale, vel? Og det er jo lidt det samme med fagforeningen, ikke?«

Et godt tilbud

Men Eva og Dorthe presser ikke nogen. De vil hellere præsentere de uorganiserede for et godt tilbud.

»Du skal ikke fortælle dem, at de er dumme i hovedet, du skal gå i dialog og fortælle om, hvad FOA er og kan. Jeg er aldrig dømmende. Jeg taler *med* folk, ikke til folk,« siger *Dorthe Hasager*.

Eva D'Artibale Lorenzen har det på samme måde.

»Vi skal ikke fryse de uorganiserede ud. Så får vi dem aldrig ind i fagforeningen. Selv om mange af kollegerne føler, at de uorganiserede bare tager ved det store bord uden at betale, så skal vi hele tiden have en invitation om medlemskab klar. Så skal de nok komme på et tidspunkt.«

Gode resultater

Og dialogen giver resultater.

»På min arbejdsplads har vi et mål, der hedder 100 procents organisering. Der er vi ikke nu, men vi er et langt stykke ad vejen,« siger *Eva*.

Dorthe er meget tæt på det mål.



Oplysning. »Det er ikke trusler, der ændrer noget, det er gode forklaringer,« siger fællestillidsrepræsentant *Dorthe Hasager*.

FOA på arbejdspladsen

- 6 ud af 10 FOA-medlemmer snakker ofte eller nogle gange fagforening på deres arbejdsplads.
- 9 ud af 10 FOA-medlemmer ved, om deres nærmeste kolleger er medlem af FOA.
- 2 ud af 3 FOA-medlemmer har mindst én gang opfordret en kollega til at melde sig ind i FOA.

Kilde: FOAs medlemspuls, juni 2009



FOTO: FINNE OLSEN

»Når jeg fortæller, hvad det egentlig er, FOA kan tilbyde, så er det yderst sjældent, at nogen siger nej til medlemskab. I min kommune er der en enkelt, der ikke er medlem, men det er så også det hele,« fortæller hun.

Splittelse

Sådan ser det dog ikke ud på alle daginstitutioner. Langt fra. Holdningen på mange daginstitutioner er accepterende over for uorganiserede, vurderer Dorthe Hasager. I pædagogmedhjælper-gruppen er mindre end halvdelen FOA-medlemmer. Og det kan blive et stort problem, at mange enten er helt uden fagforening eller melder sig ind i de billige, såkaldte gule fagforeninger, mener Dorthe.

»Det vil splitte os, og vi risikerer lønpres

på området, hvis vi ikke har en stærk fagforening bag os. Mange af de unge studerende vil måske gerne arbejde for mindre, end der står i overenskomsten.«

Større forskelle

Eva D'Artibale Lorenzen frygter større lønforskelle mellem medarbejdere med samme arbejde, og hun mener, at den fælles udvikling i faggruppen kan gå fløjten, hvis forskellige fagforeninger kommer med vidt forskellige dagsordener.

»Jeg synes ikke, det giver mening, at alle skal kunne vælge deres egen fagforening. Hvis der er en fagforening, der har ens fag og overenskomsten på området, hvad er så lige grunden til, at du skulle melde dig ind i en fagforening, der ikke har det?« ■

fida@foa.dk

Hvorfor melder nogle sig ud?

I en rundspørge blandt tidligere FOA-medlemmer var der fire gennemgående svar på spørgsmålet om, hvorfor de har meldt sig ud.

- FOA er for dyr
 - FOA er for usynlig
 - FOA yder for dårlig service
 - Jeg har ikke brug for en fagforening
- 9 ud af 10 FOA-medlemmer er dog enten meget tilfredse eller bare tilfredse med deres medlemskab.

Kilde: Capacent Epinion, april 2008.

Er det chikane at blive kaldt **nasserøv**?

Hetz. Fagforeningerne mister medlemmer, og mange af de uorganiserede bliver fredløse på arbejdspladserne, mener Institut for Menneskerettigheder. Omvendt mener en arbejdsmarkedsforsker, at pres og chikane sker i langt mindre omfang end tidligere.

Af **Finn Danielsen**

De fleste danskere er ret ligeglade med, om kollegerne er i fagforening eller ej. Det fastslog en række arbejdsmarkedsforskere for et par år siden i en omfattende undersøgelse af danske lønmodtageres holdninger og værdier (*Arbejdsliv og Politik, 2007*).

Nu har Institut for Menneskerettigheder lavet en udredning med det helt modsatte budskab, og instituttet anbefaler, at Folketinget lovgiver mod diskrimination og chikane af uorganiserede på arbejdspladserne.

Konflikt øger presset

En af arbejdsmarkedsforskerne, professor *Steen Scheuer* fra Syddansk Universitet, vurderer, at chikane af uorganiserede sker sjældent. Men han afviser ikke, at det kan forekomme.

»Især i forbindelse med en konflikt bliver det meget synligt, hvis nogen står uden for, og det kan øge presset. For hvis man er ude i en arbejdskonflikt, så står

man sammen. Men presset i dag er klart mindre end tidligere.«

Direktør i Institut for Menneskerettigheder *Jonas Christoffersen* bruger især en Megafon-undersøgelse som belæg for forslaget om lovgivning mod chikane. Den viser, at cirka 20 procent af alle ansatte og omkring 30 procent af de offentligt ansatte føler sig presset ind i en bestemt fagforening.

»Det er så mange, at det efter min mening stadigvæk er relevant at spørge, om det er acceptabelt.«

Individet mod fællesskabet

Jonas Christoffersen forstår godt, at fagforeningsmedlemmer kan blive vrede, når de føler, at uorganiserede undergraver deres interesser.

»Der sker det, at en sund værdi om fællesskab kommer i konflikt med en sund værdi om individualitet, og spørgsmålet bliver så, hvor grænsen går mellem det individuelle og fællesskabet. I lovgivningen har man fundet ud af, at den går mest i retning af det individuelle.«

Den lovgivning, Jonas Christoffersen henviser til, vedtog Folketinget efter Menneskerettighedsdomstolens dom mod eksklusivt aftaler (krav om, at man skal melde sig i en bestemt fagforening for at være på en arbejdsplads, *red.*) i 2006. Og det er dens effekter, instituttet med sin nye udredning har efterprøvet.

Jonas Christoffersen medgiver, at personlige oplevelser af pres og chikane kan

være svære at omsætte til jura. Han mener ikke, at en henvendelse fra en tillidsrepræsentant er pres, og ordet nasserøv bliver kun til chikane, hvis det anvendes gentagne gange. Heller ikke udelukkelse af en uorganiseret fra personalets julefrokost vil Jonas Christoffersen kalde chikane, men det kan dog få karakter af diskrimination.

Talerør for faget

Steen Scheuer synes ikke, at det er så mærkeligt, at nogen kan synes, at man bør melde sig ind i fagforeningen.

»Man skal jo huske, at der ikke er tale om et politisk parti eller en religiøs organisation. Samfundet anerkender blandt andet ved skattefradrag for kontingentet, at fagforeningerne fungerer som talerør for bestemte fag og erhverv.«

Den nuværende udvikling, hvor flere benytter sig af retten til frit valg af fagforening, er negativ for den etablerede fagbevægelse, vurderer Steen Scheuer.

»De gule fagforeninger har jo ikke nogen forhandlingsret, og det er spørgsmålet, om de nogensinde får det. Det er uheldigt for den danske forhandlingsmodel, hvis medlemstallet i de etablerede fagforeninger skrumper ind.«

Der er umiddelbart to alternativer til forhandling og overenskomster, mener Steen Scheuer. Enten mere lovgivning, som ofte vil passe bedre til nogle faggrupper end til andre, eller slet ingen regulering, som vil medføre større ulighed mellem lønmodtagerne.

Valgfrihed. »Fagforeningen er ikke et privat anliggende på samme måde som hvilket supermarked, man handler i,« siger professor *Steen Scheuer* fra Syddansk Universitet.



FOTO: SØU

50.000 nye medlemmer

Saltvandsindsprøjtning. FOAs formand lover bedre og billigere fagforening, hvis de mange uorganiserede kommer med i fællesskabet.

Af **Finn Danielsen**

50.000 flere medlemmer! Det lyder som enhver fagforeningsformands drøm. Det er det måske også, men det er også en reel mulighed. FOA har nemlig undersøgt, hvor stor en andel af de ansatte i de faggrupper, FOA forhandler overenskomst for, der er medlem af fagforeningen.

Undersøgelsen viser store forskelle mellem faggrupperne, men hvis alle ansatte var med, ville FOA kunne byde velkommen til mindst 50.000 nye medlemmer. Og det ville betyde meget for FOA, mener formand **Dennis Kristensen**.

»Hvis alle, der er omfattet af overenskomsten, også bidrager til arbejdet med den, så bliver det arbejde både bedre og billigere. Så kunne kontingentet være lavere samtidig med, at vi kunne øge kvaliteten af FOAs arbejde.«

Fleere FOA-medlemmer vil også styrke FOA både på de enkelte arbejdspladser og i forhold til regioner, kommuner og Folketinget, forudser Dennis Kristensen. Men han erkender, at en positiv udvikling i medlemstallet ikke kommer af sig selv. Hvis alt for mange tror, at overenskomsten er en selvfølge og betragter medlemskab af fagforeningen som et personligt anliggende, så sker der ikke noget.

»Mange tror, at overenskomsten består, selv om FOA forgår. Men det er ikke rigtigt. Overenskomsten er ikke

faldet ned fra himlen sammen med Dannebrog, den er heller ikke noget, Vorherre har fundet på, og den er ikke garanteret i Grundloven. Den er et resultat af det arbejde, som organiserede kolleger bidrager til gennem deres engagement og deres kontingent.« ■

fida@foa.dk

Indflydelse. »Jo flere uorganiserede, der er på en arbejdsplads, jo mere svækkes de ansattes indflydelse på arbejdspladsen,« siger FOA-formand **Dennis Kristensen**.



Så mange er med i FOA

FOA har undersøgt, hvor stor en andel af de forskellige faggrupper, der er med i fagforeningen. Her er nogle eksempler:

- Dagplejere 89 procent
 - Sygehusportører 74 procent
 - Sosu-personale 70 procent
 - Pædagogmedhjælpere 44 procent
- Tallene omfatter både time- og månedslønnede.

Kilde: FOAs analyseafdeling, november 2008

FOTO: STIG STASIG



Værdier. »Dem, der har fællesskabsfølelsen, vil stå renere, hvis de forsvarer den med ord og debat,« siger direktør **Jonas Christoffersen**, Institut for Menneskerettigheder.

Rundspørge hos de gule

Jonas Christoffersen er ikke overrasket over, at arbejdsmarkedsforskernes vurderinger er så forskellige fra hans egne.

»De kikker på udviklingen og de generelle holdninger på arbejdsmarkedet, mens vi ser på den enkeltes ret til at vælge.«

Undersøgelsen fra Institut for Menneskerettigheder er delvist betalt af de to gule fagforeninger Kristelig Fagforening og Frie Funktionærer. I undersøgelsen indgår også en rundspørge blandt de to fagforeningers medlemmer.

86 procent af medlemmerne i Kristelig Fagforening og 94 procent af medlemmerne i Frie Funktionærer oplyser, at de aldrig er blevet behandlet anderledes på deres arbejdsplads på grund af medlemskabet af en gul fagforening.

Jonas Christoffersen afviser, at tallene undergraver instituttets konklusioner:

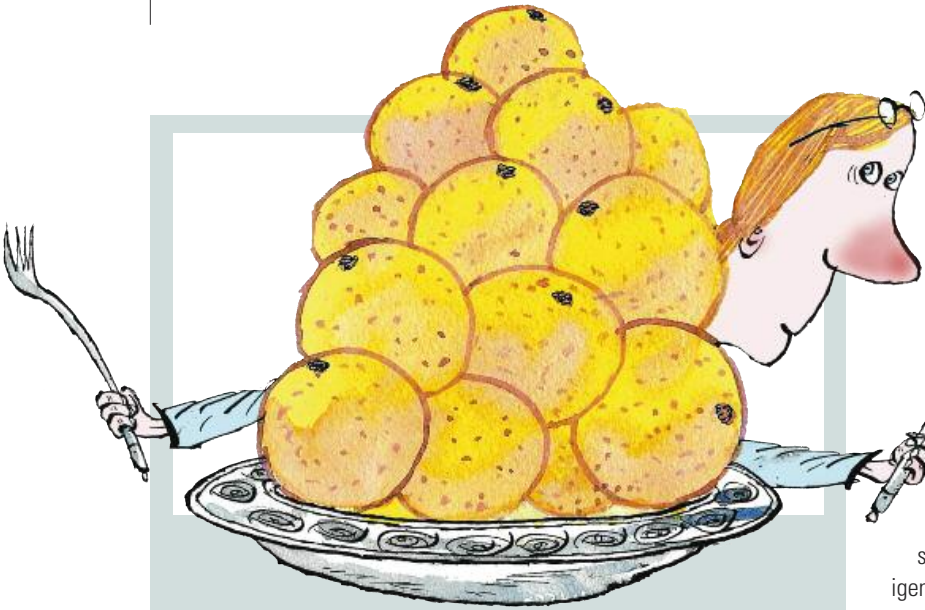
»De to undersøgelser er i modsætning til Megafon-undersøgelsen ikke repræsentative. Vi har endvidere suppleret med interviews og samlet set har vi vurderet, at der burde gøres noget ved problemet.« ■

fida@foa.dk

spørg

Har du lyst til at spørge fag og arbejdes ekspertpanel om noget, så skriv til: *fag og arbejde*, Staunings Plads 1-3, 1790 København V. Mrk.: Spørg panelet. **Du kan også maile til:** ries@foa.dk

Hvis du ønsker at være anonym, skal du blot gøre opmærksom på det. Brevkasse-redaktøren skal dog vide, hvem du er.



I disse snuetider

Jeg har læst, at det – ifølge tyske forskere – ikke hjælper en pind at spise en masse appelsiner, hvis man føler, man er ved at blive forkølet. Er det rigtigt? Og kan man få for meget C-vitamin?
Marianne Hansen

Svar

C-vitamin anbefales ofte i høje doser på flere gram om dagen mod forkølelse, influenza og andre sygdomme. Det skyldes formentlig, at gamle celle- og dyreforsøg har peget i den retning, men desværre er det ikke en effekt, man har kunnet eftervise hos mennesker. Tværtimod kan vitaminer og mineraler, blandt andet C-vitamin, være skadelige i store doser. Høje indtag af C-vitamin kan således medføre diarré eller andre forstyrrelser af mave-tarmkanalen.

Derudover kan et højt C-vitaminindtag medføre øget dannelse af oxalat og dannelse af nyresten hos udsatte individer. De Nordiske Næringsstof Anbefalinger (NNA, 2004) har derfor fastsat en øvre grænse på 1.000 mg C-vitamin pr. dag for voksne. Andre toksikologer har ligeledes foreslået vejledende niveauer for børns indtag af C-vitamin. Det betyder, at 1-3 årige børn maksimalt bør indtage 270 mg pr. dag, 4-6 årige maksimalt 370 mg pr. dag, 7-10 årige maksimalt 500 mg pr. dag, 11-14 årige maksimalt 670 mg pr. dag og 15-17 årige maksimalt 870 mg pr. dag.

Gitte Gross

Muligheds-erklæring?

Min læge vil ikke skrive en almindelig lægeerklæring til min arbejdsplads, så nu ved jeg ikke, hvad jeg skal stille op.

Sagen er den, at jeg har været sygemeldt i et par uger på grund af en gammel skulderskade, der er brudt op igen. Jeg arbejder som sosu-hjælper i hjemmeplejen.

Min leder har nu bedt mig om en skriftlig sygemelding fra min læge, hvilket jeg jo godt kan forstå, da jeg ikke lige med det samme kan vende tilbage til arbejdet.

Jeg gik derfor til min læge og bad om en skriftlig sygemelding, men det vil han ikke give mig, da han siger, at han skal bruge en ny lægeerklæring, som han kalder en *mulighedserklæring*. Den erklæring skal jeg have fra min arbejdsplads, siger han.

Derfor ringede jeg til min leder, der sagde, at hun bare ville have en almindelig skriftlig sygeerklæring fra lægen. Hun har ikke brug for en mulighedserklæring. Hvad gør jeg så, jeg vil jo ikke gøre noget forkert?

Hilsen K

Svar

Din leder har ret til at få en lægeattest fra din læge, men din læge har også ret i, at der er kommet en ny lægeerklæ-

ring, som ganske rigtigt hedder en mulighedserklæring.

Den gamle uarbejdsdygtighedserklæring er afskaffet. I stedet kan arbejdsgiverne forlange at få en mulighedserklæring eller en almindelig lægeerklæring med dokumentation på, at du er syg.

Lægen kan altså ikke afvise at skrive en lægeerklæring, hvis du er syg. Lægen kan bekræfte, at du er syg med fritekst på et almindeligt stykke papir.

Det fremgår af den sygefraværsaftale, som ligger til grund for de seneste ændringer af sygedagpengeloven, som du i øvrigt kan læse mere om på sygeguide.dk. Der har været en del forvirring om den nye mulighedserklæring, men Arbejdsmarkedsstyrelsen har netop aftalt med lægerne, at de skal levere henholdsvis mulighedserklæringen og attesten om sygdom, når en arbejdsgiver ønsker det.

ILLUSTRATION: PETER M. JENSEN





Mad/sundhed
Gitte Gross,
bromatolog,
centerleder i
Videncenter for
Fødevarer og
Sundhed



Sociale forhold
Anne Dahl
Petersen,
socialrådgiver
i FOA



**Psykisk
arbejds miljø**
Pia Køhler Ryom,
arbejdspsykolog,
Arbejdsmedicinsk
Klinik i Ålborg

Mulighedserklæringen er tænkt som et redskab for arbejdspladsen og den sygemeldte medarbejder til at få lægens vurdering af, hvorvidt medarbejderen fremover kan varetage relevante arbejdsfunktioner uden at helbredet forværres. Formålet er at fastholde medarbejderen og undgå afskedigelse. Typisk kan mulighedserklæringen bruges, hvis medarbejderen overvejer at vende gradvist tilbage til arbejdspladsen ved en delvis raskmelding, eller hvis der er behov for særlige skånehensyn på arbejdspladsen. Mulighedserklæringen består af 2 dele. Første del skal udfyldes af arbejdsgiver og medarbejder. Medarbejderen tager herefter mulighedserklæringen med til lægen og gennemgår oplysningerne i første del, hvorefter lægen skriver sin lægelige vurdering i anden del. Vær opmærksom på, at lægen ikke må give oplysninger om diagnose eller lidelse uden at medarbejderen udtrykkeligt har givet samtykke her til. Derefter afleverer medarbejderen mulighedserklæringen til arbejdspladsen. Vær også opmærksom på, at arbejdsgiver kan forlange en frist for, hvornår mulighedserklæringen skal afleveres. Mulighedserklæringen betales af arbejdsgiver. Hvis medarbejderen selv lægger pengene ud, skal arbejdsgiver refundere udgiften til medarbejderen.

Jeg synes, du skal tale med din leder om, at mulighedserklæringen kan være god at bruge netop i dit tilfælde for at sikre, at du kan fastholdes på arbejdspladsen.

Anne Petersen

Træls forhold til kollega

Jeg har en kollega, som jeg har fået et træls forhold til. Vi arbejder tæt sammen, og jeg oplever hende som meget kritisk over for mig og min stil. Det er ikke noget, hun siger – men noget hun signalerer med kropssprog.

Vi er begge pædagogmedhjælpere i en børneinstitution, og jeg er fem år ældre end hende. Hun har et par gange sagt, at jeg jo er så »kold og tjekket«, medens hun beskriver sig selv som den følsomme og intuitive type. Jeg forsøger ikke at lade mig irritere, men når jeg ofte skal høre på, at hun i sit forhold til brugere og pårørende 'føler' sådan og sådan – og ikke kan forklare det ud fra andet end intuition og fornemmelser, bliver jeg irriteret, og det kan hun nok mærke. Hvordan kommer jeg videre?

Den 'kolde'

Svar

Har du tænkt på, at den korteste vej mellem to mennesker er et smil. Når man begynder at irriteres over andre, begynder man også ofte at 'tage solbriller på' i forhold til den anden. Vi ser den anden på en mørk og kritisk måde. Men så er det, man skal huske to ting: Den anden har også positive sider – samt lede efter dem – og som det andet gøre sig klart, hvorfor man bliver irriteret. Jeg kan se tre scenarier – mindst – for mig:

- Du oplever din kollega uprofessionel. Hvis det er tilfældet, må du i stedet for at irriteres tage professionelle diskussioner med



hende og hjælpe hende med at argumentere professionelt.

- Du savner selv den evne, hun har til at være i kontakt med sine følelser. Hvis det er tilfældet, kan en bog om at slippe kontrollen eller om følelsesmæssig intelligens hjælpe dig.
- Måske er den tredje mulighed, at hun irriterer dig, fordi du selv har været på denne måde tidligere og synes, du har udviklet dig til en mere professionel stil. Så måske skyldes din irritation, at du synes, hun burde udvikle sig, for det har du gjort. Hvis det er tilfældet, må du huske, at det,

der har været dit behov, ikke nødvendigvis er hendes.

Oftest vil det være forhold hos én selv, der gør, at en kollega bliver irriterende. Så husk at se på dig selv først ... Måske en fjerde mulighed var, at du talte kærligt og åbent med hende om, hvad hendes stil gør ved dig. Og spørg, hvordan hun synes, I kommer videre i samarbejdet. Eller du bruger den værdsættende metode og spørger, hvad hun synes, der fungerer bedst i jeres samarbejde, samt hvad hun kunne drømme om, der ændrede sig i jeres samarbejde. Held og lykke.

Pia Ryom

For politikernes skyld

Reaktion på pædagogisk indspark i nr. 11, 2009.

Fædrene Peter Borberg og Thorsten Asbjørn Lauritsen skriver i novembernummeret om det oppustede management-sprog, med hvilket dagplejen og daginstitutionerne tegner billedet af sin hverdag. Det er en vigtig undren

– hvorfor skal institutioner 'sælge sig'?

Hvorfor hjemmeside, velkomstfolder, årsplan, læreplaner?

Jo, primært for politikernes skyld. De er nemlig bange for, at den upopulære, ressourcelugende offentlige sektor virker uprofessionel og ineffektiv og huser alt for langhårede, kaffedrikkende pædagoger, der kan klæbe dårligt ry på politikerne.

Derfor skal vi pædagoger rettes op på og professionaliseres af de herrer, der pr. definition har bedre forstand, så vi er præsentable, når kunderne kommer!

Og kunderne, kære forældre, det er jer. Ikke børnene, men den store købestærke gruppe af vælgere, der kaldes børnefamilierne. For jer skal politikerne bevise, at de 'gør noget', at de tager ansvar for kvaliteten i institutionerne, så I kan gå på arbejde og producere og konsumere med ren samvittighed. Det professionaliserede billede er til for jer, kære vælgere.

At Børnehuset Råtten med sandkasse og snotkys, sælges som *Det Pædagogiske Tilbud Araberhingsten med Sensomotorisk Indretning og Mellemmenneskelig Sansebaseret Integration*, er bevis på politikernes initiativkraft.

Det, der gør det så overflødigt, er jo, at det, vi gør i de pædagogiske institutioner, kun er, hvad man kan forvente!

Prøv at sælge et fængsel: »Vi byder brugerne faste rammer og en forudsigelig hverdag ...«.

Sølle fremmøde

Jeg har været på min første konference for regionale og lokale beskæftigelsesråd (LBR/RBR) afholdt af FOA og lagde mærke til, hvor få tilmeldte der var. Vi har i FOA i alt 112 valgte rådsmedlemmer, og 40 af dem var mødt op, heraf fire tillidsvalgte. Jeg synes, at det var et sølle fremmøde. Vi sidder jo på en vigtig post, som har betydning for de kolleger rundt om i landet, som på den ene eller anden måde har været uheldige i deres arbejdsliv.

Med alt det, der sker i vores samfund, især på beskæftigelsesområdet, ville det have været rart med fuld tilmelding, så vi i FOA kunne være længere fremme i skoene og være med til at påvirke tingene i jobcentre. ■

Venlig hilsen

Heidi Kelm Jensen, FTR, Rødovre

Sælg lægevagten: »Vi står altid klar til at rådgive, da Du har brug for det!« Eller prøv med Christiansborg: »Vi bestræber os på at gøre Danmark til et godt sted at leve!« Så ja, det simple billede ville være nok. Hvis det handlede om samspillet mellem jer forældre og familiens børnehave. Men så simpelt er det desværre ikke. ■

Maria Boye, børnehavevoksen, erhvervsbachelor i pædagogik, kommunal assistent

Den omtalte artikel er bragt i fagbladets pædagogiske version, nr. 11/2009. Interesserede kan finde den på www.foa.dk



Skriv til **fag og arbejde**
redaktionen@foa.dk

Husk: Et læserbrev må ikke være længere end 300 ord. Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte, når pladshensynet kræver det.



Professionelle kurser og uddannelser indenfor sundhed

- Kostvejleder
- Sundhedscoach
- Professionel Massør
- Fitnessinstruktør
- Børn og overvægt
- Løbecoach
- Helbredstjek
- Indre Sundhed®
- Stresshåndtering

Kom foran de andre



Læs dag, aften eller weekend.

Læs på Frederiksberg, i Århus eller hjemme.

Læs mere på www.atwork.dk

Bestil gratis kursuskatalog på telefon 44 48 61 00 eller på brochure@atwork.dk

At Work Skolen
Rathsacksvej 1
1862 Frederiksberg
Tlf. 44 48 61 00
www.atwork.dk





Hvem skal betale **multimedieskat**?

Afklaring. Hvis din arbejdsgiver har givet dig en mobiltelefon til arbejdsbrug, bliver du højst sandsynligt ikke beskattet. Se her, om det også gælder dig.

Af **Maj Dahl-Rasmussen**
Foto: **Mike Kollöffel**

1. januar 2010 træder skatten på multimedier i kraft. Skatten er rettet mod dem, som har en mobiltelefon, pda, pc eller internetforbindelse stillet til rådighed af deres arbejdsgiver til arbejdsbrug.

Indtil Skats vejledning kom på gaden sidst i november, har der hersket uklarhed om, hvem skatten ville ramme. Men nu er den her! Og den gode nyhed er, at langt de fleste FOA-medlemmer ikke bliver berørt. Vi har opstillet nogle situationer, så du kan se, hvad der gælder for dig.

Jeg har mobiltelefon eller pda med mobiltelefon – og har den med hjem efter arbejde

Du vil i de fleste tilfælde ikke blive beskattet. Det kræver dog, at:

- du har brug for telefonen til at kunne udføre dit arbejde
- du aldrig bruger telefonen privat, heller ikke i enkeltstående tilfælde
- du skriver under på en tro- og loveerklæring om, at du kun bruger telefonen til dit arbejde
- din arbejdsgiver fører kontrol med, at du ikke bruger telefonen privat.

Jeg har pc eller internetforbindelse

I de tilfælde vil du altid blive beskattet. Du kan altså ikke skrive under på en tro- og loveerklæring og dermed slippe for beskatningen. Det skyldes, at din arbejdsgiver ikke kan kontrollere, at du kun bruger pc'en eller internetforbindelsen i forbindelse med dit arbejde.

Jeg låner en pc med særlige programmer

Her kan du undgå multimedieskatten, hvis

- computeren kun lånes med hjem i ny og næ
- din arbejdsgiver kun har et begrænset antal computere til hjemlån
- du kun bruger pc'en til arbejdsopgaver – og din arbejdsgiver har sagt, at du kun må bruge den til at udføre dit arbejde på.

Jeg arbejder i hjemmeplejen

I debatten om skat på multimedier har der været tale om, at social- og sundhedspersonalet i hjemmeplejen ikke skulle beskattes.

Men sådan er det ikke gået. Der gælder altså det samme for medarbejderne i hjemmeplejen, som for alle andre.

Jeg er tillidsrepræsentant

Reglerne er de samme for tillidsrepræsentanter som for alle andre. Henvend dig til din lokale afdeling, hvis du bliver i tvivl om noget. Det kan for eksempel være problematisk, at din arbejdsgiver tjekker, hvem du har talt med på mobiltelefonen.

Hvor meget kommer skatten til at koste mig?

De, der bliver ramt af multimedieskatten, får lagt 3.000 kroner oven i deres årsindtægt. Ham, der kun har pc, bliver altså beskattet med samme beløb som hende, der både har pc, mobiltelefon og internet stillet til rådighed. Hvor meget, du helt præcist kommer til at betale, afhænger af din trækprocent.

Hvem skal jeg spørge til råds?

Bliver du i tvivl om, hvad der gælder for dig, så spørg din tillidsrepræsentant eller din lokale afdeling. ■

mdar@foa.dk

Læs mere på foa.dk:

FOA-vejledning om multimedieskat.

FOAs a-kasse klarer sig godt

Benchmarking. A-kasserne er blevet sammenlignet hvert år siden år 2000. FOAs a-kasse klarer sig fortsat godt, viser en ny rapport.

Af **Elisabeth Bruun Olesen**

A-kassernes indsats, pris og resultater måles, vejes og sammenlignes hvert år. På den måde kan medlemmerne få et overblik over, hvad de får for pengene. Og a-kasserne kan selv bruge de årlige rapporter til at se, hvor der skal sættes ind for at forbedre kvaliteten og effektiviteten.

FOAs medlemmer har grund til at være tilfredse, for FOAs a-kasse klarer sig fortsat godt i sammenligningen.

Vores sagsbehandling er fin og af høj kvalitet. Ikke mange klager over os, og vi er hurtige til at behandle de klager, vi får.

Vores udgifter til it ligger pænt under gennemsnittet, og vi ligger i den bedste halvdel, når det gælder udbuddet af digitale medlemstilbud.

Bragende succes

Da data til rapporten blev indsamlet, var

der endnu ikke så mange medlemmer, der brugte a-kassens digitale tilbud. Men det er allerede historie. Hen over sommeren 2009 stoppede vi med at udsende udbetalingskort på papir og bad medlemmerne om at indsende udbetalingskort digitalt via hjemmesiden.

Efter nogle begyndervanskeligheder er det nu en bragende succes. Ved de sidste to udbetalinger har 82 procent sendt ydelseskortene til a-kassen elektronisk. Det betyder, at vi så kan bruge a-kassens arbejdskraft til mere og bedre vejledning til medlemmerne.

Og der er meget mere digitalisering på vej hos os. I år vil vi lægge udbetalings-specifikationer på hjemmesiden, så det enkelte medlem selv kan logge sig på og hente sin specifikation. I løbet af et par år vil vi endvidere tilbyde fuldtidsledige medlemmer at sende deres udbetalingskort ind til os via sms.

Får meget for pengene

Man kan med et fint ord – *transaktionsomkostninger* – vise, hvad det i gennemsnit koster at udbetale dagpenge, afholde CV-samtaler med videre. Transaktionsom-



kostningerne er på den måde et udtryk for a-kassens effektivitet. Omkostningerne påvirkes selvfølgelig også af a-kassens struktur, herunder hvor mange lokale kontorer, a-kassen har.

Vi ligger i den billigste fjerdedel i forhold til a-kassens arbejdsmængde – samtidig med, at vi har et stort netværk af lokale kontorer, så man altid kan få en god og personlig betjening tæt på bopælen. Det er vi stolte af. Det viser, at vi er effektive. ■

ebo001@foa.dk

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 vores callcenter på telefon 46 97 10 10. Vi har åbent mandag til fredag kl. 16-20. Her kan du få hjælp, når du har brug for det. På FOAs hjemmeside – www.foa.dk – kan du finde svar på de spørgsmål, der oftest stilles til a-kassen.



Ring og bliv medlem

Bliv medlem af FOAs a-kasse – det betaler sig. Mister du dit job, koster det dyrt at stå uden a-kasse. Ring på telefon 46 97 37 00 mandag-torsdag kl. 08.30-20 og fredag kl. 16-20. Vi klarer indmeldelsen pr. telefon.

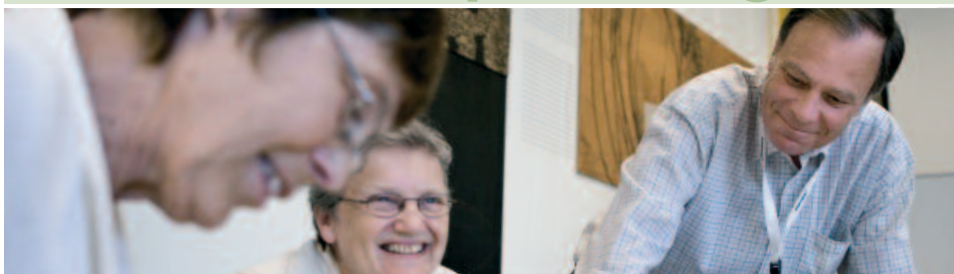
Nyt dagpengekort fra januar 2010

Hvis du er arbejdsløs og modtager dagpenge, skal du fremover svare på, om du har deltaget i aktivering. Det skyldes, at aktiveringsydelse er afskaffet fra 4. januar 2010. Medlemmer i aktivering vil i stedet få dagpenge. ■

A-kassens satser for 2010

Ydelse	Fuldtidsforsikret	Deltidsforsikret
Dagpenge – maksimumsatser	752 kr.	501 kr.
Dagpenge – dimittendsatser	617 kr.	411 kr.
Dagpenge under aktivering – maksimumsatser	752 kr.	501 kr.
Dagpenge under aktivering – dimittendsatser	617 kr.	411 kr.
Unge 50% sats (unge under 25 – uden uddannelse)	376 kr.	251 kr.
Uddannelse, VEU-godtgørelse og SVU – maksimumsatser	752 kr.	752 kr.
Uddannelsesydelse – maksimumsatser	752 kr.	752 kr.
Børnepasningsorlov – 60%	451 kr.	301 kr.
Efterløn, fleksibel ordning – 91% sats	684 kr.	456 kr.
Efterløn, fleksibel efterløn – 100% sats	752 kr.	501 kr.
Efterløn, overgået fra overgangsydelse – 82% sats	617 kr.	411 kr.
Arbejdsgivergodtgørelse: 'G-dage' – hel dag		752 kr.
Arbejdsgivergodtgørelse: 'G-dage' – halv dag		376 kr.

Kurser om pension og økonomi i ny form



Til januar 2010 tilbyder PenSam nye seniorkurser om alderspension og de økonomiske konsekvenser ved tilbagetrækning fra arbejdsmarkedet.

Kurserne erstatter de tidligere kurser "På vej mod en ny fremtid" og "60 år - nye muligheder"

De nye kurser holdes som ½-dags kurser. De holdes lokalt og hvert halve år vil kommende alderspensionister *) over hele landet få mulighed for at deltage.

Det koster ikke noget at deltage.

Hvordan og hvornår?

Kursusprogrammet er under udarbejdelse og foreligger i endelig form til december. Herefter tilbyder vi en ny og fleksibel tilmelding via www.pensam.dk. Hold derfor øje med vores annoncering i den kommende tid.

*) du kan deltage på kurset, når du er fyldt 59 år eller ældre samt stadig indbetaler til en pensionsordning i PenSam.

www.pensam.dk

PenSam

Nu skal det være

Næsten hver femte dansker sætter sig hvert år et mål for det nye år, men langt fra alle holder det. Det skyldes hastværk, mener den danske læge og videnskabsjournalist Jerk W. Langer.

»Nytårsforsættet er hyppigt en sidste-øjebliks-beslutning, som man med et glas champagne i hånden opfinder, fem minutter før rådhusklokkerne ringer det nye år ind,« siger Langer. Beslutningen skal have tid til at modnes i én selv, før den bliver en fysisk realitet. ■

De mest populære nytårsforsætter

- Rygestop (25 procent)
- Tabe sig (14 procent)
- Motionere mere (12 procent)
- Være mere positiv (9 procent)
- Leve sundere (7 procent)
- Mere sammen med familien (3 procent)

Det fremgår af en opgørelse fra A.C. Nielsen AIM. ■



Det skal larme

At skyde det nye år ind er en skik, som stammer helt tilbage fra 1600-tallet. Dengang var det dog ikke fyrværkeri, der blev skudt af for at markere årsskiftet. I København affyrede soldater tre skud med hver af byens kanoner, og det minder jo i en vis grad om nutidens fyrværkeri. Men på landet var ritualen et andet; her vandrede mænd og børn rundt til naboerne og lavede ved hjælp af pistoler, geværer og lerpotter larm i gaderne. ■



Vi hopper ind i det nye år

Når klokken slår tolv, springer vi ind i det nye år. Børn og gamle, ædru og berusede hopper lykkeligt ned fra husets møbler på døgnskiftets klokkeslag. Men hvorfor gør vi egentlig det? I gamle dage mente folk, at der boede trolde under dørtrinene. For at jage disse usle væsner væk, skulle man hoppe over trinene klokken tolv på årets sidste nat. Så ville trolde holde sig borte i det kommende år. ■

Nytår to gange om året

Ifølge en gammel legende skulle Kinas oprindelige kalender, den såkaldte måne-sol-kalender, stamme tilbage fra år 2637 før vor tid. Men siden 1912 har Kina fulgt den vestlige tidsregning. Nu fejrer Kina nytår den 1. januar sammen med resten af verden og holder samtidig fast i den oprindelige nytårsfest, som foregår mellem 21. januar og 21. februar. ■

Af **Emilie Petersen**,
erhvervspraktikant på redaktionen
i starten af december

Nytårets overtro

I gamle dage var nytåret tiden, hvor man kunne tage varsler for det kommende år. Det kunne for eksempel foregå sådan:

- Hvis man smider grødklatter lavet af forskellige kornsorter på gulvet, vil det vise sig, hvilken afgrøde der vil stå bedst i det nye år. Det er hunden, som afgør sagen. For den grødklat, hunden først spiser, viser, hvilken kornsort det er værd at satse på.
- Hvis man har en mønt i hånden på slaget tolv, vil man ikke mangle penge i det nye år.



- Hvis man står tidligt op nytårmorgen, vil man holde sig frisk hele året.
- Hvis en karl tærsker korn nytårmorgen, vil bonden give ham job på gården i det nye år.
- Hvis man smelter bly eller stearin nytårsaften, vil de figurer, der danner sig, vise, hvilke begivenheder det nye år bringer.
- Hvis man skriver tallet på det nye år over døren, bringer det lykke. ■

FOA-medlemmers løn nedjusteres

Regulering. Det ser ud til, at de offentligt ansatte stiger mere i løn end de privatansatte i løbet af 2009-2010. Dermed træder en reguleringsordning i kraft, som går ud over de offentligt ansattes løn.

Af **Maj Dahl-Rasmussen**
Foto: **Finn Olsen**

Overenskomstforhandlingerne gik godt i 2008. Omkring 13,5 procent ekstra fik de offentligt ansatte til løn og andre aftaler inden for overenskomsten. Men resultatet kommer sandsynligvis til at betyde, at FOAs medlemmer står til at miste nogle af de forhandlede kroner.

Problemet er, at lønudviklingen på det private arbejdsmarked er gået mere eller mindre i stå på grund af finanskrisen. Derfor ser det ud til, at de offentligt ansatte overhaler de privatansatte i lønfremgang i perioden 2009-2010, og så træder en reguleringsordning i kraft.

Løn op – og ned

Ordningen sikrer en nogenlunde lige lønudvikling på de to arbejdsmarkeder. Ud fra et indviklet regnestykke finder parterne ud af, hvor meget de privatansatte er steget i løn, og hvor meget de offentligt ansatte er steget i løn. Begge stigninger gøres op i procent.

Hvis de privatansatte er steget mere end de offentligt ansatte, så får de offentligt ansatte 80 procent af forskellen oveni. Med andre ord: De stiger i løn. Omvendt, hvis de offentligt ansatte er dem, der er steget mest i løn, så går de ned i løn med 80 procent af forskellen.

Overhaler de private

Over de seneste 20 år er reguleringsord-

ningen faldet ud til de offentligt ansattes fordel. Når der har været en forskel i lønudviklingen, er det altså blandt andet FOAs medlemmer, der er gået op i løn.

Lige nu ser det ud til, at de ansatte i stat, regioner og kommuner har fået de største lønstigninger, men de præcise tal er først klar fra Danmarks Statistik i maj 2010.

Der er flere bud på, hvor meget de offentligt ansatte går glip af, men det bliver formentlig omkring én procent. Kommunernes Landsforening (KL) har faktisk allerede kalkuleret med en lønnedgang på 1,06 procent i budgetterne for 2010.

Lønseddel holdes i ro

Men en decideret lønnedgang bliver der ikke tale om. KTO (Kommunale Tjenestemænd og Overenskomstansatte) har forhandlet med kommuner og regioner, og de er blevet enige om at holde en planlagt lønstigning i april 2010 tilbage. Ved den manøvre kan de offentligt ansatte 'indhente' nogle af de penge, som de ellers skulle være gået ned i løn med den 1. oktober.

De ansatte i det offentlige når dog ikke at indhente hele den procent, som de formentlig skal af med. I stedet tager de hul på de penge, som de skal forhandle om for næste overenskomstperiode. De forhandlinger går i gang til foråret 2011.



FOAs formand, *Dennis Kristensen*, er ærgerlig over situationen:

»Vi må have en diskussion af, om vi skal kræve reguleringsordningen afskaffet næste gang, for ordningen er med til at forurene billedet af et overenskomstresultat. Jeg er mere til et system, hvor vi forhandler om alt, hvad der er at forhandle om. Og så vil vi nogle gange ramme over, hvad de privatansatte får, og andre gange ramme under. Men så vil det til gengæld være sådan, at hvis man som medlem har sagt ja til at få 2.000 kroner over de næste tre år, så får man også 2.000 kroner, uanset hvad pokker der sker.« ■

mdar@foa.dk

Fag og arbejde udsender et nyt lønmagasin med april-nummeret.

Palliativ indsats



**Pleje, omsorg og behandling
af alvorligt syge og døende
i hjemmet, på sygehus og på hospice**

Sankt Lukas Hospice udbyder kurset:

Palliativ indsats - pleje, omsorg og behandling af alvorligt syge og døende - i hjemmet, på sygehus og på hospice.

Kurset henvender sig til social- og sundhedsassistenter, som interesserer sig for arbejdet med alvorligt syge og døende mennesker.

Kursets indhold lægger vægt på, at god palliativ indsats handler om omsorg både for patient, pårørende og personale. Indholdet vil omhandle:

- Fysisk symptomlindring
- Psykosocial og åndelig omsorg
- Hvordan personalet kan støtte hinanden

Undervisere er sygeplejersker fra Sankt Lukas Hospice: Anna-Marie Kallfoed og Anne Grethe Hoffmann. Kurset varer i tre dage og foregår den 23., 24. og 25. marts 2010 fra kl. 8.30 til 15.30 på Danmarks Pædagogiske Universitets-skole, Tuborgvej 164, A001 (lokale A130), 2400 København NV. Pris for deltagelse er kr. 2.975.

Tilmelding senest den 22. februar 2010 ved indsendelse af nedenstående oplysninger til:
Sankt Lukas Hospice / att. Christa Brønnum
Bernstorffsvej 20, 2900 Hellerup.
Tlf. 3945 5117 – e-mail: hospice@sanktlukas.dk
Besked om optagelse udsendes i uge 8.
Betalning skal være Sankt Lukas Stiftelsen i hænde senest den 12. marts 2010.

Navn:

Stilling:

Adresse:

Postnr./By:

Telefon (privat):

Telefon (arbejde):

Ansættelsessted og adresse:

Hvis din arbejdsgiver betaler kurset SKAL EAN-nummeret oplyses.



Besøg vores hjemmeside og ring og få en snak om dine muligheder for at blive vikar hos det foretrukne vikarbureau inden for sundhedssektoren.

 **39 69 10 89**

www.personalegruppen.dk

Hvem læser din stillingsannonce i fag og arbejde?

**Det gør næsten hvert
andet medlem!**

**– og jo mere du gør ud af den,
desto flere læser den...**

Med en stillingsannonce i *fag og arbejde* rammer du målgruppen mere præcist end noget andet sted. Dermed har du en større chance for at få besat jobbet, og det er jo det, det handler om!

For hvad hjælper det at få stillingsannoncen billigt, hvis jobbet ikke bliver besat?

En læserundersøgelse i efteråret 2005 viste, at knap hver andet medlem læser stillingsannoncer i *fag og arbejde*.

For at du skal få det maksimale ud af din stillingsannonce, tilbyder vi dig at hjælpe med udformning af annoncen. På www.dmfnet.dk kan du se en række gode råd til brug for udformning af annoncen. Tryk blot på knappen *Gode råd*.

Du kan også maile til os på info@dmfnet.dk eller ringe til os på 70 22 40 88.

Her sidder folk og venter på at komme til at assistere dig på området.



Kontingentsatser 2010

Medlemstype	Forbund bidrag	A-kasse bidrag	Efterløn bidrag
Fuldtid	133,50	429,00	439,00
Deltid	115,86	327,00	292,00
Deltid under 15 timer pr. uge, kun forbund	71,75		
FOA-udd. grundforløb på SU, kun forbund	0,00		
FOA-elev, ej dim. Udd med elevløn	60,00	306,00	439,00
FOA-elev med jobplan eller samlet indtægt over max. dagpenge	133,50	429,00	439,00
FOA-elev dim.udd under 30 år, elevløn	60,00		439,00
FOA-elev dim.udd under 30 år, vokselevløn	133,50	123,00	439,00
FOA-elev dim.udd. fyldt 30 år elevløn, skal betale efterlønsbidrag	60,00	0,00	439,00
FOA-elev dim.udd. fyldt 30 år vokselevløn, skal betale efterlønsbidrag	133,50	123,00	439,00
I dim.udd. udenfor FOAs område, under 30 år (med hvilende fagligt medlemskab)		123,00	439,00
I dim.udd. udenfor FOAs område, under 30 år, indtægt under max.dagpenge	133,50	123,00	439,00
I dim.udd. udenfor FOAs område, fyldt 30 år betaler efterlønsbidrag	133,50	123,00	439,00
I dim.udd. Udenfor FOAs faglige område, fyldt 30 år uden efterlønsbidrag (med hvilende fagligt medlemskab)		429,00	
Ung i huset	71,75	429,00	439,00
Unge under 25 år ½ dagpengesats fuldtid	71,75	241,00	
Unge under 25 år ½ dagpengesats deltid	62,93	202,00	
Kontanthjælpsmodtager i jobtræning	71,75	429,00	439,00
Efterløn fuldtid	133,50	424,00	
Efterløn deltid	115,86	323,00	
Hvilende fuldtid	0,00	429,00	439,00
Hvilende deltid	0,00	327,00	292,00
Pensionist under 65 år	16,75		
Pensionist over 65 år	6,75		

Hvis en rubrik er udfyldt med 0, betyder det, at der ikke skal betales kontingent for medlemskabet.

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

Kontingent til afdeling og klub fastsættes lokalt. På din opkrævning for januar kan du aflæse de enkelte kontingentandele.

og vi har seks vindere!

Ruth Bremer
Sprogøvej 30
5000 Odense C

Kurt Høst Petersen
H/F Engvang, Have 75
Englandsvej 160
2300 København S

Trier Nielsen
Granbakken 18
7323 Give

Vibeke Øskov
Sølystvej 27
5800 Nyborg

Vibeke Skodborg
Jernbanegade 19
9510 Arden

Pia Santana
Rødgårdsvej 51, 1.
5000 Odense C

vinderne kan vælge imellem



1 Sportstrøje med lynlås (S-XXXL)



2 Ur, med urkæde



3 Caps. A: gråt logo – B: rødt logo



4 Sports t-shirt (S-XXL)



5 USB-stik med logo



6 Pung. A: herre – B: dame



7 Paraply. A: regnbue – B: sort



8 A: Rygsæk. B: Shopper.

Send løsningen

Skriv løsningen (de gule felter) til mix@foa.dk eller send et brev til: Mark Nixon, *fag og arbejde*, Stauings Plads 1-3, 1790 København V. Mærk kuverten »krydsord«.

Husk at skrive hvilken præmie, nummer, bogstav og evt. størrelse, du ønsker dig. God fornøjelse!

Vi skal have løsningen senest den 18. januar

Løsning på opgaven i **fag og arbejde** nr. 12 2009



Brønderslev

Seniorklubbens bestyrelse ønsker alle medlemmer et godt og lykkebringende nytår med tak for de gode timer, vi har haft sammen i 2009. Ved det nye års første arrangement 26. januar kl. 9.30 kan vi glæde os til at være endagslever på Vrå Højskole. Der er busafgang fra Brønderslev Banegård kl. 8.45. Pris pr. deltager: 200 kr. Tilmelding til bestyrelsen senest 18. januar. Klubbens årlige generalforsamling afholdes ifølge lovene 23. februar kl. 14 i Grønnegade 21. Bemærk datoen er ændret på grund af kursus i afdelingen. *Venlig hilsen p.b.v. Ellen Hermansen*

Horsens

Sektorgeneralforsamlinger 23. marts på Scandic Bygholm Park, Horsens. Læs nærmere om det i lokalnyt, som udkommer først i februar.

Silkeborg-Skanderborg

Pensionsrådgivning. Som en service for medlemmerne vil en pensionsrådgiver fra PenSam være til rådighed for medlemmerne på FOA-kontoret, Dalgasgade 24, Silkeborg, 11. og 25. januar kl. 12-14.30. Såfremt du ønsker at tale med vejlederen, kan du træffe aftale om tidspunkt på tlf. 46 97 20 20.

Foredrag med Georg Ørskov: *Hellere dø af grin end af stress* 28. januar kl. 19. Foredraget vil handle om arbejdsglæde i forandringsprocesser, tid og tidsforbrug og om, at det, vi siger, er det, vi bliver. Arrangementet er gratis og afholdes i Lunden, Vestergade 74 i Silkeborg. Tilmelding på tlf. 46 97 20 20.

Seniorklubben holder nytårskur 12. januar kl. 12 i FOA Huset, Dalgasgade 24, Silkeborg. Deltagerpris 75 kr. og gæster 125 kr. Maks. antal 50. Tilmelding senest 8 dage før på tlf. 46 97 20 20.

Skive

Nytårsbanko 21. januar kl. 14 i FOAs mødelokaler 1. sal, Slotsgade 7, Skive. Pris: 50 kr. inkl. 3 plader og kaffe m/brød – efterfølgende plader 3 stk. 10 kr. Husk tilmelding senest 15. januar.

Sønderborg

Seniorene ønsker alle et godt nytår. Vi afholder nytårsfest 7. januar kl. 13 i Damgade 4, Sønderborg, med et let traktament og et lille lottospil. Der er tilmelding 3.-18. december. 21. januar kl. 14 ser vi feriebilleder fra alle vores ture. Tilmelding 7.-14. januar. 4. februar har vi lottospil kl. 14, tilmelding 21.-29. januar. Den årlige generalforsamling 25. februar, ifølge lovene, med start kl. 14. Hvis I vil spise med fra kl. 13, så er der tilmelding 4.-18. februar. Hurra, vi fylder 15 år, og den fest holder vi 11. marts fra kl. 13 med et let traktament og underholdning. Tilmelding 25. februar-4. marts. Genbrug med Røde Kors, her kan man forny sin garderobe, og der er tilmelding 11.-19. marts. Til vores ferietur i maj afholder vi betalingsmøde 15. april fra kl. 14 med kaffe og brød. Halvårsafslutning holder vi ved lystbådehavnen i Hørup Hav, med medbragt kaffe, så giver vi brød til. Senere er der 'pølsegilde'. Tilmelding 15.-29. april. Ferieturen går til Polen i uge 18 den 3.-4. maj. Tilmelding 4. februar-5. marts. Bestyrelsen ønsker alle en god sommer.

Vejle

Efterløns- & Pensionistklubben. Vi starter det nye år op med en hyggelig *syng-sammen-dag* 12. januar kl. 13.30. Finn kommer med harmonikaen. 9. februar kl. 13.30 kommer Jens Jensen og fortæller og viser film: *På rejse i et spansk hjørne – Catalonien*. Alle møder foregår i Spindrihallerne. *Venlig hilsen Aage Aunsberg*

Viborg

Teknik- og Servicesektoren. Generalforsamling for medlemmer afholdes 1. februar kl. 18. Generalforsamlingen afholdes i FOA, Grønnegade 13, kælderens Bowling kl. 19-20 og spisning fra kl. 20 på Bowl'n Fun, Tingvej 6, Viborg. Dagsorden ifølge vedtægterne. På valg er Henning Nygaard, John Christiansen, Jørgen Simonsen og Klaus Jensen – alle modtager genvalg. Forslag, herunder forslag til valg, skal være afdelingen eller sektorformanden i hænde senest 2 uger før generalforsamlingen. P.g.a. traktamentet er der tilmelding til generalforsamlingen senest 27. januar kl. 12 på tlf. 46 97 30 30. *Venlig hilsen sektorformand Henning Nygaard*



Lillebælt

Generalforsamling i Psykiatriklubben afholdes 24. februar kl. 17 på Artiskokken, Østergade 62, Middelfart. Efter generalforsamlingen vil der være spisning, og af hensyn til dette bedes du tilmelde dig senest 10. januar til Karen Henriksen, tlf.: 64 41 39 76 – mobil: 61 39 08 86. Se dagsorden i FOA Lillebælt-bladet i februar. *Venlig hilsen Psykiatriklubbens bestyrelse*

Svendborg

Kost- og Servicesektoren. Generalforsamling 2. februar kl. 17 i FOAs mødelokale, Møllergade 56, Svendborg. Dagsorden ifølge lovene. Indkomne forslag skal være sektoren i hænde senest 12. januar. På valg er sektormand Bente Pedersen, (genopstiller ikke) og bestyrelsesmedlem Kecia Bønnelykke (genopstiller). Tilmelding senest 26. januar på tlf. 46 97 27 27 eller e-mail tilmeld-svendborg@foa.dk. *Sektorformand Bente Pedersen*



FORSVARETS PERSONELTJENESTE



PASSER PENSIONEN? FPT INVITERER TIL INFORMATI- ONSMØDE OM OAO-PENSION

Forsvaret er blevet opmærksom på, at et antal medarbejdere omfattet af OAO-pension – også kaldet Sampension – ikke er blevet korrekt indplaceret i pensionssystemet. Det kan betyde, at nogle medarbejdere ikke har fået indbetalt den rette pension.

For at rette op på denne fejl, er Forsvarets Personeltjeneste (FPT) i gang med at undersøge pensionen for nuværende og tidligere medarbejdere, der i perioden 1. jan. 1999 til 31. dec. 2008 var omfattet af OAO-pension.

I den forbindelse afholdes en række informationsmøder for tillidsrepræsentanter, nuværende ansatte og tidligere ansatte:

- Mandag d. 25. jan. 2010 kl. 15 på Flyvestation Skrydstrup i Parolesalen byg. 366
- Tirsdag d. 26. jan. 2010 kl. 15 i Karup i Auditoriet byg. 419
- Onsdag d. 27. jan. 2010 kl. 15 på Flyvestation Aalborg i Parolesalen byg. 263
- Mandag d. 1. feb. 2010 kl. 15 på Antvorskov Kaserne i Auditorie 1 byg. 8
- Tirsdag d. 2. feb. 2010 kl. 15 på Høveltegård i Auditoriet byg. 111a

FPT vil til møderne orientere om sagen og vejlede om, hvordan man skal forholde sig, hvis man er en af de berørte.

Eventuelle spørgsmål forud for møderne, kan rettes til Stinne Føns tlf. 32665176, Maria Hansen tlf. 32665154 eller din tillidsrepræsentant.

Pædagogisk Sektor. Generalforsamling 3. februar kl. 18.30 i mødelokalet på 3. sal i FOA, Møllergade 56, Svendborg. Dagsorden ifølge lovene. Indkomne forslag skal være afdelingen i hænde senest 12. januar. På valg er: Næstformand Anette Fink Jacobsen, bestyrelsesmedlemmerne Helle Pia Jørgensen, Bitten Granhøj og Susanne Iversen og 1. suppleant Lisbeth Rasmussen. På valg til afdelingsbestyrelsen: Anette Fink Jacobsen. På valg som faggrupperepræsentanter 2011 er: Dagplejere – Marianne Christensen og Anette Fink Jacobsen. Pædagoger – Bitten Granhøj. Omsorgsmedhjælpere – 1 person. Pædagogiske konsulenter – 1 person. Da vi starter med lidt mad, bedes du tilmelde dig senest 25. januar på tlf. 46 97 27 27 til sektoren eller sekretariatet. Arrangementsnummer: 9700-10-47-02.

Social- og Sundhedssektoren. Generalforsamling 9. februar kl. 18 i FOA, Møllergade 56, Svendborg. Der er buffet fra kl. 18. Generalforsamlingen starter kl. 18.45. Dagsorden ifølge lovene. Indkomne forslag fremsendes mindst 8 dage før generalforsamling. På valg til sektorbestyrelsen: Ole Korff, Erna Koch-Christensen og Hanne Pommerencke samt 2. suppleant Ulla Pedersen. På valg til afdelingsbestyrelsen er Ole Korff. Tilmelding til traktementet kl. 18 er nødvendig og kan ske på telefonsvarer 46 97 27 20, eller lister med navn og fødselsdag kan faxes til 46 97 27 18 eller på e-mail tilmeld-svendborg@foa.dk senest 2. februar kl. 12. Arrangementsnr. 9700-10-47-00.

Teknik- og Servicesektoren. Generalforsamling 10. februar kl. 17.30 i FOAs mødelokale 3. sal, Møllergade 56, Svendborg. Dagsorden ifølge lovene. Dagsorden og indkaldelse sendes til medlemmerne. *Sektorformand Flemming Hansen*



Guldborgsund

Social- og Sundhedssektoren holder ordinær generalforsamling tirsdag 2. februar kl. 17 i Kikko, Vendsysselvej 9, Nykøbing F. Dagsorden ifølge vedtægter. Indkomne forslag, herunder kandidater til næstformandsposten, skal være afdelingen i hænde senest 14 dage før generalforsamlingen – øvrige forslag 8 dage før. Tilmelding skal ske til FOA på tlf. 46 97 17 50 senest 19. januar. *Med venlig hilsen Lena Havsteen, sektorformand*

Pædagogisk Sektor. Generalforsamling 25. februar kl. 18.30 i Kikkobaren, Vendsysselvej 9, Nykøbing F. Dagsorden ifølge vedtægterne. Indkomne forslag, herunder kandidater til næstformandsposten, skal være afdelingen i hænde senest 14 dage før generalforsamling og øvrige forslag 8 dage før. Der bydes på lidt at spise og drikke. Tilmelding 25. januar-19. febru-

ar på tlf. 46 97 17 50. *Venlig hilsen sektorformand Jens-Erik Bosen*

Teknik- og Servicesektoren og Kost- og Servicesektoren. Generalforsamling 10. februar kl. 19 i afdelingens lokaler, Gaabensevej 116, Nykøbing F. Dagsorden ifølge vedtægterne. Der vil være spisning fra kl. 18.15, tilmelding i afdelingen senest 4. februar kl. 17.



FOA afd. 1

Pensionist- og Efterlønklubben for Kommunale Arbejdsledere. 11. januar kl. 10.30: Sangformiddag med Nikolaj Andersen. Musikeren og højskolemanden Nikolaj Andersen fortæller om Sigfred Pedersen og hans visekunst. Ind imellem alle historierne synges et stort udvalg af hans bedste viser. 8. februar kl. 10.30: På tur til Sydamerika. Vi skal høre om, hvordan man får ideen om at bygge sin egen cementbåd – for derefter at tage hele sin familie med på en sejl tur fra Sydhavnen til Sydamerika og retur. Benny Ottesen fortæller i ord og billeder om starten på bådebyggeriet i Sydhavnen og om oplevelserne på havet og i havnene på den efterfølgende sejl tur til Sydamerika. 8. marts kl. 10: Bankospil. 10 spil med fine præmier på 1 række og hele pladen, 6 plader 35 kr., medlemmer er velkomne til at tage venner/bekendte med denne dag. 24. marts kl. 10.45: 1 times guidet rundtur ved museumsdirektør Erik Hvidt, Revymuseet, Allégade 5,

Frederiksberg. Efter rundturen arrangeres frokost for egen regning på en nærliggende restaurant. Tilmelding til aktivitetsudvalget. Der kan kun deltage 30 personer. 12. april kl. 10.30: Generalforsamling. Dagsorden ifølge lovene. Fællesspisning efter generalforsamlingen. Foreningen er vært med 1 snaps samt 1 øl eller vand. 10. maj: Modeshow, hvor der bliver mulighed for at stifte bekendtskab med forårets nye kollektioner og farver for damer/mænd og se nogle af klubbens medlemmer som mannequiner i de nye modeller. Der er mulighed for at prøve tøjet. Tag tøj-købs-pungen med og gør et godt køb. 16. juni fra kl. 9-18: Skovtur i bus. Vi forventer turen går til Kalundborg, hvor der arrangeres en guidet rundtur i Kalundborg Kirke, herefter videre til Rønæs kursuscenter, hvor vi får serveret frokost. Her vil der blive mulighed for at gå tur langs stranden. Efter opholdet tager vi videre til en landlig kro, hvor vi får eftermiddagskaffe. Der vil som vanligt være forfriskninger med i bussen. Prisen for deltagelse endnu ikke fastlagt, men der bliver som vanligt tale om et pænt tilskud fra klubkassen. Ret til ændringer forbeholdes. Det er bestyrelsens og aktivitetsudvalgets håb, at programmet har din interesse og giver dig lyst til at komme og få en hyggelig dag sammen med lige-stillede efterlønsmodtagere og pensionerede arbejdsledere i FOA 1. Alle ordinære møder afholdes i FOA 1, lokaler Niveau 1, Vilhelm Thomsens Alle 9, Valby. Ved alle arrangementer er der gratis kaffe, m/småkager eller lignende og efter/under arrangementerne er der fællesspisning, hvor hver især har deres mad med, øl/vand kan købes til små priser. *På bestyrelsens og aktivitetsudvalgets vegne formand Helge Koch*

Vindere i MedlemsPulsen

Hver måned trækker vi lod blandt deltagerne i FOAs medlemspanel, MedlemsPulsen. Hovedpræmien er ét weekend-ophold for to på et Comwell-hotel i Danmark.

Har du endnu ikke tilmeldt dig MedlemsPulsen, kan du stadig nå det. Du skal være medlem af FOA – Fag og Arbejde, have en e-mail-adresse og så skal du have tid og lyst til at deltage i 4-8 undersøgelser hvert år.

Du bliver deltager ved at gå ind på www.foa.dk/medlemspulsen og besvare en række spørgsmål. Vinderne i december er:

Weekend-ophold

Jane Buchol, Gl. Randersvej 44, A, 8800 Viborg

Gavekort a 250 kroner til Coop

Joan Thomassen, Brungårdsvej 4, 7620 Lemvig
Helle Nanboe, Brännichesvej 12, 3100 Hornbæk
Dorrit Poulsen, Snoghøjen 2, 4700 Næstved
Hanne Larsen, Rævmoosevej 114, 9750 Øster Vrå
Aase Molbæk, Gråbølle 9, 9640 Farsø

Vinderne får direkte besked.



Staunings Plads 1-3,
 1790 København V.

 Telefon: 46 97 26 26
 Telefax: 46 97 23 00
 www.foa.dk
Kontortid:
 Mandag-torsdag: 8:30-16:00
 Fredag: 8:30-15:00
PenSam
 Jørgen Knudsens Vej 2,
 Postboks 282,
 3520 Farum

 Telefon: 44 39 39 39
 Telefax: 44 39 39 40
 www.pensam.dk
FOA-afdelinger:

Afd. 1:	46 97 11 00
foa1@foa.dk	
Bornholm:	46 97 33 13
bornholm@foa.dk	
Brønderslev:	46 97 10 30
broenderslev@foa.dk	
Esbjerg:	76 10 93 50
esbjerg@foa.dk	
Frederikshavn:	46 97 11 70
frederikshavn@foa.dk	
Frederikssund:	46 97 12 00
frederikssund@foa.dk	
Guldborgsund:	46 97 17 50
guldborgsund@foa.dk	
Herning:	46 97 12 60
herning@foa.dk	
Hjørring:	46 97 13 46
hjoerring@foa.dk	
Holbæk:	46 97 14 00
holbaek@foa.dk	
Holstebro:	46 97 14 14
holstebro@foa.dk	
Horsens:	46 97 14 55
horsens@foa.dk	
Kolding:	46 97 15 76
kolding@foa.dk	
KLS:	46 97 15 00
cls@foa.dk	
Køge:	46 97 16 00
koege@foa.dk	
Lillebælt:	46 97 36 10

lillebaelt@foa.dk	
Lfs:	35 44 45 46
lfs@lfs.dk	
Lolland:	46 97 30 00
lolland@foa.dk	
Mariagerfjord:	98 51 21 11
mariagerfjord@foa.dk	
Midtsjælland:	46 97 19 70
midtsjaelland@foa.dk	
Nordsjælland:	46 97 33 90
nordsj@foa.dk	
Nordvestsjælland:	46 97 14 77
nordvestsj@foa.dk	
Odense:	46 97 18 00
odense@foa.dk	
Randers:	46 97 19 00
randers@foa.dk	
Roskilde:	46 97 19 90
roskilde@foa.dk	
Silkeborg-	
Skanderborg:	46 97 20 20
silkeborg-skanderborg@foa.dk	
Skive:	46 97 20 80
skive@foa.dk	
Social- og Sundhedsafdelingen	
sosu@foa.dk	46 97 22 22
Svendborg:	46 97 27 27
svendborg@foa.dk	
Sydsjælland:	46 97 28 00
sydsj@foa.dk	
Sønderborg:	46 97 34 00
soenderborg@foa.dk	
Sønderjylland:	46 97 35 00

soenderjylland@foa.dk	
Thisted-Morsø:	46 97 29 00
thistedmorsoe@foa.dk	
Trafikfunktionærernes	
Fagforening:	46 97 28 80
trafik@foa.dk	
Varde:	75 21 01 00
varde@foa.dk	
Vejle:	75 82 52 88
vejle@foa.dk	
Viborg:	46 97 30 30
viborg@foa.dk	
Aalborg:	46 97 31 31
aalborg@foa.dk	
Århus:	89 36 66 66
aarhus@foa.dk	
Lokalkontor	
i Odder:	86 55 21 40

PMF-afdelinger:

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

ANSVARSHAVENDE:
 Gitte Hejberg, chefredaktør
 gith@foa.dk. Tlf.: 46 97 24 58.
REDAKTIONEN:
 redaktionen@foa.dk
 Finn Olsen, redaktionschef, grafiker
 fino@foa.dk. Tlf.: 46 97 23 97.
 Rie Schmidt, redaktionssekretær
 ries@foa.dk. Tlf.: 46 97 23 28.
 Britta Lundqvist, journalist
 brlu@foa.dk. Tlf.: 46 97 23 20.
 Jette Rantorp, journalist
 jehr@foa.dk. Tlf.: 46 97 24 68.
 Merete Nielsen, journalist
 men@foa.dk. Tlf.: 46 97 25 25.
 Maj Dahl-Rasmussen, journalist
 mdar@foa.dk. Tlf.: 46 97 25 65.
 Finn Danielsen, journalist
 fida@foa.dk. Tlf.: 46 97 23 33.
 Gro Ammendrup, journalistpraktikant
 gram@foa.dk. Tlf.: 46 97 24 19.
 Joe Anderson, grafiker.
 joe001@foa.dk. Tlf.: 46 97 23 22.
 Maja Honoré, grafiker.
 maja001@foa.dk. Tlf.: 46 97 22 57.
FORSIDEILLUSTRATION:

Finn Olsen


 Medlem af Dansk Fagpresse
 Tilsluttet Fagpressens Mediekontrol
OPLAG: 205.565/6. årgang**TRYK:** Color Print A/S**ISSN:** 1901-0222**REDAKTIONEN SLUTTET:** 17. december
 Indlæg til 'AFDELINGER OG KLUBBER'
 sendes til både Dorthe Møller, dorm@foa.dk
 og Mark Nixon, mlix@foa.dk
 Februar-nummeret: 4. januar
ANNONCER:
 DANSK MEDIAFORSYNING
 Telefon: 70 22 40 88
 www.dmfnet.dk
ANNONCEFRIST:

Februar-nummeret: 20. januar

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

Dit fagblad i fire versioner

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

 Der er en version til hver af FOAs fire sektorer: På forsiden øverst til
 venstre står der, hvilken version af bladet, der er tale om.

 Hvis du får en forkert version af bladet, så
 giv besked til din lokale FOA-afdeling,
 som vil sørge for at registrere
 dig rigtigt.

pædagogisk - nummer 07/08 - juli/august 2009

kost/service - nummer 07/08 - juli/august 2009

teknik/service - nummer 07/08 - juli/august 2009

social/sundhed - nummer 07/08 - juli/august 2009



Af **Katrine Klinken**
Foto: **Thomas Hergaard**



Kylling bagt med persillerødder, citron, appelsin og ristede mandler

Mange starter året med nytårsforsætter om at leve sundere og tabe sig. For at få hurtige resultater går mange på meget strenge diæter, men i længden er det eneste, der virker, at få nye vaner og at komme ind i en ny rytme, der holder. Det er sjældent den rigtige mad, man bliver for stor af, men mere den mad, man spiser fra pakker og flasker – altså slik, junkfood og sodavand. Den slags mad skal man prøve at få så lidt af som muligt. Derfor skal man ikke være bange for at spise almindelig mad eller et stykke kage, når man er til fødselsdag. Opskriften er til 4 portioner.

8 stykker kylling med ben, f.eks. overlår og bryst
2-3 spsk olivenolie
500 g persillerødder eller pastinakker

2 usprøjtede appelsiner
1 usprøjtet citron
2 tsk groft salt
Friskkværnet peber

Drys:
150 g hele mandler
2 spsk olie

Tilbehør: ris, bulgur eller brød

- Vend stykker af kylling med olie i et ovnfast fad.
- Skræl persillerødderne eller pastinakker og skær dem ud i mindre stykker.
- Skyld appelsinerne og citronen i vand. Skær dem i både. Læg dem i det ovnfaste fad. Krydr det hele med salt og peber.
- Sæt fadet i ovnen og tænd på 175 grader. Steg i ca. 50 min., til kyllingen er gennemstegt og

saften klar, når man prikker den i låret.

- Drys: Steg mandlerne i olie ved jævn varme på en slip-letpande, til de er gyldne. Hæld dem i en si og lad olien løbe fra.
- Drys retten med mandler og spis den med kogte ris, bulgur eller brød.



Tips

Kog løse ris: Hæld 6 dl langkornede ris, f.eks. basmatiris, i en si, og skyl dem i koldt vand til vandet bliver klart. Hæld risene i en gryde med 1 liter kogende vand. Tilsæt 2 tsk groft salt og læg låg på. Kog ved svag varme i 12 min. Sluk for varmen og lad gryden stå i 12 min. med låg på. Rør risene løse med en gaffel. Brug rester af kolde ris til en salat evt. til madpakken eller mellemmåltid.

Til en portion: Bland 2 dl kolde kogte ris med 1 spsk hakkede valnødder, 1 spsk hakket rødløg, 1 stilk hakket bladselleri, stykker af 1 lille appelsin, 1 spsk smuldret feta (salatost), 2-3 duske hakket dild og smag til med salt og friskkværnet peber.

Se også www.foa.dk/opskrifter

Er du rigtig klog?

Test din viden og vær med i lodtrækningen om et gavekort til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

Vi trækker lod blandt de indsendere, der har svaret rigtigt på flest spørgsmål.

Alle svarene kan findes i dette nummer af *fag og arbejde*.

Send den rigtige rækkefølge af bogstaver til redaktionen@foa.dk senest den 11. januar og skriv quiz i emnefeltet.

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinderen af quizzen i *fag og arbejde* nr. 12 blev Paul Lind, Odense SV.

1. Hvor mange blev afvist til sosu-uddannelserne i 2009?

- A. 2.500
- B. 3.500
- C. 4.500

2. FOA forudsår, at der i 2018 mangler så mange sosuhjælpere og -assistenter:

- A. 15.000
- B. 17.000
- C. 18.000

3. Latter og humor øger produktionen af:

- A. T-celler
- B. C-celler
- C. Q-celler

4. følge en tysk undersøgelse griner moderne voksne i vores kultur dagligt:

- A. Seks-syv minutter
- B. Otte-ni minutter
- C. Femten-seksten minutter

5. Hvornår skal de offentligt ansattes overenskomster fornyes?

- A. I 2010
- B. I 2011
- C. I 2012

6. Hvad hedder computerspillet, Odense Kommune stiller til rådighed for plejehjemsbeboerne?

- A. Wuu
- B. Woo
- C. Wii

7. Hvornår slap gæren op i de danske kølediske som følge af storkonflikt på det private arbejdsmarked?

- A. I 1994
- B. I 1998
- C. I 2002

8. Hvor stor en andel af dagplejerne er med i FOA?

- A. 77 procent
- B. 85 procent
- C. 89 procent

9. Regeringen indfører fra nytåret en ny skat. Hvad hedder den?

- A. Medieskat
- B. It-skat
- C. Multimedieskat

10. Hvor mange FOA-medlemmer får en fyreseddel om året?

- A. 9-10.000
- B. 10-12.000
- C. 14-15.000



Afsender:

FOA
FAG OG ARBEJDE

Stauings Plads 1-3
1790 København V

41007 fag og arbejde



Klimatopmødets vartegn på Rådhuspladsen i København (Polfoto)

Lad os passe på vores jord, så også vore børn og børnebørn har et godt sted at bo.

Redaktionen ønsker alle FOA-medlemmer og deres familier et godt og konstruktivt nytår.