

Fagbladet **FOA**

**7****RÅD**

til at lande dit første job
SIDE 43

tema:**KOLLEGA-KONFLIKTER**

Sådan forebygger I dårlig stemning
på arbejdspladsen
SIDE 34

TRYG OVERGANG TIL SFO

Lån af pædagogmedhjælper til SFO
fra børnehave giver god overgang
SIDE 28

Kravene stiger på det pædagogiske område

UFAGLÆRTE JOBS FORSVINDER

Jane Quvang er glad for, at hun tog mod til sig og uddannede
sig til pædagogisk assistent efter 25 år som ufaglært

SIDE 6

Stressramte får sparket

For første gang kan FOA nu dokumentere, hvorfor FOA-medlemmer bliver fyret – og den suverænt største årsag til opsigelse er sygdom.

Det er blandt andet medarbejdere, der rammes af stress, der oplever, at arbejdsgiverne mister tålmodigheden og trækker fyringskortet. Situationen kan virke surrealistisk hård for de stressramte.

Først er jobbet med til at gøre en syg, og derefter mister man selv samme job, fordi man er syg.

Situationen kan fremstå fastlåst – for alle parter. En del FOA-medlemmer færdes på arbejdspladser, hvor flere samtidige sygemeldinger lægger et stort pres på de tilbageværende – og alt for få – raske kolleger, der risikerer at brænde sammen. Tålmodigheden er blevet mindre. Ikke alle sygemeldte får chancen for at bevise, at de kan rejse sig efter lang og svær sygdom.

Det handler ikke om bevidst brutalitet.

Årsagen er knappe ressourcer og stramme normeringer på arbejdspladserne, som ikke levner plads til, at netop raskmeldte medarbejdere kan få lov at køre på mindre kraft i en periode. Det er værd at huske, når vi senere i år skal stemme til kommunalvalget, hvor det blandt andet kommer til at handle om flere hænder og anstændighed. ★

Gitte Hejberg

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

Signe Westergaard-Jensen
redaktionschef
swje@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 97

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

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

Marie Brynskov
journalist
mbry@foa.dk
Tlf.: 46 97 24 68

Fyret efter stress

Jeppe Birkedal Pedersens leder ville gerne hjælpe ham, men en presset økonomi førte til opsigelse.

Side 8-11



I Børnehuset Rørsangervej er børnene aktive deltagere i alle dagens gøremål. Det giver mere nærvær og færre konflikter.

Side 22-27



NÅR EN KLUD ER LYKKEN

tema
konflikt på job

Hver 4. skændes med kolleger

Få ekspertens råd til, hvordan du kan undgå at optrappe konflikter.

Side 34-41

Over- vejer du hund?



Se, hvad det koster.

Side 44



Fremtiden er faglært

Jane Quvang har efter 25 år som pædagogmedhjælper fået et skub til at tage en uddannelse.

Side 6

I hvert nummer

Dennis K	14
Det virker	19
Fagligt talt	20
FOA hjælper	30
7 skridt	43
A-kassen	46
Mad med Klinken	53
Quizen	58

UDGIVER

FOA

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

Anders Ejbye-Ernst
journalist
anee@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 25

Mette Boysen
journalist
mebo@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 28

Andreas Hemme
journalistpraktikant
anhe@foa.dk
Tlf.: 46 97 25 65

May Buhr
grafiker
mayb@foa.dk
Tlf.: 46 97 24 42

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

nyt

3

milliarder ubrugte kroner til efteruddannelse er ét af de emner, der er i spil under trepartsforhandlingerne om uddannelse. 12. oktober forventer regeringen at indgå en aftale med fagbevægelsen og arbejdsgiverne.

Kilde: Kommissorium for trepartsdrøftelser



Foto: Jørgen True

FOA tjekker din løn

I september står FOA sammen med 3F i spidsen for løntjek på fem sygehuse. Derudover står din lokale FOA-afdeling klar, hvis du vil se, om du har penge til gode.

Kilde: Kampagnen OK Løntjek 2017



Det gør mig vred, når kommunerne gang på gang slår deltidsstillinger op, mens jeg kan se via vikarbureauet, at der dagligt mangler personale ofte de samme steder.

KASPER SOELBERG, SOSU-ASSISTENT, RANDERS, I DEBATINDLÆG PÅ JP.DK



FOA hylder mangfoldighed

Sammen med resten af LO-fagbevægelsen deltog FOA 19. august i Copenhagen Pride-optøget fra Frederiksberg Rådhus til Københavns Rådhusplads.

"Vi deltager, fordi vi er enige om, at der skal være plads til alle uanset kønsidentitet og seksualitet," siger forbundssekretær i FOA, Joan Prahll.

Skændes kolleger på din arbejdsplads?



Foto: Privat

Lars Ræbild Lassen, portør og TR

Dårlig stemning

Vi har fået et opgavesystem, hvor alle kan se, hvilke opgaver hinanden udfører. Det har givet en dårlig stemning nogle gange, fordi nogle undrer sig over, hvad andre bruger deres tid på.



Foto: Jørgen True

Kirsten Rasmussen, social- og sundhedsassistent

Taler direkte

Jeg oplever næsten aldrig skænderier på jobbet. Vi har travlt og taler ofte direkte til hinanden, det forebygger, at misforståelser opstår. Det er også vigtigt at have en leder, der er med til at skabe et godt arbejdsmiljø. Det har vi.



Foto: Privat

Peter Jacobsen, portør

Erkend fejl

Vi har stort set ikke skænderier i vores gruppe. Tønnen blandt portører er meget kontant, så tingene når aldrig at eskalere, for problemerne bliver ordnet inden for tre minutter. Ryger der en finke af fadet, så erkender folk fejlen.



Foto: Privat

Kim Buchwald Johansen, teknisk medarbejder og TR

Delt ansvar

Det hænder, at små drillerier kan udvikle sig og kamme over. Der gælder det om at sætte ind med det samme og få snakket med kollegerne, så der ikke bliver talt i krogene. Det har både ledelsen og medarbejderne et ansvar for.

Tema
Konflikter på jobbet
Side 34

Husk at rose din tillidsrepræsentant

78 procent af tidligere tillidsvalgte har været tilfredse med deres hverv, viser ny undersøgelse. **Mere tid og opbakning vil øge glæden.**

Af Anders Ejbye-Ernst ★ foto: Jørgen True



Har du dårlige arbejdsforhold eller generer arbejdsmiljøet, så kan du altid gribe fat i din tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant. Tillidshvervet er en ekstra opgave ved siden af jobbet. Alligevel har fire ud af fem tidligere tillidsvalgte været glade for deres hverv. Det viser en ny undersøgelse, som FOA har lavet.

Forklaringen på den store tilfredshed er ifølge **Henning Jørgensen**, professor og arbejdsmarkedsforsker på Aalborg Universitet, at hvervet giver mening, fordi man kan hjælpe andre.

“Det at nyde tillid og blive valgt af kollegerne er i sig selv en tilfredsstillelse. Dernæst er der noget tilfredsstillende i at kunne hjælpe sine kolleger, hvis de har problemer. Og så er der noget personlig udvikling i at skulle bygge bro mellem ledelse og medarbejder,” siger han.

“Jeg er glad for at være arbejdsmiljørepræsentant, fordi jeg kan hjælpe mine kolleger. Men **tiden svarer ikke altid til størrelsen på opgaverne.** Jeg har to timer hver uge til arbejdet,” siger Marianne Hansen, arbejdsmiljørepræsentant i hjemmeplejen i Brøndby Kommune.

Mere tid og interesse, tak!

Selvom der er overordnet tilfredshed med hvervet, angiver de tidligere tillidsvalgte også en række udfordringer, der trækker den anden vej. I undersøgelsen svarer de, at mere tid, større opmærksomhed fra ledelsen, større interesse og opbakning fra kollegerne, større løntillæg samt løbende uddannelse vil gøre arbejdet som tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant mere attraktivt.

Netop tiden er afgørende for tilfredsheden, vurderer **Dennis Kristensen**, formand for FOA.

“Jeg tror, at vores tillidsfolk i en stigende grad oplever, at de skal bruge rigtig meget tid. Derfor er de lokale aftaler, vi laver med arbejdsgiveren om tid, rigtig vigtige, for man skal selvfølgelig have den nødvendige tid til at lave et stykke arbejde, som kollegerne oplever som godt,” siger han. ★

Anee@foa.dk



Det er blevet hårdere at være tillidsvalgt. Der mangler tid.

MARIANNE HANSEN,
ARBEJDSMILJØREPRÆSENTANT
I HJEMMEPLEJEN I BRØNDBY
KOMMUNE.

16

procent af de tidligere tillidsvalgte stillede ikke op til genvalg, fordi kollegerne bakkede for lidt op.

Kilde: Medlemsundersøgelse blandt tillidsvalgte, 2017

Tidsaftale giver tilfredshed

Tillidsvalgte, der har en aftale med deres leder om, hvor meget tid de må bruge på hvervet, er mere tilfredse end de, der ingen aftale har.

Kilde: Medlemsundersøgelse blandt tillidsvalgte, 2017

Aftale mangler

Lidt over en tredjedel af de tillidsvalgte har ingen aftale med ledelsen om, hvor mange timer de har til rådighed for deres tillidshverv.

Kilde: Medlemsundersøgelse blandt tillidsvalgte, 2017

De ufaglærte forsvinder

På store velfærdsområder som børnepasning og ældrepleje bliver der **færre og færre ansatte uden uddannelse.**

Af Finn Danielsen

Antallet af ufaglærte i kommuner og regioner falder markant. Tal fra Danmarks Statistik viser, at det især er dagplejere, pædagogmedhjælpere og ikke-uddannede social- og sundhedsansatte, der bliver færre af.

På det pædagogiske område alene er der i dag næsten 17.000 færre ufaglærte, end der var i 2009, viser tal fra Kommunernes og Regionernes Løndatakontor, KRL.

“Tendensen gennem mange år har været, at andelen af uddannede er øget, og intet tyder på, at den udvikling vil stoppe,” siger **Hans Hummelgaard**, der er analyse- og forskningschef i KORA.

Han forklarer, at udviklingen på det pædagogiske område blandt andet skyldes krav om tidlig læring hos børnene.

Ansvar for uddannelse

Nogle kommuner investerer i uddannelse af deres ufaglærte medarbejdere. For eksempel Kolding, hvor pædagogmedhjælpere på skoleområdet i disse år er på uddannelse, fordi kommunen vil højne niveauet på området.

I andre tilfælde bliver ufaglærte afskediget, fordi kommunen eller arbejdspladsen ikke mener, at deres kvalifikationer er gode nok.

FOA mener, at det kræver en stor uddannelsesindsats at løse det problem.

“Om 10-15 år er der ikke længere ufaglærte på dagtilbudsområdet. Kommunerne har derfor et ansvar for at tilbyde uddannelse til de tilbageværende ufaglærte. Og de ufaglærte har et ansvar at tage imod tilbuddet,” siger **Mogens Bech Madsen**, der er formand for Pædagogisk Sektor i FOA. ★

fda@foa.dk

50

millioner kroner til dagplejen har et stort flertal i Folketinget bevilget i perioden 2017-2020. Pengene skal bruges til at uddanne dagplejere til pædagogiske assistenter.

Kilde: Børne- og socialministeriet

Kolding uddanner ufaglærte

Kolding Kommune sender 25 pædagogmedhjælpere fra skoleområdet på pædagogisk assistentuddannelse i 2017-2018. De får uddannelsesløn efter overenskomsten og betalt bøger og PC. Ledige pædagogiske assistenter ansættes som vikarer.

Kilde: FOA Kolding

Flere pædagogiske assistenter

Antallet af pædagogiske assistenter i kommuner og regioner er mere end fordoblet fra 2009 til 2017 – fra 3.354 til 7.405. I samme periode er antallet af ufaglærte på det pædagogiske område faldet fra 71.949 til 55.182.

Kilde: KRL og FOA Politik og Analyse



“Jeg kan, jeg vil, og jeg gør det!”

Et lille skub har givet Jane papir på sit fag. Nu er hun pædagogisk assistent og glæder sig til sine nye opgaver.

Af Finn Danielsen ★ foto: Robert Wengler

I juni blev **Jane Quvang** færdig som pædagogisk assistent. Med 25 års erfaring i bagagen som pædagogmedhjælper havde hun ellers ikke tænkt sig at tage en uddannelse.



“Man har jo sine rytmer og rutiner, og tanken om at være væk fra ‘mine’ børn et helt år var jo umulig. Det er også svært at skulle på skolebænken, når man er tæt på de 50 år,” siger Jane Quvang. Hun bærer ikke rundt på gode minder om sin folkeskoletid, hvor hun blev mobbet.

“Jeg ville ikke have de nederlag igen,” siger hun.

En anden slags skole

Men Kolding Kommune, hvor hun er ansat på en skole, ønsker alle ansatte på skoleområdet uddannet. Og så fik Jane en opbringning fra sin fagforening.

“Jens fra FOA mente, at jeg skulle i gang med uddannel-

sen. Men jeg havde jo 17.000 undskyldninger og følte mig lidt presset,” siger Jane Quvang.

Hun fik bare to dage til at beslutte sig, men opbakning fra både leder og kolleger afgjorde sagen. Og hun huskede på de ord, hun har lært af sin mor: “Jeg kan, jeg vil, og jeg gør det.”

I august 2016 gik hun i gang med uddannelsen. Og det har hun ikke fortrudt.

“Det er noget andet at gå i skole med andre voksne, der har en masse livserfaring og kan byde ind fra forskellige områder. Vi har lært meget af hinanden,” siger hun.

Uddannelsen har givet mig både teori og nye redskaber.

Jeg føler mig bedre rustet til arbejdet, og jeg tror på, at jeg dur til nogle ting,” siger Jane Quvang, ny-udklækket pædagogisk assistent.

Nye øjne på tingene

Det er en Jane med nye øjne på tingene, der vender tilbage til sin arbejdsplads, Sjølund-Hejls Skole. Hun er ovenud glad for, at hun i det nye skoleår skal indgå i et særligt team, der skal arbejde i mindre grupper med de børn, der har særlige udfordringer.

“Det bliver vildt spændende. Under uddannelsen har jeg fået nogle rigtig gode idéer til, hvad vi kan gøre anderledes, så de børn, der har det lidt svært, kan udvikle sig og få en følelse af, at de er noget værd,” siger Jane Quvang. ★

fida@foa.dk

Sakset fra
fagbladetfoa.dk

18.08.

Botilbud glemte borger under bruser

Botilbud for hjerneskedede har fået skærpet tilsyn af socialtilsynet på grund af bekymring for beboernes trivsel og udvikling. En klage viser, at en beboer blev glemt under bruseren i over to timer.

11.08

Ane fik rollator i hovedet: Nu skal kommunen betale

Sosu-hjælper Ane Carlsen fik en hovedskade på jobbet, men hendes arbejdsgiver nægtede at betale erstatning. Sagen kom for retten, og nu skal kommunen punge ud.

10.08

Tre år uden lønforhandling: Nu er der gennembrud på vej

I 2014 kom Ærøfærgerne på kommunale hænder. Siden da har medarbejderne ikke haft den årlige lokale lønforhandling. Der var ingen penge, siger direktøren.

03.08.

Skjult overvågning på jobbet: Hvilke regler gælder?

Datatilsynet og Peter Blume, professor i arbejdsret på Københavns Universitet, gennemgår hvilke regler der gælder for skjulte optagelser af ansatte.

03.08.

Attendo anklages for at bruge ufaglærte til sygepleje

Tidligere ansatte i plejefirmaet Attendo fortæller, at virksomheden sætter medarbejdere uden tilstrækkelig uddannelse til at dosere medicin eller lave sårpleje. Attendo afviser kritikken.

*Læs flere
nyheder på
fagbladetfoa.dk*



“Der var stort set overarbejde hver dag, **og jeg kørte bare på og lyttede ikke til min krop**, fortæller Jeppe Birkedal Pedersen, der blev fyret efter en sygdomsmelding for stress.

Sygdom udløser fyreseddel

Der stod sygdom på næsten halvdelen af fyresedlerne, som FOA-medlemmer fik i 2016.

Af Marie Brynskov ★ foto: Lars Aarø

Når et FOA-medlem bliver fyret, skyldes det i 44 procent af tilfældene sygdom. Det viser tal, som FOAs lokalafdelinger har indberettet for 2016.

Det er første gang, det står sort på hvidt, hvor mange FOA-medlemmer der mister jobbet på grund af sygdom.

Flere lokalafdelinger, Fagbladet FOA har talt med, advarer om, at tålmodigheden er skrumpet over for de sygemeldte.

“Man fyrer langt hurtigere i dag end for ti år siden. Der er ikke længere plads til dem, der ikke kan yde hundrede procent hele dagen,” siger formand for FOA Nordsjælland **Lene Lindberg**, der nævner sygedagpengereformen i 2014 som en af årsagerne.

Stress er højdespringer

I FOA SOSU, der har cirka 18.000 medlemmer i Københavnsområdet, er antallet af fyringer på grund af sygdom steget med 25 procent fra 2015 til 2016.

FOA Århus har set en stigning på 40 procent fra 2013 til 2016, viser afdelingernes egne tal.

“Det bekymrer mig, at tallet stiger så meget. Det tyder på, at man er blevet hurtigere på aftrækkeren over for de syge,” siger **Inge Jensen Pedersen**, formand for FOA Århus.

I de sager om fyring, hvor FOAs lokalafdelinger har noteret sygdommens art i FOAs sagsbehandlingssystem, står stress for hver anden sygemelding.

“De seneste fire-fem år er der kommet mange flere stressramte. Det er børne- og ældreområdet, der er hårdest ramt. Ingen kan jo holde til at udføre to mands arbejde,” siger Inge Jensen Pedersen.

Fyret med cancer

Fyringen sker typisk, når en medarbejder er

væk i flere måneder uden en klar tidshorison for, hvornår man er tilbage, siger **Pia Johansen**, der som faglig sagsbehandler i FOA Nordsjælland sidder med sagerne til daglig.

“Etikken er væk. Hvis man før havde for eksempel cancer, kunne man få lidt ro på og nogle skåneopgaver. I dag bliver der kun kigget på kroner og ører,” siger hun.

Formand for FOA Odense **Nina Skov-Lauridsen** anerkender, at mange arbejdspladser gør et forsøg for at fastholde medarbejderne i deres job.

“Men vi oplever oftere, at de såkaldte omsorgssamtaler ikke handler så meget om fastholdelse, men om afskedigelse. Derfor oplever vi også, at flere og flere ønsker at have en bisidder med til disse samtaler,” siger hun.

Fokus på sygefravær

Stort fokus på sygefravær nævnes også som årsag til den kortere lunte med de sygemeldte.

Ifølge **Malene Friis Andersen**, ph.d. og forsker i stress på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø har sygemeldte med stress, angst og depression en god prognose for at komme tilbage til arbejdsmarkedet.

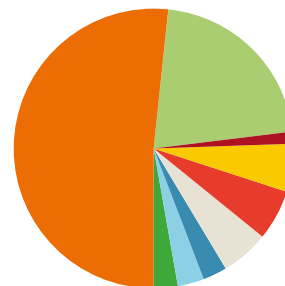
“Men det tager tid, før man er tilbage på fuldt produktionsniveau. Det kræver tålmodighed fra arbejdspladsen.”

Michael Ziegler, formand for KL's Løn- og Personaleudvalg, afviser, at tålmodigheden er blevet mindre.

“Det er altid sidste udvej at afskedige en medarbejder på grund af sygdom, men det kan nogle gange blive nødvendigt af hensyn til den samlede trivsel på arbejdspladsen og de ydelser, vi er forpligtet til at levere til borgerne,” siger han. ★

Søg hjælp, inden du bliver syg
Side 11

69 sager om sygdom, der udløste en fyring



○ Stress:	35
○ Handicap:	15
○ Cancer:	1
○ Diskusprolaps:	4
○ Psykisk lidelse:	4
○ Fysisk lidelse:	4
○ Gigt:	2
○ Mobning:	2
○ Arbejdsulykke:	2

Kilde: Faglige personsager med sygdom som årsag til afskedigelse - oprettet i FOAs fælles sagsbehandlingssystem '360' i 2016.

[Bag om tallene]

- Der findes ingen officielle tal på, hvor mange der bliver fyret på grund af sygdom i Danmark. Men FOAs afdelinger har siden 2015 indberettet sager om afskedigelser i FOAs sagsbehandlingssystem.
- Opgørelsen i artiklen dækker faglige personsager på grund af sygdom oprettet i 2016. Tallene viser, at 2.362 sager ud af 5.420 afskedigelser skete på baggrund af sygdom.
- Kun i 69 sager er det oplyst, hvilken type sygdom det drejer sig om.
- Enkelte FOA-afdelinger har derudover lavet deres egen statistik over fyringer på grund af sygdom over tid. I FOA Århus steg antallet af sager fra 107 til 151 fra 2013 til 2016. I FOA SOSU steg tallet fra 215 til 288 fra 2015-2016.

Kilde: FOA Aarhus og FOA SOSU

mbry@foa.dk

“Det handlede om økonomi”

Jeppe Birkedal Pedersen syntes, han havde det bedste job og de bedste kolleger. Men han blev **opsagt, da han blev syg af stress.**

Af Anni Heiberg ★ foto: Lars Aarø

Klokken er tre om eftermiddagen, men de mørke gardiner er ikke trukket fra. **Jeppe Birkedal Pedersen** har det bedst i halvmørke. Sådan har det været, siden social- og sundhedsassistenten ved hjemmeplejen i Borupvænget og Asferg i Randers sygemeldte sig med stress. Den 6. marts fik Jeppe hjertebanken, prikken i armene og hovedpine.

“Og jeg fik åndenød, da jeg skulle gå,” husker han.

En akuttid hos lægen gav diagnosen alvorlig stress og mild depression.

“Øverste ledelse havde planlagt mange kurser, og vi blev ikke dækket ind. Siden juni sidste år havde jeg stort set haft overarbejde hver dag. Man mødte ind til en plan, der allerede var bagud,” fortæller Jeppe.

“Jeg var sur og træt, når jeg kom hjem og gik ofte i seng før børnene. Min kone kunne se, den var gal, men jeg kørte bare på.”

Pres og økonomi

Jeppe Birkedal Pedersen sygemeldte sig. Lederen bad om en samtale og fik den samme dag.

“Hun var ked af at høre, at jeg havde fået det sådan. Hun spurgte, om hun måtte ringe efter nogle dage.”

Den første uge sov Jeppe næsten 20 timer i døgnet.

“Min læge beordrede ro, men jeg følte mig presset. Min leder spurgte, hvornår jeg var klar, og jeg blev indkaldt til samtale i jobcentret. Det handler om økonomi. Hvis jeg kunne komme tilbage et par timer om ugen, kunne pengene ta-

ges fra en anden kasse. Så er det aktivring.”

“Min leder ville gerne hjælpe mig, men det føltes som et pres. Og jeg følte, at hun var presset oppefra,” fortæller Jeppe.

Opsagt efter stresskursus

Arbejdspladsen hjalp Jeppe Birkedal Pedersen til psykolog, og senere tilbød jobcentret et mestringskursus i stress og depression. Begge dele har han haft stor glæde af.

Men midt i juni fik Jeppe Birkedal Pedersen varsel om opsigelse, og han blev opsagt den 30. juni - små fire måneder efter han først sygemeldte sig - på grund af ‘driftsmæssige og økonomiske årsager.’

“Jeg henvendte mig tidligt til FOA, og de forberedte mig på, at det kunne ende med opsigelse. For jeg var fuldtidssygemeldt og kunne ikke sige, hvornår jeg kunne vende tilbage.”

Jeppe har været gennem mange følelser omkring fyringen.

“Jeg var ked af at miste mit job. Jeg var virkelig glad for det og havde gode kolleger. Men lige i situationen blev jeg også en smule lettet. Nu var der ikke længere et pres om, at jeg skulle hurtigt tilbage.”

Skuffet over opsigelse

Jeppe Birkedal Pedersen er skuffet over opsigelsen. Han ønskede at vende tilbage og havde gavn af både psykologsamtaler og mestringskurset, som han fulgte punktligt. Men kroppen blev ikke klar så hurtigt, som han og arbejdspladsen kunne ønske.

“Jeg vil gerne tilbage til mit fag.

Jeg kan lide arbejdet, helhedsplejen og det ansvar, der følger med,” siger social- og sundhedsassistenten Jeppe Birkedal Pedersen, der blev fyret, mens han var syg.



“Jeg havde hjertebanken, hver gang jeg havde været til samtale, og jeg kunne ikke komme de to gange om ugen, de ønskede,” forklarer Jeppe.

Jeppe Birkedal Pedersens gamle arbejdsplads vil gerne ansætte ham igen, når han bliver raskmeldt.

“Men efter opsigelsen kan jeg mærke, at jeg ikke skal tilbage. Jeg havde gode kolleger og en velvillig leder. Men hun var under pres. Det handler om økonomi,” gentager Jeppe. ★

info@anniheiberg.dk



Hvis jeg kunne komme et par timer om ugen, kunne pengene tages fra en anden kasse. Det føltes som et pres.

JEPPE BIRKEDAL PEDERSEN,
SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT

Hvad sker der, når du bliver syg?

- Der er ingen minimumsgrænse for, hvor mange dage du må være syg, før du kan miste jobbet - men arbejdspladsen er forpligtet til at gøre en indsats for at beholde dig.
- Er du syg i mere end 30 dage, skal din arbejdsgiver fortælle kommunen, at du er syg.
- Din leder skal afholde sygesamtale med dig senest efter fire ugers sygdom. Formålet er at tale om, hvordan og hvornår du kan vende tilbage. FOA anbefaler, at du tager din tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant med til samtalen.



Læs FOAs guide

[foa.dk/sygdom i pjecen](https://foa.dk/sygdom-i-pjecen)
'Hold fast i jobbet'

Undgå at blive syg af dit arbejdsmiljø

- 1. Reager på tidlige tegn** på for eksempel stress og depression i stedet for at vente, til du er blevet syg.
- 2. Fortæl kolleger, leder eller tillidsrepræsentant**, hvis du kan mærke, du ikke har lyst til at gå på arbejde.
- 3. Brug din FOA-afdeling**, der kan deltage i møder på arbejdspladsen og eventuelt senere med din sagsbehandler.
- 4. Kontakt Arbejdsmiljøetilsynet** eller den øverste ansvarlige i kommunen, hvis arbejdsmiljøet bliver ved med at være dårligt. Du har ret til at være anonym.

Kilde: Faglig sagsbehandler Pia Johansen fra FOA Nordsjælland

Andre årsager til fyring

56 procent af fyrede FOA-medlemmer i 2016 fik fyresedlen af andre årsager end sygdom. Heraf var de største grunde: Arbejdsmangel/besparelser (19 %), tavshedsbelagte årsager (12 %) og adfærd (6 %).

Kilde: Sager fra FOAs lokalafdelinger oprettet i 360 i 2016.



groft sagt

Sandheden om au pair?

Er au pair kulturudveksling, eller handler det mere om billig arbejdskraft til danske familier, der gerne vil aflastes i en travl hverdag? Debatten er blusset op igen efter TV2 i løbet af sommeren har bragt dokumentarserien 'Sandheden om vores au pair'. Her fortæller de filippinske piger blandt andet, at de primært er her for pengenes skyld.

Illustration: Gitte Skov



[snuden fremme]

Komikeren Per Helge undrer sig over, at **politikerne forventer topservice** af det offentlige samtidig med, at der skæres ned.

Når Per Helge får en hel teater-sal til at hvine af grin over absurditeterne i det øverste ledelseslag, er eksemplerne ikke opstået i hans hoved. Det er virkeligheden, der er blevet twistet

med en god portion humor. Eksemplerne stammer blandt andet fra hans tid som embedsmand i et ministerium og i Danmarks Radio.

Han undrer sig over, at hverken politikere eller borgere kan se, at når der sker nedskæringer, har det konsekvenser for servicen.

“Når en minister i et samråd bliver bebrejdet, at plejehjemsbeboere sidder med våde bleer, burde man kunne indse, at den slags sker, når man tager penge,” siger han.

Han sammenligner med turister, der klager over mangler og dårlig mad, selv om de kun har betalt 1.900 kroner for en rejse med all inclusive.

“Når der konstant bliver skåret ned, kan man selvfølgelig ikke holde kvaliteten,” siger han og undrer sig over, at skandalen i Skat var sådan en overraskelse, når man konstant gennem mange år havde fjernet medarbejdere. “Desværre er der ikke samme opmærksomhed over, at 1.000 mennesker venter på at få deres arbejdsskadesager afgjort, fordi der også er skåret ned på det område,” siger han. ★



Foto: Michael Daugaard

Per Helge er 49 år.

Han er ingeniøren, der blev embedsmand, der blev komiker. 21. september har han premiere på sit show DJØF med Løgn III, der er baseret på hans egne erfaringer som menig medarbejder og chef i den offentlige administration, herunder et ministerium.



Pædagogisk Assistentuddannelse - uden grundforløb eller praktik (EUV 1)

- Er du minimum 25 år gammel?
- Har du 2 års erhvervserfaring fra daginstitution, dagpleje eller anden pædagogisk praksis?
- Er din erhvervserfaring inden for de seneste 4 år?

Så har du mulighed for at tage den pædagogiske assistentuddannelse som EUV 1 (erhvervsuddannelse for voksne)

Du kan tage hele uddannelsen uden grundforløb eller praktik. Som EUV 1 elev skal du blot have skoledelen som er af 42 ugers varighed.



Vi starter hold igen i foråret 2018.

Læs mere på www.sosuc.dk eller kontakt uddannelsesvejleder Sandra Skaaning for mere information på 4138 0746.

Ingen velfærd uden skat

De kommende måneder vil blive præget af debat om yderligere skattelettelser.

Det ser ud til, at Liberal Alliance har bidt i det sure æble og opgivet det ultimative krav om mærkbare skattelettelser på topskatten for de bedst stillede. Det er i sig selv godt. De hidtidige skattereformer har været med til at skævvride Danmark endnu mere og dermed skabe større afstand mellem de mindste og de højeste indkomster.

Derfor kommer debatten til at handle om mellemindkomster og lave indkomster.

Det kan lyde besnærende at sænke skatten for almindelige indkomster, men den limpind må vi i mine øjne ikke hoppe på. Skatter og afgifter er alles bidrag til den fælles velfærd og service. Og hver gang vi får skattelettelser, kommer der mindre i velfærds- og servicekassen.

Det betyder, at vi ikke kan sikre det nuværende service-niveau, og vi kan heller ikke råde bod på de mange nedskæringer og besparelser under den økonomiske krise. Skat til velfærd og service er ikke blot en abstrakt størrelse. Færre indtægter fra skat og afgifter betyder helt konkret dårligere vilkår for bru-

gerne og endnu mere stressende arbejdsvilkår for de velfærds- og serviceansatte.



Det kan lyde besnærende at sænke skatten for almindelige indkomster, men den limpind må vi i mine øjne ikke hoppe på.

set, så havde sagen været en helt anden. Så kunne vi være begyndt at gøre op med den udvikling, hvor de økonomisk allerbedst stillede stikker af fra resten af samfundet. Som velfærds- og serviceansatte bør vi afvise nye skattelettelser – både af hensyn til den fælles ansvarlighed for de svageste i samfundet og af hensyn til de ansattes arbejdsvilkår. ★

Dennis Kristensen

[kort sagt]

Vi har i den grad brug for flere ressourcer til de velfærdsområder, hvor behovene stiger, og som har været udsat for store besparelser.



Af Dennis Kristensen, formand ★ foto: Jørgen True

Facebook

Ufaglærte burde ikke arbejde med mennesker

5. august

Jeg er en af de uddannede, og jeg har aldrig forstået, hvad man bilder sig ind med ufaglært arbejdskraft i arbejdet med mennesker. Der sker nemlig fejl. Jeg har diskuteret det på flere arbejdspladser. Begrundelsen er oftest, at man ikke har råd til faglærte. Min begrundelse: Jeg kan altså heller ikke gå ud og arbejde som elektriker i min sommerferie.

Charlotte Emilie Deleuran

Facebook

Kommunens ansvar, hvis det går galt

5. august

Hvis kommunen vælger at ansætte ufaglært personale, så er det kommunens ansvar hvis/når det går galt. Vi skal som uddannet personale ikke oplære ufaglært/uuddannet folk, som kommunen vælger skal udføre de samme opgaver som os uddannede. Som faglært personale føler vi ofte dårlig samvittighed over for vores borgere, hvis de skal have besøg af en ufaglært, og vi påtager os derfor ofte de tunge opgaver, som den ufaglærte skulle have haft. På den måde får de faglærte flere opgaver og skal løbe hurtigere. Vi uddannede skal smide vores dårlige samvittighed væk og lade kommunen stå



Vi uddannede skal smide vores dårlige samvittighed væk og lade kommunen stå med hele ansvaret for de ufaglærtes manglende faglighed!

LINDA NIELSEN

Hvad mener du?

Her bringer vi uddrag af debatten på FOAs Facebook-side.

med hele ansvaret for de ufaglærtes manglende faglighed!

Linda Nielsen

Facebook

Sig fra til opgaver, du ikke er uddannet til
5. august

Jeg forstår ikke, at de pågældende medarbejdere, der er blevet sat til en opgave, de er utrygge ved eller ved, de ikke har kompetence til, ikke nægter at udføre opgaven. Det kan jo få fatale konsekvenser for borgeren og for den pågældende medarbejder, selvom det i sidste ende er en sygeplejerske eller ledelsen, der har det overordnede ansvar.

Pia Kock Andersen

Facebook

Negleklipping er konkurrenceforvridning
4. august

Syntes jeg er fuldstændigt forkert. Vi skal ikke til at gå ind

over andre faggrupper, det må jo være konkurrenceforvridning. Så kan vi assistenter jo lige så godt lære fodterapeuterne at give insulin, nu hvor de alligevel er hos borgerne med diabetes. HVER sin faggruppe hver sine opgaver.

Betina Isaksen

Facebook

Fint med negleklip – måske vejen til nyt tillæg
3. august

Jeg syntes, at det lyder som et godt tilbud fodterapeuterne kommer med - sidemandsop-læring - og det vil jo så netop ikke være meningen, at sosu'er skal ordne alle slags fødder og tæer, men netop kun dem der ikke kræver speciel behandling. Jeg tænker, at vi er kompetente nok til at vurdere, om vi kan gøre det, eller om der skal en specialist til.

Man kunne jo så forestille sig, at man kunne forhandle sig til

et tillæg, når man har den ekstra kompetence/opgave.

Nete Franklin Sørensen

Facebook

Et varmt ønske om mere i løn til OK18
30. juli

Elsker mit job som det er. Har de bedste borger og de bedste kolleger. Og vil til enhver tid ikke bytte mit arbejde. Hvis noget skulle være bedre, skulle det da være lidt ekstra løn. Men det er ikke det, der betyder det vildeste, så længe man har det godt, hvor man arbejder, betyder det mere end mere i løn.

Sara Dahlberg Nielsen

Facebook

Tal ordentlig til borgerne eller skift branche
9. august

Man skal ikke overvåge personalet, for det burde være en selvfølge, at man taler ordentlig til borgerne – ellers er man vist i det forkerte fag.

Birgit Nielsen



Hvordan håndterer I konflikter på jobbet?

Mange FOA-medlemmer oplever jævnligt skænderier og konflikter på arbejdspladsen. Har I fundet en god måde at skru ned for de hårde meldinger og sure blikke?

Tema side 34-41



 Sig din mening på facebook
facebook.com/foadanmark



21.500 reaktioner
Negleklipping på fødderne er hot stuff! Det affødte i hvert fald en voldsom reaktion på FOAs facebookside, da vi offentliggjorde en artikel om, at ansatte i ældreplejen fremover skal kunne yde simpel fodpleje. Hele 21.500 reaktioner, heraf 1.427 kommentarer, kastede opslaget af sig.



Forældre laver fødselsdagsfrokost

[Krathgården]

Dagtilbuddet Krathgården ligger i landsbyen Sjørup ved Silkeborg. Den har omkring 30 børnehavebørn og er samtidig gæstepleje for områdets dagplejere.

Den sidste onsdag i hver måned laver forældrene til månedens fødselsdagsbørn frokost til hele Krathgården. Lisbeth Dalsgård, der har et kombinationsjob som køkkenansat og pædagogmedhjælper, sørger for planlægningen. Ved fælles indsats bliver der skrabet kartofler, ordnet grøntsager, formet hakkebøffer og lavet rabarbertærte.

Af Ingrid Pedersen ★ foto: Niels Åge Skovbo



1



2



3



4

1 Fra jord til bord.

Fødselsdagsbørnene har valgt menuen til dagens fødselsdagsfrokost. Desserten er tærte med rabarber høstet i institutions have.

2 Hjemmeavlet.

I foråret lagde børnene selv kartofler. De indgår i fødselsdagsmenuen - børnene har gravet dem op dagen inden festen. Lisbeth Dalsgård har overblikket og sørger for, at både små og store hænder er i sving for at få maden klar.

3 Naturligt legetøj.

Man må gerne lege med maden på Krathgården. Rabarber, der er gået i stok, viser sig at være fantastiske som sværd.

4 God appetit.

Hakkebøfferne skal nok blive spist. Børnene drøner rundt udenfor i den store have hele dagen, så de spiser mere end børn i institutionerne inde i Silkeborg.

5 Tid til snak.

Lisbeth Dalsgård elsker traditionen med fødselsdagsfrokost, som blandt andet gør, at personale og forældrene lærer hinanden bedre at kende.



5

6 Kagebager. Forældre og børn samarbejder om rabarbertærterne. "Superhyggeligt. Og så slipper vi for konkurrence mellem mødrene om, hvem der laver den flotteste fødselsdagskage," siger en mor, Gitte Mondrup (th.).

7 Samarbejde. "Der kommer et fantastisk forældresamarbejde ud af det," siger institutionens leder Anette Mathiesen, der som alle andre i institutionen deltager i fødselsdagsfrkosten.

8 Kombi-job. Lisbeth Dalsgård er ansat i et kombinationsjob. Midt på dagen laver hun mad. Morgen og eftermiddag er hun pædagogmedhjælper. Dagens fødselsdagstema er indianere, så hun er også med til indianerlege udenfor.



det virker

Et medlem præsenterer et **arbejds- eller lege-redskab**, som er en gevinst for pædagogikken eller en lettelse i det daglige arbejde. Har du lyst til at fortælle om dit – så skriv til: men@foa.dk

Sådan laver du en Le Mans-bane

- Grav en bane, der er en spade bred, cirka 12 cm.
- Mål op – brug snor og pløkker. 1:1.000 svarer til en bane på 13,6 meter.
- Grav banen 10 centimeter dyb, så frostsprænger betonen ikke.
- Brug et brugt cykeldæk fra en børnecykel til selve Dunlop-broen. Støb broen ned i banen, så kan den holde til, at børnene går, hopper, løber og cykler henover den.
- Se måleforhold på Facebook-gruppen: Le Mans – Danske Le Mans fans.



Det skal du bruge

Materialer: 14 sække stolpebeton a 25 kilo, snor og pløkker og en handyman

Tidsforbrug: Ca. 10 timer

Udgifter: Omkring 500 kroner

Navn: Mona Grandt

Alder: 42 år

Job: Dagplejer gennem 16 år. Ansat i Københavns Kommune og bor i Brønshøj. Har tre børn: To drenge på 2 ½ år og en pige på 1 ½.

En 1:1.000 kopi af Le Mans banen i baghaven hos dagplejer Mona Grandt **stimulerer fantasien** og styrker motorikken.



Le Mans-bane booster fantasien

Hvorfor en Le Mans-bane? Jeg havde set en lillebitte, rund bilbane på nettet og tænkt: 'God idé, jeg savner noget i haven, der stimulerer fantasien'. Da jeg bad min mand om hjælp, sagde han: "O.k. Men så skal det også være en Le Mans-bane!"

Hvordan bruger børnene banen?

Jeg troede, de bare ville bruge deres små plastikbiler på banen, men efter to dage løb, hoppede og drøede de rundt på løbecyklar og de trehjulede. Den appellerer til fantasien og har udviklet sig til en sand multibane.

Hvordan styrker den motorikken? Den har skarpe sving, hvilket træner fod- og øje-koordinationen, og så har den mindre pige

fundet på at gå 'på line' ved at balancere på kanten mellem græsplæne og betonbane. Ret smart!

Den skulle også udfordre den taktile sans? Ja, en af mine drenge er lidt sensitiv og bryder sig ikke om følelsen af græs under sine fødder. Her kan jeg se, han bedre kan lide betonunderlaget. Det er en tryk måde for ham at 'opdage' sin krop på.

Kan den bruges året rundt? Nu må vi se. Her til vinter kan vi måske købe lastbiler med en lille skovl på og lege snerydning – eller strø noget salt? Vi må se, hvad børnene finder på. ★

mail@nanatoft.dk



Motorik påvirker børns trivsel

Næsten hvert tredje barn, der starter i skole, har en mangelfuld motorik. Og børn med motoriske vanskeligheder i indskolingen har ofte fået bemærkninger til deres motorik af sundhedsplejen, allerede da de var 8-9 måneder. Databasen 'Børns Sundhed', som indeholder viden om knap 8.000 børns sundhed ved skolestart, fortæller også, at dårlig motorik påvirker de 5-6-årige børns trivsel i skolen. Databasen er resultatet af et tværkommunalt samarbejde med Region Hovedstaden og Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

[kort sagt]

Næsten hvert tredje barn, har en mangelfuld motorik ved skolestart. Kommunerne må derfor se på børns muligheder for at bevæge sig i dagtilbuddene.



Dagtilbuddene skal blive endnu bedre til at støtte børns motoriske udvikling.

særligt støtter udviklingen af bestemte motoriske færdigheder. Det kræver også fysiske rammer i dagtilbuddene, der ikke begrænser børnenes muligheder for at bevæge sig.

FOAs undersøgelse 'Daginstitutionernes hverdag 2017', viser, at næsten halvdelen af medarbejderne oplever, at de fysiske rammer i nogen grad begrænser børnenes aktiviteter. Der er desuden knap en tredjedel af medarbejderne, der oplever, at støj i nogen grad kan begrænse børnenes fysiske aktiviteter.

Kommunerne vil gerne løfte kvaliteten i dagtilbuddene. FOA opfordrer dem derfor til at kaste et særligt blik på børns muligheder for at bevæge sig i deres dagtilbud. ★

Mogens Bech Madsen

Dagtilbuddene skal blive endnu bedre til at støtte børns motoriske udvikling. Det kræver et tættere samarbejde med sundhedsplejen, som skal videregive deres observationer om børns motorik til vuggestuer og dagpleje. Det kræver også, at personalet ved, hvilke aktiviteter der



Af Mogens Bech Madsen, sektorformand ★ foto: Jørgen True

Ansatte tør ikke kritisere

Hver tredje offentligt ansatte holder mund om kritisable forhold på jobbet. Det viser en undersøgelse, som analyseinstituttet Epinion har foretaget blandt offentligt ansatte.

Kilde: Epinion 2017 for LO

OK18: Hvad du ønsker ...

Har du gode idéer til, hvilke krav FOA skal stille til nye overenskomster i kommuner og regioner, er det nu, du skal aflevere dem i din lokale FOA-fagforening. Senest 30. september sender fagforeningerne medlemmernes ønsker videre til forbundet, og så går arbejdet med at formulere FOAs endelige krav i gang. Op til forhandlingerne om OK15 modtog forbundet cirka 6.000 forslag.



Dårlige normeringer - vil du fortælle din historie?

Har du oplevet, at normeringerne er blevet forringet på din arbejdsplads?

Så kontakt journalist Marie Brynskov på mbry@foa.dk, der skriver om emnet til næste nummer af Fagbladet FOA.

24

procent færre personaletilmer er der i dag til et børnehavn, end der var i 1972. For vuggestuebørn har der været tale om en nedskæring på 14 procent.

Kilde: Analyse fra Bureau 2000 lavet for FOA

Ny netportal om dagtilbud

Forældre skal have et bedre grundlag for at vælge dagtilbud til deres børn. Derfor etablerer staten fra slutningen af 2018 en internetportal, hvor forældre kan finde oplysninger om blandt andet normeringer, andel af børn med anden etnisk herkomst, lukkedage, åbningstider og sygefravær i den enkelte vuggestue, børnehavn eller dagpleje.

Kilde: Børne- og Socialministeriet



Få sætter kryds efter dagtilbud

Kun fire procent af vælgerne har forholdene i daginstitutionerne som førsteprioritet, når de skal afgive deres stemme ved kommunalvalget 21. november. 13 procent har området som 1., 2. eller 3. prioritet.

Kilde: Momentum - nyhedsbrev fra Kommunernes Landsforening (KL)

Kriminelle har mere plads end børn

Folketingsmedlem Pernille Bendixen (DF) har spurgt børne- og socialminister Mai Mercado om det rimelige i, at kriminelle ifølge Højesteret har krav på minimum 3 m² gulvareal, mens kravet til børnehavebørn kun er 2 m². Ministeren svarer, at det er Bygningsreglementet, der regulerer pladsen til børnehavebørn. Hun har tillid til, at bestemmelserne sammen med dagtilbudsloven kan sikre børnenes trivsel og sundhed.

Kilde: Folketingets nyhedsbrev



Der er ikke én normering, som er den rigtige. Kvaliteten for børnene handler i høj grad også om god ledelse, organisation og dygtigt personale.

BØRNE- OG SOCIALMINISTER MAI MERCADO
VED OFFENTLIGGØRELSEN AF NORMERINGSSTATISTIK
FOR 40 KOMMUNERS DAGINSTITUTIONER.

Tarmbakterier hos børn modstår antibiotika

Forskere har opdaget, at mindst 21 procent af tarmbakterierne hos danske børnehavebørn er resistente, altså modstandsdygtige, over for et eller flere slags antibiotika.

“Vi havde ikke regnet med, at det stod så slemt til hos børnehavebørn, så det er både overraskende og bekymrende,” siger Ulrik Stenz Jensen, der er klinisk lektor og overlæge ved Mikrobiologisk Afdeling på Odense Universitetshospital. De resistente bakterier er dog først farlige, hvis de ved et uheld ender uden for tarmen, fastslår undersøgelsen.

Kilde: Videnskab.dk



Foto: Rune Evensen



Maddag 2017 – sammen om maden

13. september løber Maddag 2017 af stablen. På denne dag er det målet, at så mange daginstitutioner som muligt tilbereder den samme mad. I år er det blandt andet falafel med broccoli, der er på menuen. Formålet med maddagen er at gøre forældre og politikere opmærksomme på, hvad det fælles måltid betyder for børnenes fællesskab og velbefindende. En række organisationer, herunder FOA, står bag maddagen. Ved tilmelding får man opskrifter, som børn kan være med til at tilberede, inspiration til pædagogiske aktiviteter og plakater og postkort om maddagen.



Læs mere

kost.dk/maddag2017

De små siger



Vi skulle ud og lege en sommerdag, så børnene skulle have solcreme på, inden vi gik ud.

Jeg siger: “Kom Mille, nu er det din tur. Vi starter med armene.”

Mille svarer: **“Nej, jeg har lange arme.”** Hun havde en langærmet bluse på.

Indsendt af dagplejer Lise Hansen, Kliplev, som har vundet et gavekort på 250 kroner til COOP Danmark. Du deltager i konkurrencen ved at sende dit sjoveste børneцитat til redaktionen@foa.dk

Børn trives ved flydende overgange

Fokus på kvalitet i mikroovergangene giver bedre sammenhæng og **færre konflikter for de 0-2-årige.**

.....
Af Sofie Janerka

tema mikroovergange

Fra legepladsens mylder ind i en trang garderobe og videre til frokostbordet. Små børn i dagtilbud oplever mange små skift – eller mikroovergange – i løbet af en dag. Overgangen fra en aktivitet til en anden kan

ofte ende med, at børnene bliver sat i en venteposition, mens de voksne har travlt med at klare det praktiske. Situationer, hvor børnene kan føle sig overladt til sig selv, og derfor ender i gråd og konflikter.

Det fremgår af forskningsprojekt 'Barnet i Centrum 2', der for nylig er afsluttet. Leder af projektet lektor **Ole Henrik Hansen**, Aarhus Universitet, peger på, at børnene går glip af læring og udvikling, hvis ikke de bliver inddraget på en for dem meningsfuld måde i overgangene.

"Det handler om at give børnene deltagelsesmuligheder ved at guide og invitere dem med i de praktiske opgaver, så de ikke oplever at blive parkeret," siger han.

Brug hverdagssituationerne

Viborg Kommune har haft flere dagplejere og institutioner med i projektet. Pædagogisk konsulent **Mie Storgaard** er begejstret for, at der er fokus på pædagogikken til de allermindste, fordi meget forskning hidtil har handlet om børn i børnehavealderen.

"En af de klareste ting, vi har fået med, er, at pædagogikken for de allermindste skal blomstre mest i hverdagssituationerne," siger hun.

I efteråret skal oplæg og workshops for alle ansatte i kommunens dagtilbud være med til at udbrede erfaringerne. ★

sofie@sojamedia.dk

8

kommuner har deltaget i forskningsprojektet 'Barnet i Centrum 2', der blev afsluttet i juni.

- 130 ansatte fra dagplejen og daginstitutioner har sammen med forskere analyseret mikroovergange i hverdagen og arbejdet med løsninger til at indrette dagen, så den i højere grad bliver på børnenes præmisser.
- Erfaringerne bliver samlet i en bog, der udkommer i foråret 2018.



Læs mere

barneticentrum.au.dk

[Mikroovergang]

En **mikroovergang** kan være overgangen fra aktiv til stille leg, fra legeplads til frokost eller fra spisning til putning. Jo bedre man er til at skabe kvalitet og sammenhæng i de små overgange, jo bedre undgår man at sætte børnene i en ustruktureret venteposition.

Kilde: Lektor Ole Henrik Hansen, Aarhus Universitet



Meliah kan – næsten – selv få fat i sin elskede putte-pude, når hun skal ud og sove. Pædagogisk assistent Fie Kjelstrup guider hende, **så overgangen fra leg og frokost til midt-dagsluren bliver glidende og rolig.**

Meliah finder selv puttepuden

I Børnehuset Rørsangervej er børnene aktive deltagere i overgangene fra en aktivitet til en anden. **Det har givet mere kvalitetstid mellem børn og voksne.**

.....
Af Sofie Janerka ★ foto: Niels Åge Skovbo

Læs videre på næste side →



På tavlen er der billeder af de vuggestuebørn, der må komme med ud i køkkenet og hente rullebordet med maden. Sofia (tv.), som ikke taler dansk, er flere gange om dagen henne og pege på sit billede. **Hun er helt klar over, hvad det betyder og glæder sig til at være med.**



[cv]

Navn: Fie Kjelstrup

Alder: 34 år

Uddannelse: Pædagogisk assistent, blev færdig i 2016

Job: Pædagogisk assistent i Børnehuset Rørsangervej i Viborg, en integreret institution med 30 vuggestue- og 70 børnehavebørn

Meliah finder selv putteputen



Øjnene begynder at blive blanke og kroppen urolig. Meliah på halvandet år er træt efter en formiddag i vuggestuen i Børnehuset Rørsangervej i Viborg. Hun har lige spist frokost og er den første, som pædagogisk assistent **Fie Kjelstrup** putter.

Fie og Meliah følges hen til suttehyl- den, hvor Meliah udpeger den lille tryk- heds giver. Efter en hyggelig stund på puslebordet går turen til gardero- ben, hvor den elskede putte- pude ligger oppe på hattehyl- den. Fie trækker den lidt ud, så Meliah kan nå den med det yderste af fingerspidserne,

og – næsten selv – kan trække den ned.

“Meliah udpeger selv sin sut og pude. Hun bliver ikke bare serviceret og får følelsen af, at hun hurtigt skal puttes. Samtidig er der fin lejlighed til at træne ordene og sproget omkring soveritua- let,” siger Fie Kjelstrup.

Hun er begejstret for at finde delta- gelsesmuligheder for børnene dagen igennem.

Børnene guides igennem dagen

Institutionen har været med i forskningsprojektet ‘Barnet i Centrum 2’, hvor de har ar- bejdet med at skabe kvalitet i mikroovergange og dermed sammenhæng for børnene.

**5 tip
til at skabe
sammenhæng**
Side 26-27



Sosu-assistent Bente Liere har et seniorjob og tager sig af let rengøring og oprydning. Børnene elsker at følge med hende rundt. **“Det tager meget længere tid, men det er simpelthen så hyggeligt,”** siger hun.

Den første ændring i børnehuset var at sætte **tallerkener og bestik ned i børnehøjde**, så også de helt små kan være med til at dække bord. Her bliver Anne guidet af pædagogisk assistent Betina Bartholomæussen.



Ét af dagens højdepunkter for Magne er, når han kan få en opvredet klud. **Han tørrer både stole, borde og nogle gange også gulvet af.** Og han kan blive ved og ved.

Det er slut med, at den voksne skal være praktisk og effektiv i ‘hullerne’ imellem aktiviteterne. Børnene bliver tænkt ind som deltagere i alle overgangene. De børn, der ikke er i gang med at blive puttet, hjælper med oprydning og rengøring efter maden. Eller også tager en voksen sig tid til at guide barnet i gang med en leg, inden det bliver deres sur til sutte-puttekluds-seancen.

“Det giver så meget mening, at børnene hjælper til. De vil så gerne, og vi har en god pædagogisk snak med dem imens. Det er, som om vi bruger dialogisk læsning hele dagen – bare i forhold til alle hverdagssituationerne i stedet for at sidde med en bog,” fortæller Fie Kjølstrup.

Slut med at tænke i blokke

Ved at lade de små være aktive deltagere i overgangene har de voksne fået mere kvalitetstid med børnene og færre konflikter. Det fortæller Else Trier Pedersen, der er leder af børnehuset.

“Vi har fået mere nærvær, fordi vi er sammen med børnene hele tiden – og ikke lige skal være effektive for at komme videre i programmet. Vi har stadig aktiviteter i løbet af dagen, men vi er ble-

vet meget bedre til at give slip og lade børnene deltage og lære i alle små og store øjeblikke i løbet af dagen,” siger hun.



Børnene elsker at hjælpe til, og vi får en tættere kontakt til dem ved at inddrage dem i det praktiske arbejde.

ELSE TRIER PEDERSEN, LEDER AF BØRNEHUSET
RØRSANGERVEJ

I stedet for at tænke formiddagen som aktivitetstid til læreplanerne dækker planerne nu hele dagen. Så når krop og bevægelse er et læringstema, tænker de voksne det ind i alt fra garde-robotid til frokostbordet frem for kun at ligge i særlige blokke om formiddagen. ★

sofie@sojamedia.dk →

5 tip

til at skabe sammenhæng for børnene

I mange dagtilbud er dagen delt op i blokke – ofte fordelt efter klokken. Morgenmad, legetid, formiddagsmad, aktivitet, frokost ... Imellem blokkene kan der opstå et tomrum, hvor både børn og voksne skal skifte fra ét fokus til et andet. **Få inspiration til at fylde tomrummene ud** med pædagogisk indhold.

Af Sofie Janerka ★ illustration: Lilian Brøgger

1 Slip kontrollen

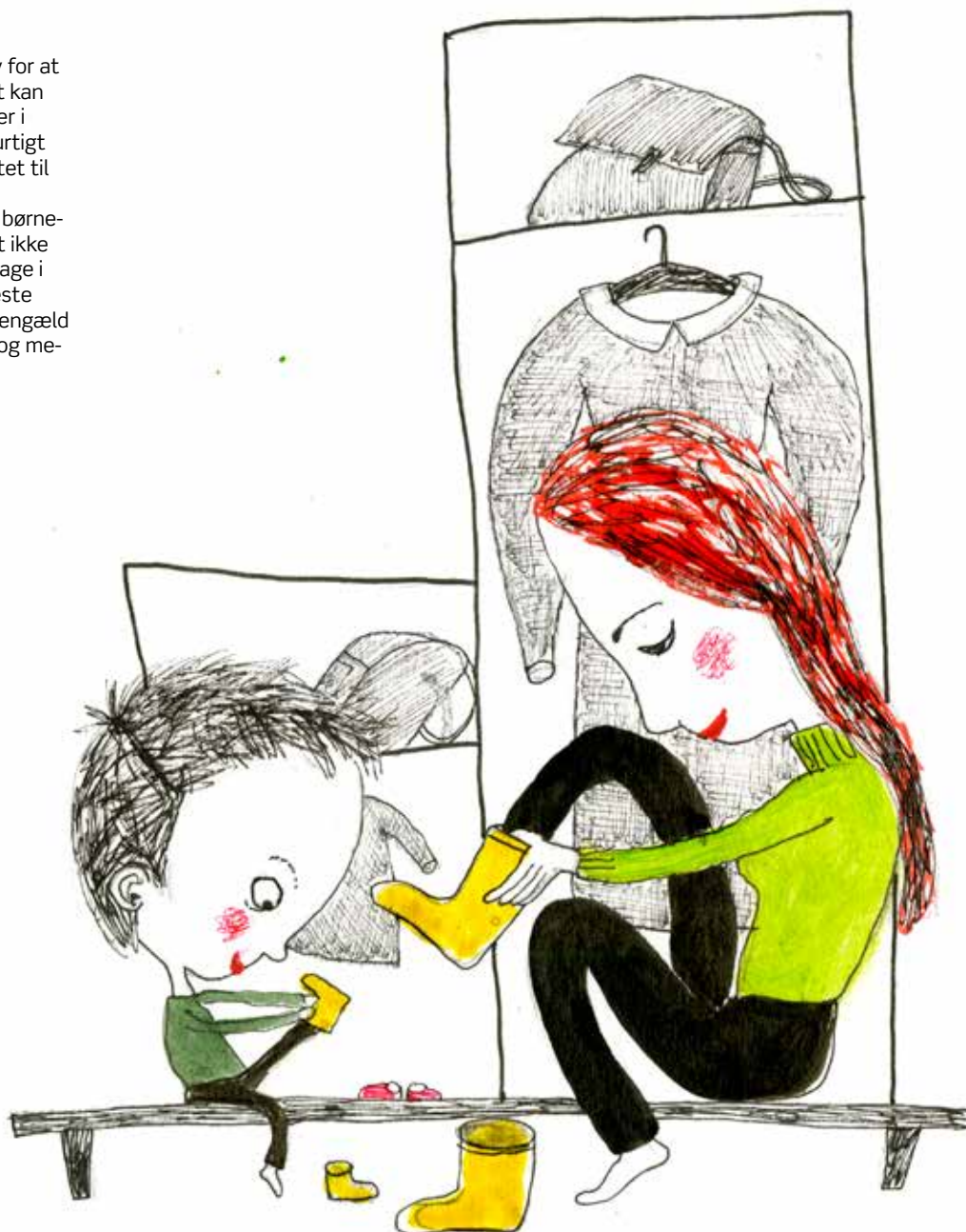
Som voksne har vi (ofte) et behov for at have kontrol over situationen. Det kan være ønsket om, at børnene sidder i rundkreds i en leg, eller at man hurtigt og effektivt kommer fra én aktivitet til en anden.

Hvis vi slipper kontrollen og lader børnene sidde, hvor de har lyst, hvis det ikke er afgørende, eller lader dem deltage i arbejdet, tager overgangen til næste aktivitet sikkert længere tid. Til gengæld er den fyldt med nærvær, læring og mening for barnet.

2 Del garderobe med børnene

Indret garderoben, så der er plads til både børnenes og de voksnes overtøj. Så undgår I, at de voksne skal forlade børnene i overgangen fra stuen til legepladsen – og børnene kan samtidig kopiere, hvordan voksne tager tøj på.

I en institution, som var med i forskningsprojektet 'Barnet i Centrum 2' havde ændringen i indretning en mærkbar virkning. Børnene stoppede med at blive kedede af det i forbindelse med skiftet til legepladsen, fordi de voksne ikke længere forlod dem.





3 Ryk middagspausen

I Børnehuset Rørsangervej begyndte personalets pause tidligere umiddelbart efter frokosten. Den er nu rykket et kvarter. Det giver tid og ro til at guide det enkelte barn videre. Enten til putteseancen eller til at hjælpe med oprydning og rengøring efter frokosten eller til en leg. Der er nu ro til at give børn, der har brug for det, ekstra omsorg. Og god tid til at personalet kan få en velfortjent pause, når børnene efterhånden er puttet eller godt videre i en ny leg eller aktivitet.

4 Lad børnene lege

Hvis et eller flere børn er fordybet i en god leg, så lad dem være og udskyd den næste aktivitet. At få lov til at blive i legen er med til at fremme børns evne til at fordybe og koncentrere sig. Det kan betyde, at frokost, middagslur og pause må rykkes, eller at børnene kommer til at spise forskudt – med andre ord et opgør med princippet om faste spise- og sovnetider. Lektor Ole Henrik Hansen henviser til, at det er de færreste børn, der spiser på faste minuttal derhjemme, så mad og lur kan godt rykke lidt efter barnets behov.

5 Inddrag børnene i alle arbejdsopgaver

Børnene får meget sproglig træning ud af at hjælpe til. Lige fra at hente maling og papir, hvis det er dagens aktivitet, til at hjælpe med at dække bord med tallerkener, krus og bestik. Samtidig er børnene deltagere og bliver sporet ind på, hvad der skal ske nu. Og langt de fleste børn elsker at hjælpe.



Pædagogmedhjælper Helle Jørgensen har været udlånt fra børnehaven til forårs-SFO i tre måneder som ekstra hænder og solid erfaring.

Af Sofie Janerka ★ foto: Heidi Lundsgaard

Helle skaber tryk overgang til SFO



[cv]

Navn: Helle Jørgensen

Alder: 54 år

Uddannelse: Ingen formel – men et hav af kurser, både pædagogiske og TR-faglige

Job: Pædagogmedhjælper i Ringgårdens Børnhave i Faaborg gennem 24 år. Udlånt i tre måneder til Enghaveskolen i Faaborg

Tidlig overgang til SFO

- De kommende skolebørn i Faaborg-Midtfyn Kommune starter i SFO 1. april.
- Både forældre og institutioner kæmpede for at lade børnene blive i børnehaven til august, men ændringen blev alligevel indført.
- Flere skoler har 'lånt' ansatte fra nogle af børnehaverne. Dels for at få ansatte med erfaring til at tage sig af de små børn, dels for at hjælpe børnehaverne, der er blevet økonomisk presset af overgangen, fordi de mangler børn.

“Ta mig, ta mig.” Carl rækker hånden så højt op, at han bliver nødt til at rejse sig. Pædagogmedhjælper **Helle Jørgensen** lægger en beroligende hånd på Carl, så han sætter sig ned igen.

Han og 18 andre børn er startet i SFO 1. april på Enghaveskolen i Faaborg. Med sig har de – ud over splinternye skoletasker – et kendt ansigt fra børnehaven. Helle Jørgensen er ansat i Ringgårdens Børnhave, men er udlånt i tre måneder til den lokale friskole for at hjælpe til med heldags-SFO.

Og der er god brug for Helles ro og erfaring, for der kan godt være en del ‘lopper’ i de små ‘Englopper’. De sidder på gulvet og venter på deres tur bag forhænget. Her skal de ‘spille’ deres lektie. En lyd, de har med hjemmefra, og som de andre børn skal gætte. Efter 20 minutter begynder kroppene at rotere. De er trods alt ikke ‘rigtige’ skolebørn endnu.

Tryk at have et kendt ansigt med

Seks af børnene kommer fra den børnhave, hvor Helle Jørgensen er ansat. Resten er fra områdets øvrige børnehaver.

“Børnene har egentlig taget overgangen meget roligt, men nogle af de børn, jeg kender i forvejen, bruger mig meget. Mange forældre har sagt, at det har været tryk at have en kendt voksen med. Det smitter selvfølgelig også af på børnene,” siger Helle Jørgensen.

Hun har følt sig godt modtaget på skolen. Og hun sætter pris på at se børnene i det nye miljø og blive klogere på, hvad det er vigtigt at forberede børnene på.

“Det har vist sig, at vi i børnehaven tror, at børnene skal kunne mere, end skolen

forventer. Vi har arbejdet ud fra, at de skal kunne sidde stille og lytte i 40 minutter, mens skolen kun forventer 20. Jeg ved nu, at vi ikke behøver at bruge helt så meget energi på at træne vedvarende opmærksomhed. Det skal de nok lære i skolen.”

Indimellem oplever Helle, at de voksne i skolen ser de nye SFO-børn som meget små og eksempelvis hjælper dem med at hælde vand op til frokosten. Det udfordrer hun dem lidt på.

“Jeg kommer jo fra en kultur, hvor børnene er de ældste og kan rigtig meget.”

Udveksling af viden

Helle Jørgensen og hendes kolleger havde hellere set, at børnene kunne blive i børnehaven til august, men når nu tidlig overgang er en realitet, er hun glad for den pædagogiske gevinst ved at kunne udveksle erfaringer med de ansatte på skolen.

“Jeg har lært meget om, hvordan en skole og SFO fungerer. En stor øjenåbner. Derfor har jeg også foreslået mine nye kolleger her på skolen, at de kommer på besøg og oplever en dag i børnehaven.” ★

sofie@sojamedia.dk

Agnes på fem år har været glad for at have Helle Jørgensen med fra børnehaven til SFO. **Helle kender Agnes' behov.** Derfor sidder de også ved siden af hinanden både til morgensamling og frokost.



Ingen ville tage ansvar for en murertråd, der kostede Dorte Mathiasen hendes arbejdsliv. Men det fik FOA lavet om på.

Dorte fik erstatning for faldulykke

Vejen til erstatning

2013 September 2013:

Dorte Mathiasen falder over murer-snor.

November 2013:
Ulykken anmeldes.

2014 November 2014:

Arbejdsskaden anerkendes med méngrad på fem procent. Dortes opsigelsesperiode udløber.

2015 December 2015:

Dortes erhvervs-evnetab fastsættes til 50 procent.

2016 Juni 2016:

Varigt mén forhøjes til 15 procent.

2017 Marts 2017:

Underentreprenør påtager sig delvist ansvar for ulykken. Erhvervs-evnetabet forhøjes til 70 procent.

2018 Marts 2018:

Efter Dortes ressourceforløb vil arbejdsskadesagen blive genoptaget.

Hjemmehjælper **Dorte Mathiasen** var på vej ind i en opgang for at besøge en borger, da hun pludselig snublede. Hendes forsøg på at undgå at falde betød, at hun med endnu større fart slog sin højre arm og skulder hårdt ind i opgangens glasparti.

“Jeg vidste med det samme, at noget var helt galt. Min arm var på samme tid slatten, død og smertende,” husker Dorte Mathiasen om ulykken, der skete i 2013.

Årsagen viste sig at være en murersnor, der var ophængt i opgangen, men kun synlig indefra. Ingen skilte eller lignende advarede om snublefælden bag hoveddøren.

Dorte Mathiasen måtte med ambulance til hospitalet, hvor det viste sig, at hendes skulder og overarm var brækket fire steder. Men først otte dage senere blev hun opereret.

“Det var hårde dage med mange smerter, og jeg måtte sidde op og sove. Efter operationen havde jeg stadigvæk ondt og fik morfin, og det første halve år sov jeg det meste af tiden,” siger Dorte Mathiasen.

Ingen ville tage ansvar

Ulykken blev anmeldt og anerkendt som

arbejdsskade. Men FOA ville også have afklaret, om nogen kunne gøres ansvarlig for ulykken og dermed være forpligtet til at betale erstatning.

Forbundet anlagde derfor retssag mod den andelsforening, der ejede bygningen. Andelsforeningen stævnedes derefter det byggefirma, der havde hovedansvaret for reno- veringen, som så stævnedes den underleverandør, der tog sig af arbejdet i opgangen.

Ingen ville i første omgang tage ansvar for den famøse murertråd, men alle retssagerne blev i sidste ende undgået, da underleverandøren efter flere måneders forhandlinger med FOA erkendte sit ansvar for ulykken.

Bevisbyrden var tung at løfte, da ingen vidner så Dorte Mathiasen falde. Alligevel afviste hun flere forligstilbud, fordi de ikke indebar, at byggefirmaet påtog sig ansvaret for ulykken.

“Det betød så meget for mig, at de anerkendte deres skyld, efter i så lang tid at have afvist det,” siger hun.

Økonomisk sikret, men ...

Byggefirmaet skal dog ikke betale hele det forsørgelsesgrundlag, som Dorte Mathiasen har mistet.



Det betød så meget for mig, at de anerkendte deres skyld, efter i så lang tid at have afvist det.





Hun får også sociale ydelser samt ydelser i arbejdsskadesagen.

Men foreløbig har hun fået 147.000 kroner i erstatningssagen, og de kommende år kan hun regne med omkring 60.000 kroner om året. Senere, når hendes arbejdsprøvninger og arbejdsskadesagen er afsluttet, forventer FOA, at hun får et éngangsbeløb til endelig afregning af sagen.

Dorte Mathiasen kvitterede for FOAs indsats med en stor buket blomster.

“Jeg synes bare, at de har gjort så godt,” siger hun. Men lige så glad, hun er for resultatet af

“Jeg vil hellere have et fleksjob end ende på førtidspension, **for jeg vil gerne ud at møde mennesker,**” siger Dorte Mathiasen, der før sin arbejdsulykke var ansat i hjemmeplejen.

erstatningssagen, lige så ked er hun af, at hendes arbejdsliv er slut.

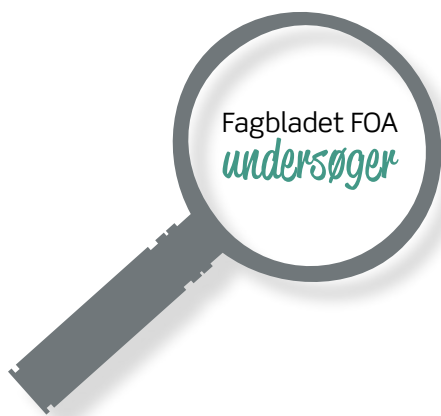
“Jeg var 46 år, da ulykken skete, glad for klienter og kolleger og i fuld vigør. Nu kan jeg ikke noget som helst. Jeg var meget trist i starten, men nu er jeg kommet videre. Jeg må jo acceptere, at det her er mit liv nu.” ★

fida@foa.dk

[Erstatningsansvar]

Hvis man er skyld i, at en anden person kommer til skade, skal man betale erstatning for tabt arbejdsfortjeneste, helbredelsesudgifter og andet tab, som skaden er årsag til. Endvidere skal man betale godtgørelse for svie og smerte.

Kilde: Bekendtgørelse af lov om erstatningsansvar, § 1, stk. 1



Fagbladet FOA udgiver single i samarbejde med Zetland

- Anders Ejbye-Ernst, der er journalist på Fagbladet FOA, har siden drabet på en social- og sundhedsassistent på Lindgården 25. marts 2016 afdækket forholdene for ansatte og beboere på bosteder for psykisk syge. Efterfølgende har han arbejdet med at kortlægge hospitalspsykiatrien.
- Fagbladet FOA har stillet Anders og hans research til rådighed for Zetland, der er et digitalt medie med fokus på perspektiv frem for hurtige nyheder. De har sammen skrevet en single, en slags minibog, der blev udgivet hos Zetland 6. juni og efterfølgende offentliggjort på Fagbladet FOA.
- Singlen blev omdrejningspunkt for en større mediadebat om psykiatrien.



Hele fortællingen om krisen i psykiatrien kan læses på **fagbladet foa.dk/single**

Hospitalspsykiatrien er i problemer. Det har **store konsekvenser for ansatte og patienter**. Fagbladet FOA bringer her et sammendrag af en større fortælling om psykiatrien, som vi har lavet i samarbejde med mediet Zetland.

Af Anders Ejbye-Ernst ★ foto: Marie Hald/Zetland

En psykia

Antallet af psykiatriske patienter vokser, og der er kommet flere kriminelle patienter med misbrug. Desuden stiger brugen af tvang på landsplan. Udviklingen bekymrer flere eksperter på området.

“Psykiatrien befinder sig i en ond cirkel. Det kan få meget alvorlige konsekvenser, hvis ikke vi gør noget nu,” siger **Anne Lindhardt**, formand for Psykiatrifonden.

Krisen skyldes blandt andet, at der er sket en eksplosiv vækst i patienter, mens

antallet af senge er reduceret. Det skader behandlingen.

Samtidig er der kommet langt flere retspsykiatriske



Jeg er dybt bekymret for nogle af de ting, vi ser på psykiatriområdet.

ELLEN TRANE NØRBY (V), SUNDHEDSMINISTER

patienter, altså psykisk syge med domme. Selvom regionerne har oprettet flere sengepladser til dem, er man alligevel blevet løbet over ende af stigningen i patienter med domme. På grund af pladmangel må flere af dem indlægges blandt de almindelige patienter.

Dømte får ikke rette hjælp
Fagbladet FOA kan dokumentere, at der i næsten hver tiende seng på de almindelige psykiatriske afdelinger ligger





tri i krise

På Psykiatrisk Center København ved Rigshospitalet har de flere gange oplevet at modtage **voldsomme kriminelle på afdelinger, der er forbeholdt almindelige patienter.** Det skaber utryghed og skader behandlingen, fortæller ansatte på afdelingen.

en retspsykiatrisk patient. Det betyder, at deprimerede fru Hansen risikerer at blive indlagt ved siden af en patient, der er dømt for mord, voldtægt eller salg af stoffer.

Svigtet er imidlertid dobbelt. Flere af de retspsykiatriske patienter kan ikke få den hjælp, de har brug for, i den almindelige psykiatri. Indlæggelsen her risikerer derfor at få karakter af opbevaring frem for behandling, fortæller **Karen Stæhr**, formand for Social- og Sundhedssektoren i FOA.

Millioner på vagter

Konsekvenserne er tydelige. En undersøgelse af otte tilfældigt udvalgte hospitaler viser, at opkaldene til politiet i gennemsnit steg med 19,7 procent fra 2010 til 2016. Samtidig viser aktindsigter, at flere hospitaler landet over er begyndt at bruge millionbeløb på vagter.

“Jeg bliver enormt vred over, at der ikke er nogen, der handler. Politikerne stiller sig gang på gang op og siger, at nu skal vi have fokus på psy-

kiatrien og sikre, at medarbejderne er trygge, men handlingen udebliver,” siger Karen Stæhr.

Sundhedsminister **Ellen Trane Nørby** (V) erkender, at der er problemer i psykiatrien, som hun netop nu er i gang med at kortlægge.

“Jeg er dybt bekymret for nogle af de ting, vi ser på psykiatriområdet. Det er derfor, jeg iværksatte styringsgengangen af hele psykiatriområdet tilbage i januar. Der er nogle grundlæggende proble-

mer, som vi er nødt til at tage hånd om,” siger ministeren. ★

anee@foa.dk

Tip os

Oplever du forhold på dit arbejde, som Fagbladet FOA skal undersøge i dybden? Så send en mail til redaktionen@foa.dk

Hver fjerde har konflikter på jobbet

FOAs medlemmer har jævnligt skænderier med kolleger. **Kerneopgaven kan være uklar, og det fører let til misforståelser,** siger erhvervpsykolog.

Af Nana Toft

Ryger der indimellem en finke af panden på din arbejdsplads? Så er du ikke alene. Hvert fjerde FOA-medlem oplever månedligt eller oftere konflikter eller skænderier, viser ny undersøgelse blandt FOAs medlemmer.

Der er flest konflikter blandt ansatte inden for social- og sundhedsområdet, men andre faggrupper følger lige efter. Det er især et stigende arbejdspress og uenighed om arbejdsopgaverne, der udløser skænderierne, vurderer erhvervpsykolog **Tine Ravn Holmegaard**.

“Kerneopgaven på mange arbejdspladser er hele tiden til forhandling og fortolkning, så du kan let gå forkert i manges øjne,” siger Tine Ravn Holmegaard, der samtidig ser, at mange ansatte løber væsentligt stærkere i dag, end de gjorde tidligere.

“Jo mere pres, jo kortere er lunten. Hvis det så samtidig er uklart, hvordan man bedst løser en opgave, så har vi en eksplosiv cocktail,” siger hun.

Støtte mindsker skænderier

I FOA er det også arbejdsmiljøkonsulent **Charlotte Bredals** erfaring, at tiden med kolleger er blevet mindre og mindre.

“Mange steder er den sparet væk til fordel for skriftlig kommunikation, for eksempel mellem dag- og aftenvagter. Det giver grobund for flere konflikter. Myter og misforståelser opstår langt hurtigere, hvis man ikke har mulighed for at tale ordentligt sammen,” siger hun.

FOAs analyse viser samtidig, at hvis ansatte oplever støtte fra kolleger, så er der færre skænderier. Således er det kun en ud af ti, der oplever konflikter ugentligt, hvis de får støtte, mens det er en ud af tre, hvis de ikke får hjælp. ★

mail@nanatoft.dk

Så mange skændes på jobbet

- 27 procent af FOAs medlemmer oplever månedligt – eller oftere – skænderier eller konflikter på arbejdspladsen. Der er flest konflikter blandt medlemmer inden for social- og sundhedsområdet.
- Samlet set har 70 procent været udsat for skænderier eller konflikter inden for det seneste år.
- Tre ud af ti oplever ikke, at konflikterne løses retfærdigt.

Kilde: FOA-undersøgelse om skænderier og konflikter, januar 2017, 4.651 deltog.

I månedsvis var Hjemmeplejen i Vissenbjerg opdelt i to grupper, der talte ondt til hinanden. **Hjælp udefra har vendt stemningen.**

Af Nana Toft ★ foto: Heidi Lundsgaard

Stemningen var konfronterende og mistroisk. Men **hjælp udefra vendte mistillid til tillid** i personalegruppen i Hjemmeplejen i Vissenbjerg.

A photograph of three women standing outdoors on a paved path next to a green hedge. The woman on the left is wearing a blue short-sleeved button-down shirt and has her arm around the shoulder of the woman in the middle. The woman in the middle is wearing a light blue patterned short-sleeved top, dark pants, sunglasses, and a necklace. The woman on the right is wearing a blue short-sleeved button-down shirt over a dark top and has her arm around the shoulder of the woman in the middle. All three are smiling at the camera.

“Det var de
gode mod de
onde”

Læs videre på næste side →

40

procent af de FOA-medlemmer, der har oplevet skænderier eller konflikter inden for det seneste år, havde i 2016 et sygefravær på mere end syv dage.

Skænderier fører til jobskifte

43 procent af de FOA-medlemmer, der har oplevet skænderier eller konflikter på jobbet inden for det seneste år, overvejer at søge væk fra deres nuværende arbejdsplads. For medlemmer, der ikke har oplevet det, er tallet 20 procent.

Kilde: FOA-undersøgelse om skænderier og konflikter, januar 2017, 4.651 deltog.

Få hjælp fra SPARK

SPARK - samarbejde om psykisk arbejdsmiljø i kommunerne - tilbyder sparring til at handle på udfordringer med det psykiske arbejdsmiljø. Sparringen gives til den lokale TRIO - tillidsrepræsentant, arbejdsmiljørepræsentant og leder på kommunale arbejdspladser. Et forløb består typisk af fire møder a tre timer.

 **Søg hjælp på**
vpt.dk/spark



Når Stina og Camilla laver et møde eller en begivenhed, gør de det sammen. **“Vi planlægger og formulerer målene sammen.** Det gjorde vi ikke før, og det gør os stærkere,” siger Stina David-Nielsen.



Hvis vi er pressede, bliver vi rigide og uflexible. Så mister vi vores tolerance.

ERHVERVSPSYKOLOG TINE RAVN HOLMEGAARD

→ “Det var de gode mod de onde”

Misforståelser. Brokkerier. Spydigheder. Gennem adskillige måneder i 2016 var personalegruppen i Hjemmeplejen i Vissenbjerg på Fyn tydeligt opdelt i to grupper med en ubagelig stemning af ‘os mod dem’.

Sådan fortæller social- og sundhedsassistenterne **Stina David-Nielsen** og **Camilla Thorsgaard Ibsen**, der er henholdsvis tillids- og arbejdsmiljørepræsentant samt leder **Anne Brandt Larsen**.

“Man bagtalte hinanden, talte om at de

Vi fik hjælp til at se det lidt fra oven. **Nu ved vi, at det handler om strukturer og ikke personer.** I dag kommer vores kolleger mere til os, og vi er blevet bedre til at sparre og være konstruktive, siger Camilla Thorsgaard Ibsen.

andre var inkompetente og undlod at give hinanden oplysninger om borgerne. Der var lidt en stemning af, at det var de gode mod de onde,” fortæller Stina David-Nielsen.

Talerør for hver sin kultur

Præcis hvornår konflikten startede, husker leder Anne Brandt Larsen ikke. Blot at den kom til udtryk i en håndfuld markante personligheder, der blev talerør for hver sin opfattelse af, hvordan arbejdet burde udføres.

Ledelsen holdt flere møder med de ansatte for at forsøge at løse konflikten, men intet hjalp.





“Stemningen fortsatte med at være virkelig dårlig. Til sidst forstod vi, at vi havde brug for hjælp til at løse situationen,” siger Anne Brandt Larsen.

De var derfor taknemmelige, da de som TRIO – leder, tillids- og arbejdsmiljørepræsentant – fik bevilget et vejledningsforløb med en konsulent fra SPARK, der har specialiseret sig i konfliktløsning.

En fælles arbejdsplads

Forløbet gav dem både en række aha-oplevelser og redskaber til at forebygge konflikter. Blandt andet fik de en række

teknikker til at imødekomme personalets frustration uden at påtage sig de samme følelser.

“Pludselig kunne vi se det hele i et helikopterperspektiv, og det blev tydeligt for os, at problemet selvfølgelig ikke var de ansatte, men en konfronterende kultur, der havde fået lov til at smitte og brede sig,” fortæller Camilla Thorsgaard Ibsen.

TRIO'en fik planlagt personalemøderne i detaljer, så de tre var enige om, hvem der tog sig af hvilket punkt. Desuden

blev hele personalegruppen indkaldt for at kickstarte en ny måde at kigge på og løse konflikter.

“Effekten blev, at personalet oplevede en samlet TRIO, der hele tiden vidste, hvor vi var på vej hen. I dag kan der godt stadig være fnidder, men ‘os mod dem’-stemningen er erstattet af følelsen af at have en fælles arbejdsplads,” fortæller Stina Davidsen-Nielsen. ★

**Undgå at
optrappe en
konflikt**
Side 38-39

mail@nanatof.dk



“Mia og jeg kan være rygende uenige. **Men fordi vi prioriterer pauserne sammen, er jeg tryk. Og med tryk kommer tillid,**” fortæller omsorgsmedarbejder Kenneth Laugesen Johansen.



Fælles pauser styrker sammenholdet

Find Ole

Fællespauserne er en del af et generelt fokus på arbejdsglæde på Bofællesskaberne Inge og Sofie Marie. Indsatsen har ligefrem fået et navn: ‘Find Ole’, hvor Ole er en reference til kosmetologen Ole Henriksen, der er kendt for sin livsglæde.

Forebyggelse virker

Færre oplever skænderier og konflikter på de arbejdspladser, der i høj grad prioriterer forebyggelse af arbejdsmiljøproblemer. Det gælder 60 procent af medlemmerne her, mod 87 procent på arbejdspladser, der i lav grad forebygger.

Kilde: FOA-undersøgelse om skænderier og konflikter, januar 2017, 4.651 deltog.

Jo mere man kender hinanden, jo lettere går de svære samtaler med kolleger. Bofællesskaberne Inge og Sofie Marie har fokus på pausekultur.

Af Nana Toft ★ foto: Jørgen True

“Skal du med til Fies fødselsdag? Alle er inviteret.”

Kollegerne fra Bofællesskaberne Inge og Sofie Marie i Ringsted sidder tæt omkring et bord i personalestuen. Klokken er 19.30, så fællespausen er lige begyndt.

Det er godt et år siden, at pausen blev indført. Filosofien er, at hvis man kender hinanden privat, mindsker det misforståelser og konflikter. Og det lader til at virke.

“Vi lærer hinanden at kende i de her pauser, og det gør mig tryk. Og når jeg er tryk, er det lettere for mig at gå til en kollega, hvis der er noget, vi er uenige om,” fortæller omsorgsmedarbejder **Kenneth Laugesen Johansen**.

Spilleregler for pauserne

I starten var det lidt svært for de ansatte at

forstå idéen om en fælles pause, og der var en smule modstand. Men i dag kan alle se værdien.

“Vi slapper selvfølgelig af, vi taler også indimellem om arbejdet, men pausen har først og fremmest en social funktion,” siger kollega og socialpædagog **Mia Pedersen**.

Derfor er der også aftalt en række spilleregler.

“Det skal være et rum, hvor vi lytter til hinanden. For eksempel er det no-go at sidde med hver sin mobiltelefon,” forklarer Kenneth Laugesen Johansen.

De ved, hvem jeg er

Normalt er Kenneth Laugesen Johansen ifølge eget udsagn ellers ‘ikke særlig god til de svære samtaler’. Men fordi hans kolleger har tid og mulighed for at følge med i, hvad der foregår i Kenneths liv, både fagligt og privat, så lytter de, når han endelig tager bladet fra munden.

“De ved, hvem jeg er, så selv om vi måtte være uenige, så er der en tillid,” siger Kenneth Laugesen Johansen.

Mia Pedersen er nok den kollega, han kan være mest uenig med.

“Vi er meget forskellige. Men vi er enige om, at dialogen er central, og så kan vi begge to godt lide at blive udfordret. Det løfter kun vores faglighed,” siger Mia Pedersen. ★

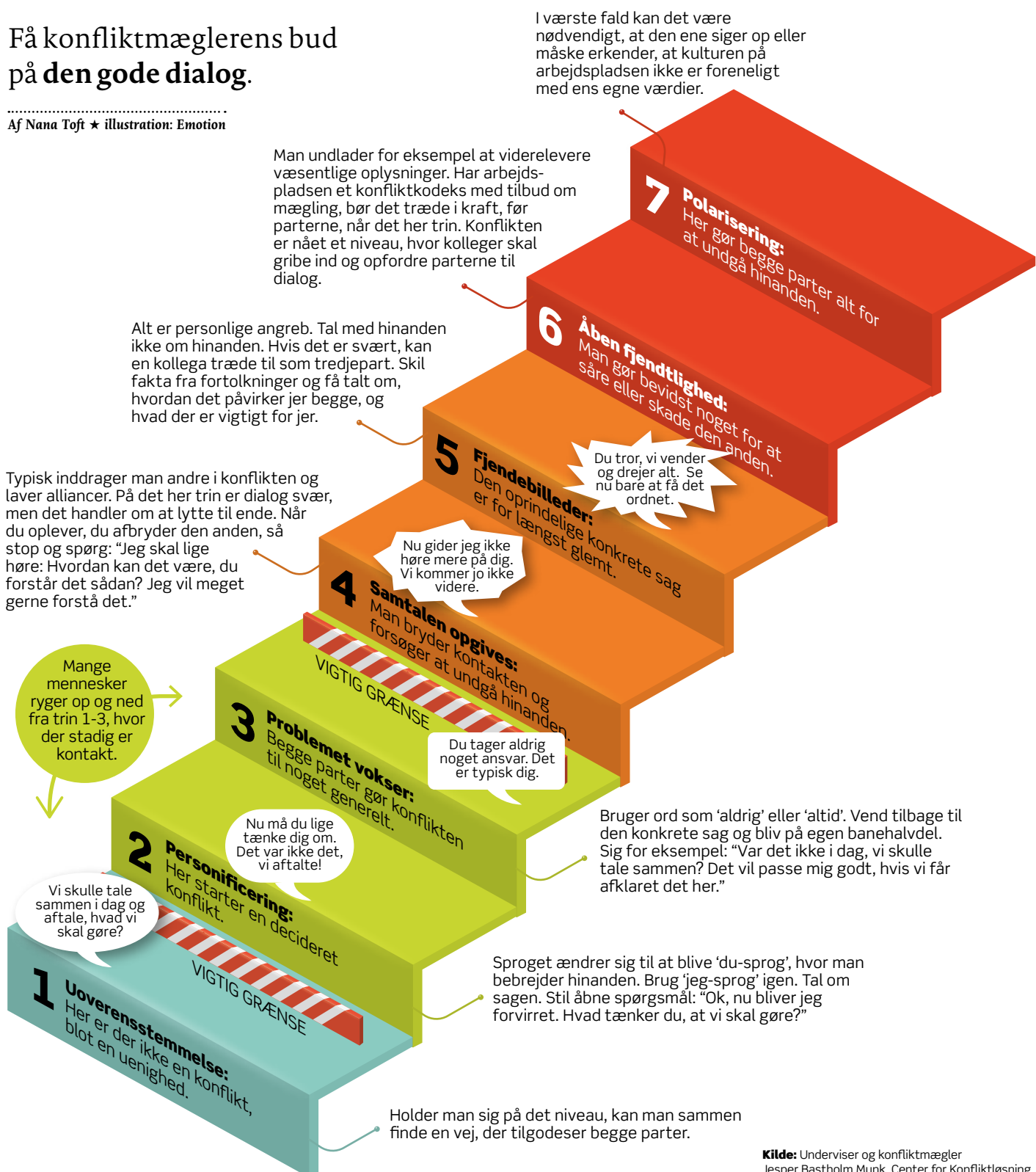
mail@nanatof.dk

Undgå at optrappe en konflikt

Få konfliktmæglerens bud på den gode dialog.

Af Nana Toft ★ illustration: Emotion

7 råd til at forebygge konflikter
Side 40-41



Kilde: Underviser og konfliktmægler
Jesper Bastholm Munk, Center for Konfliktløsning

7 råd til at forebygge konflikter

Hvad kan du selv gøre?
Og hvad er gruppens ansvar?

Af Nana Toft ★ tegninger: Gitte Skov



1. Tal ordentligt

Stop brok. At have brug for at 'ventilere' er en dårlig undskyldning for at hælde galde ud. Neurologisk forskning viser, at det fastholder dårlig stemning. Altså: Styr, hvad der kommer ud af egen mund.

2. Vær faglig

Undgå at blive personlig. Hold uenigheden på den faglige bane. Det handler om, hvad I gør – og ikke hvem den anden er. Med andre ord: Gå efter bolden frem for 'manden'.

3. Gå altid tilbage til en fuser

Hvis der har været en, der har hakket på dig, så tag kontakt igen. Spørg: Hvad skete der i går? Gør det gerne hurtigt, så det ikke hober sig op. Og hvis det er dig selv, der har været urimelig, så gør det samme og sig for eksempel: Jeg er ked af den måde, jeg fik håndteret situationen på i går.

4. Giv alle en stemme

Du kender det måske godt: Du sidder til personalemøde, hvor det er de samme, der siger noget, og de samme, der tier. Hvis I diskuterer ting, så tag en runde, så alle får en stemme.

5. Undgå sladder

"Nu er hun igen sent på den!" Støt din kollega ved at give stemme til 'modhistorien' - f.eks. at kollegaen oftest kommer til tiden. Eller udfordr din kollega ved at undersøge mulige årsager til forsinkelser. Hvis du bare lytter, risikerer du at acceptere en negativ historie om en kollega. Altså: Ret, hvad der kommer ud af kollegaens mund.

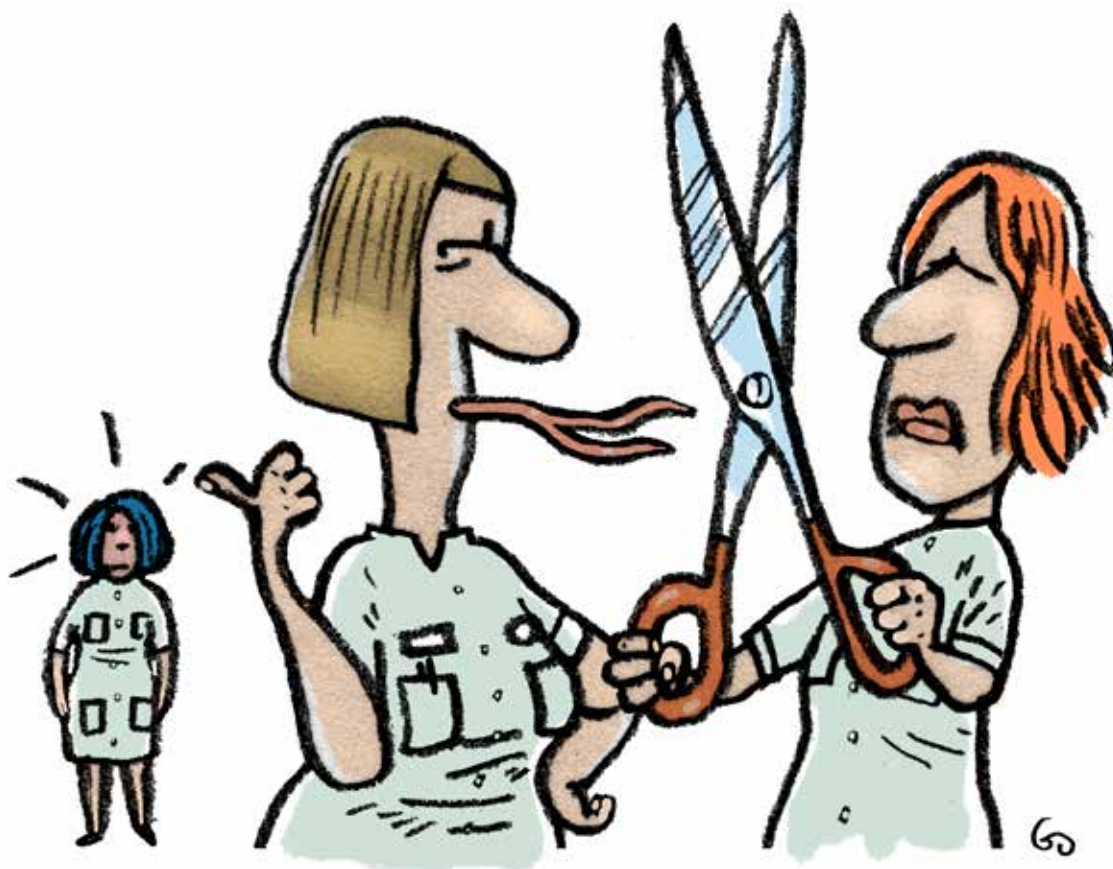


6. Giv feedback

Træn jer i at give feedback. Det medvirker til, at uenigheder kan gøre jer fagligt stærkere frem for at opleves som en personlig kritik.

7. Aftal tid og spilleregler

Find sammen med ledelsen ud af, hvordan I skaber bedre tid til regelmæssige faglige snakke, så I løbende kan håndtere eventuelle uenigheder. Lav spilleregler for den adfærd, I ønsker af hinanden. Det kan for eksempel være, at man starter møder til tiden, eller at man spørger og undrer sig sammen frem for at kritisere og bagtale. En god spilleregel er så tilpas konkret, så det er tydeligt, om den bliver overholdt eller ej. Det gør det nemlig lettere at sige: "Hov, vi har jo en aftale om, at mobiltelefoner ikke medbringes til møder."



Kilde: Erhvervspsykolog Tine Ravn Holmegaard og arbejdsmiljørepræsentant i FOA, Charlotte Bredal

3 skarpe råd

Til dig der er leder

1.

Stå for åbenhed

Nogle gange er der kun ét stykke kage. Hvis du som leder klart og tydeligt forklarer baggrunden for dine beslutninger, kan alle gå ranke rundt.

2.

Skab klare mål og rammer

Vær klar på, hvad kerneopgaven går ud på, og hvornår medarbejderne har udført en opgave godt nok. Det gør det klart for alle, hvad der er for faglige forventninger, og man kommer ikke så nemt til at gå og bebrejde kollegerne, som man ellers umiddelbart troede sprang over hvor gærdet er lavest.

3.

Vær nærværende

Det værste en leder kan være er konfliktsky. Tro ikke at medarbejderne kan løse det hele selv. Tal med dem. Hvis lederen ved, hvad der foregår, føler medarbejderne sig ikke ladt alene med en svær situation – men har en tredje-part, som har mulighed for at afgøre sagen.

Kilde: Erhvervspsykolog Tine Ravn Holmegaard og arbejdsmiljørepræsentant i FOA, Charlotte Bredal.



Sundheds



Sender dig på rette kurs



DELTAGER DU i sundhedskompas.dk?

Har du udfyldt sundhedskompas, så er det tid at gøre det igen. Deltag i lodtrækningen om et dejligt badehåndklæde.

Udfyld inden den 30. september 2017.

VIND
ET DEJLIGT
BADEHÅNDKLÆDE

sundhedskompas.dk

FOA

PenSam

Hvad synes du om FOA?

Svar på spørgsmål og vind et gavekort

I september sender vi et spørgeskema ud til alle FOA-medlemmer, der har givet os deres e-mailadresse eller mobilnummer.

Du kan også deltage i undersøgelsen via foa.epinion.dk - du kan bruge linket fra 25. september.

Svar på spørgsmålene og deltag i lodtrækningen om 2 gavekort på 1.000 kr. og 20 gavekort på 300 kr.



FOA

7 skridt

Det kan være svært at få **hul igennem til arbejdsmarkedet, når man er nyuddannet**. Læs her, hvordan du lander dit første job.

7 skridt til at få dit første job

1 Tjek jobannoncer på FOA Job: foa.dk/Forbund/Nyt-job. På hjemmesiden kan du oprette en jobagent under 'FOA Jobsøgning Plus' og få sendt jobannoncer direkte i din mailboks.

2 Meld dig til FOA JobMatch og få hjælp af FOA til at få dit første job: foa.dk/jobmatch.

3 Fortæl dine praktiksteder, at du er færdiguddannet. Aflæg besøg. Tag kontakt, hvis du kender medarbejdere på arbejdspladser, hvor du gerne vil arbejde.

4 Brug sociale medier. Overvej at din facebook-profil kan blive læst af kommende ledere og kolleger. Del faglige links. Kom med relevante kommentarer. Udvid vennekredsen med folk, der måske kan skaffe dig arbejde.

5 Din ansøgning skal fortælle, hvad du kan bidrage med. Henvis til erfaring fra praktik, projekter på studiet og relevante kvalifikationer i tidligere job. Som nyuddannet er du fagligt opdateret med nyeste viden.

6 Tjek lokale institutioners hjemmesider og facebookprofiler for værdier og aktiviteter. Skriv en uopfordret ansøgning til steder, du gerne vil arbejde. Skriv hvorfor du ønsker at arbejde der. Ring og hør, om du må komme forbi.

7 Skriv både praktik, projekter og anden erhvervs erfaring på dit CV. Fortæl også om relevante fritidsinteresser og erfaringer herfra.



Gode pjecer

- 'Sådan finder du dit nye job'
- 'Sådan søger du jobbet'
- 'Sådan går du til jobsamtale'

Læs pjecerne

foa.dk/Publikationer
kategori: A-kassen.

FOA JobMatch

FOA JobMatch er FOAs jobformidlingsservice til medlemmer og arbejdsgivere. Hvis du er ledig, kan du sige ja til at få dit Jobnet-CV overført til FOA JobMatch. Det gør du enten på en blanket på foa.dk/jobmatch, eller når du udfylder dit første dagpengekort. Så ringer FOA JobMatch til dig, hvis en arbejdsgiver søger en medarbejder med dine kvalifikationer.

Koste hvad det vil

Helle Gosewinkel er førtidspensioneret sygehjælper og bor på Frederiksberg. Hun og manden har dværgpudlerne Sofia på syv og Elise på to år. De overvejede ikke økonomi, da de fik Sofia.

“Det var overraskende, hvad det kostede. Dels i forsikring og dels fordi, hun ikke ville spise hvad som helst. Vi var gennem mange fodertyper for at finde noget, hun kunne lide.”

Blandt de årlige udgifter er 6.000 kroner til foder, 4.800 kroner til træning, mindst 1.000

kroner til dyrlæge og 2.400 kroner til test for hjertelungeorm. Hertil kommer øjenmedicin.

“Jeg vil undvære meget i livet for at have råd til mine hunde,” slår Helle fast.

“Glæden er altafgørende, fra man står op, til man går i seng. Det er simpelthen så livgivende, der går ikke en dag uden, at man griner. Det er fantastisk socialt at have hund, når man er til hundetræning, og når man lufter dem. Man møder stort set kun søde mennesker.” ★

Billig hund kan blive dyr

En billig hund kan koste dyrt i dyrlægeregninger, ekstra træning og frustrationer.

Af Lis Hornø

Udgiften til at anskaffe en hund er forsvindende lille i forhold til, hvad det koster at have hund over tid. Også når man vælger en dyr en af slagsen. Derfor kan det ikke betale sig at gå efter at spare penge, når familien skal have et nyt firbenet medlem. Det mener i hvert fald adfærdskonsulent **Lise Lotte Christensen** fra Dansk Kennel Klub.

“Mange køber hund impulsivt, fordi de ser et opslag på sociale medier. Børnene presser på, og pludselig har man hund. Vi ser desværre ofte fejlkøb. Det koster på økonomi, stress og bekymringer, hvis man ikke sætter sig ordentlig ind i, om hunden passer til, hvad man kan tilbyde,” siger hun.

Der er mere end 300 hunderacer i Danmark. De har forskellige medfødte behov og er fremavlet til at løse forskellige opgaver som at være selskabelige eller holde vagt.

Særlig risikabelt er det at købe eller få en hund, der har en tvivlsom baggrund.

“Det kan kræve ekstra dyrlægebehandling eller dyr træning for at aflære uheldig adfærd,” siger Lise Lotte Christensen.

Hun råder begyndere til at vælge en selskabshund frem for en jagthund. Selskabshunden vil gerne følge med i familiens gøremål og behøver ikke halvanden times motion daglig. ★

Posterne i et hundebudget

Se, hvad hundeejere bruger penge på. Og læs, hvordan Dansk Kennel Klub råder til at få mest for pengene, når du har hund.



BUDGET

- Lovpligtig ansvarsforsikring
- Sygeforsikring
- Dyrlæge - eftersyn, vaccination og sygdom
- Foder og godbidder
- Udstyr f.eks. kurv, mad- og vandskål, Halsbånd, sele, line, transportboks, legetøj og børste
- Træning
- Pleje f.eks. klipping, shampoo, loppemiddel, kiropraktor og svømning
- Hundepension
- Diverse f.eks. medlemskab af forening, transport, tilmelding til udstilling og ulykkesforsikring.

"Vi anbefaler, at man tegner sygeforsikring. Får man akut brug for en dyrlæge i weekenden, er det dobbelt takst. Med forsikring går man hurtigere til dyrlæge."

"Find et godt fuldfoder, din hund trives på, og led efter tilbud. Gå flere sammen og køb en halv palle, hvis I kan opbevare sækkene musefrit."

"Køb udstyr på tilbud eller køb brugt. I Sverige og Tyskland er det ofte billigere."

"Lær hunden god adfærd fra begyndelsen frem for, at den skal aflære dumme vaner senere."

"Man kan gå på kursus og lære at vaske, klippe og trimme hunden selv."

Dansk Kennel Klubs tips



Kilder: Hundenyheder.dk, Dansk Kennel Klub m.fl.

5

procent af alle hundeejere har fået deres hund gratis. I gennemsnit har danske hundeejere betalt 5.520 kroner for deres hund.

Kilde: Gallup for Nordea

Så dyr er en hund

6.140 kroner om året vurderer hundeejere i gennemsnit, at de bruger på deres hund. Hunden er dyrest i den første tid.

Kilde: Gallup for Nordea

Skal forsikres

Ifølge hundeloven har ejeren pligt til at tegne en ansvarsforsikring, inden hunden fylder fire måneder. Forsikringen dækker, hvis hunden volder skade på personer, dyr eller ting. Prisen varierer, men regn med ca. 500 kroner om måneden.

Kilde: Netdyredoktor.dk

Spørg
bare

Har du et spørgsmål om din privatøkonomi, du gerne vil have svar på? Så send dit spørgsmål til brevkasse@foa.dk eller udfyld formularen på foa.dk/brevkasse, og redaktionen vil kontakte en ekspert, der kan hjælpe dig med at få svar på dit spørgsmål.



23. september

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

Husk at udfylde din joblog

Får du dagpenge, skal du huske mindst en gang om ugen at registrere din jobsøgning i din joblog på vores hjemmeside. Hver måned skal du mindst gemme én jobansøgning i din joblog. Det kan få konsekvenser for dine dagpenge, hvis du ikke opfylder disse krav.

Nyt job?

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

Digital post

Husk, at vi nu sender udvalgte breve til din indbakke på foa.dk/indbakke. På 'Mit FOA' i øverste højre hjørne på hjemmesiden kan du vælge, om du vil have besked pr. mail eller sms – eller begge dele.



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.

Så meget må du arbejde frivilligt

Folketinget har besluttet at forlænge en forsøgsordning, der betyder, at dagpenge- og efterlønsmodtagere igen kan udføre frivilligt arbejde i op til 15 timer om ugen, inden der sker fradrag i dagpenge eller efterløn. Ordningen trådte i kraft 5. juni 2017 og løber året ud.

Hvad må jeg – og hvad må jeg ikke?

Du kan lave mange former for frivilligt arbejde op til de 15 timer, mens du får dagpenge eller efterløn. Du må eksempelvis hjælpe naboer, venner og familie, dyrke en hobby, lave humanitært arbejde, være spejderleder, lave amatørteater og deltage

i skolebestyrelser eller private vagtværn. Du kan også deltage i bestyrelsesarbejde i frivillige foreninger, så længe du ikke løser opgaver, der normalt er lønnet i den forening eller i lignende foreninger.

Arbejde som for eksempel besøgsven har heller ingen betydning for dine ydelser, så længe du ikke udfører opgaver, der skal være ansatte til at udføre.

Vær opmærksom på, at du ikke må arbejde for en offentlig myndighed som et hospital eller et plejehjem. Der er dog lavet lempeligere regler, hvis du bor i en af de såkaldte frikommuner: Fredensborg, Fredericia, Gentofte,

Gladsaxe, Odense, Odsherred, Vejle, Vesthimmerland og Viborg.

Timer trækkes fra, hvis ...

Hvis det frivillige arbejde har forbindelse med en privat virksomhed, skal timerne altid trækkes fra i dine ydelser – også selvom du ikke får løn for det. Det samme gælder, hvis der er tale om en offentlig pligt opgave som for eksempel servering af mad på et plejehjem, fordi kommunen har pligt til at sørge for, at der er nok ansatte til det.

På vores hjemmeside kan du se flere eksempler på, hvad der altid skal trækkes fra i dine ydelser.



foa.dk/akassen/Frivilligt-arbejde

Derfor er der regler for frivilligt arbejde

Står du af den ene eller anden grund uden for arbejdsmarkedet, er frivilligt arbejde en god måde at styrke dit netværk på. Det kan derfor virke fjollet, at der er regler for frivilligt arbejde, når man gerne vil gøre en forskel for andre mennesker. Men det frivillige arbejde må ikke be-

tyde, at der bliver færre lønnede job. Det er derfor kun det ansatte personale, der må tage sig af de faglige opgaver. Din frivillige indsats må udelukkende omfatte de ikke-faglige opgaver. Det er derfor vigtigt, at du siger nej, hvis du bliver bedt om at udføre den slags opgaver.

Kommer du i en situation, hvor det er svært at sige nej, bør du straks kontakte både din lokale a-kasse og din faglige afdeling. Kontakt os også, hvis du er det mindste i tvivl, om det frivillige arbejde har betydning for dine dagpenge eller efterløn, så du undgår, at blive trukket i dine ydelser.

FOAs hjemmeside holder altid åbent. Her kan du finde nyttig viden og få et hurtigt overblik over de fordele, du har som medlem af FOA.



Foto: Colourbox

Får du den løn, du har krav på?

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

Tjek din løn

foa.dk/loentjek



Mit FOA

Få overblik over alle FOAs online-tjenester.

Læs mere

foa.dk/mitfoa



Foto: Colourbox

Kan FOA få fat i dig?

Dine personoplysninger er vigtige for, at FOA kan give dig den bedst mulige service.

Se og ret

foa.dk/persondata



Foto: Testaviva

Få et gratis testamente

Er du én af dem, der ikke har taget stilling til, hvad der skal ske med din formue, værdier eller gæld ved død eller skilsmisse? Og vil du undgå bitre familieopgør på grund af kedelige arvesager med både økonomiske og følelsesmæssige konsekvenser? Så er det måske nu, du skal gribe chancen og gøre noget ved det. Det er nemt og lige til at gå til.

Medlemmer af FOA får nemlig op til fem timers rådgivning og gratis oprettelse af testamente, ægtepagt eller andre vigtige dokumenter. ★

Læs mere

foa.dk/testaviva

Følg FOA på Facebook

Her kan du finde masser af nyheder og debat.
facebook.com/foadanmark

gæt et job

FOAs medlemmer er en broget flok. Her fortæller **Susan Norlin** om sit job. Kan du gætte, hvad Susan laver?

Jeg kender mange i gadebilledet i min by



Jeg ser typisk kun mine kolleger en gang om ugen.



Min arbejdsuge er på 48 timer.



Jeg går ofte tur i naturen.



Tålmodighed og empati er vigtige kvalifikationer i mit job.



Jeg synger tit på mit arbejde, men det er ikke et krav.



Jeg bruger en del skumklude hver dag.



Hvad laver Susan?

Kan hun være ...

- Naturvejleder
- Legepladsansat
- Dagplejer
- Handicaphjælper
- Miljøkontrollør



Send svaret og dine kontaktoplysninger til **quiz@foa.dk** senest 15. september. Så er du med i lodtrækningen om et gavekort til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

Siva og de andre

- Der er 142 medlemmer i FOA, som arbejder som husmedhjælper i staten.
- Som statslig husmedhjælper arbejder man i køkkenet på en institution. Arbejdsopgaverne kan være madlavning, opvask, rengøring af køkken, kassebetjening og rengøring af kantinen.
- Det kræver ikke en særlig uddannelse at blive husmedhjælper.

[i sidste nummer]

Siva er køkkenmedhjælper

Gitte Schneider fra Vejen har gættet, at Siva er køkkenmedhjælper. Gitte blev den heldige vinder af et gavekort til Coop Danmark. Tillykke til Gitte.



[cv]

Navn: Siva Eliyathamby
Job: Køkkenmedhjælper hos Røde Kors Sandholmleiren
Medlem af FOA 1 siden 2005

Læs Fagbladet FOA hver uge

- Fagbladet FOA udsender hver fredag et nyhedsbrev med en stærk samling af de bedste nyheder og guides.
- Her får du nyt og gode råd om løn, arbejdsforhold, inspiration til dit fag og meget andet.
- Nyhedsbrevet er tilpasset netop din faglighed.
- Hvis FOA har din mailadresse, får du det helt automatisk i din mailboks.
- Går du glip af nyhedsbrevet, kan det være, fordi FOA mangler din mailadresse. Du kan tilføje og rette din mailadresse på foa.dk/persondata

LÆS NYHEDSBREVET ONLINE

Fagbladet FOA

17 AUGUST 2017

Følg os   

FIK DU LÆST?

- » Sådan bliver du den bedste - eller værste - kollega
- » Skjult overvågning på jobbet: Her er reglerne
- » Kend din ret: Så meget må chefen bestemme over din ferie

DINE OPLYSNINGER

E-mail: @foa.dk

Er du medlem af FOA?

Opdatér din profil med din e-mail, så vil du fremover modtage nyhedsbrevet rettet mod din sektor og faggruppe.

RET DIN PROFIL

BLIV MEDLEM



» Meld dig ind online

Kend din ret, hvis du skal til læge i arbejdstiden



Skal du til læge i arbejdstiden, har du måske ret til løn under besøget. Læs her, hvordan du skal forstå reglerne.

LÆS MERE

Mary fik medalje af Dronningen og en fyreseddel fra kommunen



Hjemmehjælper Mary Madsen blev afskediget fra sit job efter 40 års tro tjeneste for Odense Kommune kun et år inden hendes planlagte pension.

LÆS MERE

Snyd ikke dig selv i ferien: Mange går glip af disse tillæg



FOA-medlemmer går glip af flere tusinde kroner, når de holder ferie. Mange får ikke alle tillæg, de har ret til.

LÆS MERE

5 skidegode råd til toiletbesøg på arbejdspladsen



Hvad er god skik for toiletbesøg på jobbet? Hvor lang tid må man bruge? Hvad gør man, hvis man efterlader en fæl lugt? Læs takt og tone-ekspert Gitte Hornshøjs fem bedste råd.

LÆS MERE

Få gratis testamente og juridisk hjælp



Arbejdernes Landsbank tilbyder nu alle danskere at få lavet gratis testamente online. FOAs medlemmer får særlige fordele.

LÆS MERE

Gåture i naturen forebygger stress og giver mentalt velvære. **Her får hjernen nemlig ro til at sortere og ordne mylderet af tanker og indtryk.**

Hold grønne pauser

Man skal ikke gå længe i en skov, før skuldrene sænkes, og der bliver mere ro i hovedet. Her er hjernen ikke så fokuseret som i byen, hvor den hele tiden registrerer lyde, lugte, biler og mennesker.

Naturen bruges som behandlingsrum for stressramte, og det er der god grund til, fortæller hjerneforsker **Kjeld Fredens**.

“I naturen er hjernen defokuseret: Tankerne får lov at vandre, og vi koncentrerer os ikke om noget bestemt. I hjernen begynder et andet netværk at arbejde. Man kalder det for vores ‘default netværk’. Det sorterer i tankerne, fordøjer og rydder op. Men det fungerer kun, når man ikke er fokuseret.”

Forebygger stress

Gåture i naturen giver altså bedre mental trivsel og forebygger stress. Hvis hjernen kun ar-

bejder fokuseret, bruger man kun halvdelen af dens kapacitet – og det er den halvdel, der brænder energi af, forklarer Kjeld Fredens.

“I naturen lades batterierne op. Her kommer man tættere på sig selv og finder ud af, hvad der er værdifuldt. Det går man nemt glip af, hvis hjernen hele tiden har travlt,” siger han.

Lader batterierne op

I hjemmet og på arbejdet er der altid noget at lave, men i naturen skal vi ikke være til nytte.

“Alle biologiske parametre, der har betydning for sundheden, fremmes i naturen. Forskningen viser, at børn i naturbørnehaver trives bedre, krigsveteraner kan hjælpes i naturen, og hospitaler forbedrer deres resultater, hvis patienterne kan komme ud i det grønne. Vi får i den grad ladet batterierne op,” siger Kjeld Fredens. ★

jonna@periskop.dk

Guide

Lad tankerne vandre

Når du færdes i naturen, skal du bare lade tankerne vandre. Det er ikke altid så nemt, som det lyder, men prøv at lægge mærke til bladene, de forskellige planter og lyset, der skifter.

Træk vejret ned i maven og slip tankerne fri – her skal du ikke nå frem til løsninger, men blot lade tankerne løbe.

Alle former for grønt er godt for hjernen

- urørt natur og store vidder
- parker
- strande
- skove
- heder
- grønne bånd i byområder
- haver (hvis du kan slappe af der)
- selv en potted plante i vinduet er bedre end ingenting





Husk Pauser



Hold pauser jævnligt

Det optimale for hjernen er at holde 10 minutters pause efter hver 30 minutters arbejde. I pausen skal man lade arbejdet ligge og gå en kort tur, råder hjerneforsker Kjeld Fredens.

"Hjernen arbejder bedre, når den får pauser, hvor 'default-netværket' kan arbejde. Det fremmer hjernens plasticitet. Vi bliver mere kreative, innovative og effektive. Men det kræver en holdningsændring i hele samfundet, hvis vi skal tage alvorligt, at vi yder bedre ved at lave mindre."

Raskere og gladere

Jo tættere, vi bor på naturen, jo raskere og gladere er vi. Dem, der bor mindre end 300 meter fra grønne områder, har et bedre helbred på en lang række områder end dem, der har mere end en kilometer til et grønt område. De er:

- mere fysisk aktive
- tyndere
- mindre stressede
- har færre smerter
- har færre psykiske problemer
- fungerer bedre socialt.

Kilde: Rapporten 'SUSY Grøn: Brug af grønne områder og folkesundhed i Danmark', Skov & Landskab, Københavns Universitet 2011.

5 skidegode råd til toiletbesøg

Man skal på toilettet en gang i mellem. Her kan du læse debattør og forfatter **Gitte Hornshøjs** råd til, hvordan man som gode kolleger laver såvel stort som småt på det lille hus. Hun har blandt andet skrevet bogen 'Respekt – Takt og tone og kunsten at omgås andre mennesker.'

1 Når man skal, så skal man

Lige dyldigt om man er dronning eller social- og sundhedsassistent, så har man behov for at gå på toilettet. Og når man skal, så skal man. Det er et grundvilkår for os alle.

"God skik er, at når man har brug for at komme på afveje, så gør man det. Det er hamrende privat, at man skal på toilettet, så det er der ingen grund til, at man skal undskyldte. Man skal heller ikke til at forklare, hvorfor man har brug for det," siger Gitte Hornshøj.

2 Det tager den tid, det tager

Hvor lang tid man bruger på at forrette sin nødtørft, kan sætte mange tanker i gang, både hos en selv, hos kollegerne og hos ens arbejdsgiver. Men derfor skal man altså ikke prøve at skynde sig igennem sit toiletbesøg.

"Hvis man ikke får tid på toilettet, så giver det problemer. Mange har jo fødselsproblemer på grund af stress, og så er der ingen grund til, at man samtidig skal få dårlig samvittighed, fordi det tager lidt tid. Jo mere vi presser, desto mere presser det på, om man kan eller ikke kan, når man skal," siger Gitte Hornshøj.

3 Vær en god kollega

Selvom et toiletbesøg nu engang tager den tid, det tager, så skal man stadig vise sig som en god kollega.

Læsestof eller telefonen skal man derfor ikke medbringe til at fordrive tiden med, mens man er på toilettet.

"En ansvarlig medarbejder ved godt, at et toiletbesøg ikke også indbefatter, at man skal følge med i, hvad der sker på Facebook. Derudover er det godt for både krop og sind med ro på toilettet," fortæller Gitte Hornshøj.

4 Husk humoren

"Mange af os vil gerne lade som om, vi aldrig prutter. Det er fuldstændig tabubelagt at snakke om. Men der er nogle grundvilkår her i livet. Vi skal alle opleve kærlighed, vi skal alle opleve sorg, og nogle gange skal vi efterlade en lugt på toilettet. Det er ikke til at komme udenom," siger Gitte Hornshøj. Hun anbefaler derfor, at man går til det med humor i stedet for forlegenhed, hvis man oplever det, som mange frygter, nemlig at møde en kollega i døren på vej ud.

"De fleste har fundet på tusinde undskyldninger, som at det må være personen, der har været derude tidligere, der er skyld i lugten. Men angrib det med humor i stedet, sådan kan man komme rigtig langt," fortæller Gitte Hornshøj.

5 Husk hygiejnen

Andre folks lugt på toilettet kan man nok ikke slippe for, men det visuelle kan man nemt komme udenom. "Der er ingen, der synes, det er rart at komme ud på et toilet, hvor man kan se, hvad der er sket. Hvis nogen ikke kan finde ud af at bruge børsten, så er det helt i orden at hænge nogle regler op derude. Det er for bummelum-agtigt at tage op på et personalemøde, men et humoristisk regelsæt kan gøre underværker," siger Gitte Hornshøj. ★

anhe@foa.dk



Når man skal, så skal man - også i arbejdstiden. Få ekspertens bedste råd til, hvad der er god takt og tone, når naturen kalder.

Toiletreger for arbejdspladsen

- Der skal være mindst et toilet for hver 15 personer.
- Der skal være særskilte toiletter for mænd og kvinder. Undtagelsen er, hvis der er fuld adskillelse fra gulv til loft mellem de enkelte toiletrum.
- Ved skiftende arbejdssteder skal arbejdsgiveren anviser et toilet inden for passende transporttid, som er cirka 10 minutter.
- Medarbejdere, der færdes i private hjem, kan henvises til at bruge toiletterne der.
- Hvis det ikke er muligt at benytte toiletter i umiddelbar nærhed af arbejdsstedet, kan ansatte henvises til offentlige toiletter.

Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen**.
I denne måned handler det om makrel, der lige nu er friskfanget.

Månedens råvare: **Makrel**

Makrel er ekstra god fra sidst i august til oktober. Det er en fed saltvandsfisk med mørt kød og cirka 20 procent fiskeolier. De friskfangede makreller skal spises så hurtigt som muligt, da fedt kan harskne og give en kedelig smag. En frisk fisk har

udstående øjne, glinsende fiskeskind og frisk, neutral lugt. Frisk makrel er især god, hvis den bliver ovnbagt hel eller skindstegt i filet. Med sin ret kraftige smag kan makrel nydes med tilbehør som peberrod, tomatchilisovs og asiatisk krydret sojasovs.

Sojastegt makrel med sprøde kartofler, peberfrugt og forårsløg

4 personer

Sprøde kartofler, peberfrugt og forårsløg:

- 1 kg mellemstore faste kartofler
- 2 røde snackpeberfrugter
- 4-5 forårsløg
- Salt

Sojastegt makrel:

- 4 små eller 2 store friske makreller i filet
- 2 spsk. hvedemel
- lidt salt (sojasovsen salter retten meget)
- 3 spsk. neutralt smagende olie

Krydret sojalage:

- 4 spsk. japansk sojasovs
- 1 spsk. riseddike eller æbleeddike
- 1 tsk. sukker
- ½-1 rød chili
- 2 fed hvidløg
- 2 tsk. fintrevet frisk ingefær

- **Kartoffeltilbehør:** Kartofflerne skrubbes, skæres i både og vendes sammen med olie på bagepapir på en bradepande. Bages 30 min. på 200 grader (varmluft).

- Skyl peberfrugterne og fjern stokke og kerner. Skær peberfrugterne ud i mellemstore stykker og bland dem med kartoflerne i bradepanden. Bag evt. yderligere i ca. 15 min. ved 250 grader. Salt og fintsnittede forårsløg drysses over kartoflerne og peberfrugterne.

- **Sojalage:** Rør sojasovs med eddike og sukker, til det er opløst. Skær chilen i fine ringe, eller hvis retten ikke skal være så stærk: Flæk chilen,

fjern kerner og de hvide sidevægge og hak chilen fint. Knus hvidløg, riv ingefær og tilsæt det til sojasovsen.

- **Sojastegt makrel:** Klip finnerne af og skyl hurtigt fisken i koldt vand. Dup fileterne tørre med ren køkkenrulle. Skær hver filet over i 2 og dup dem på hver side med mel med salt.

- Steg i varm olie på en slip-let-pande ca. 4 min. på hver side ved middelstærk varme. Læg først skindsiden nedad på panden og hold evt. fisken fladt ned mod panden med en palet, så skindet bliver sprødt. Fjern evt. benene i midten af hver filet med en madpincet. Vend derefter fisken om på kødsiden, tilsæt sojalagen og lad fisken småsimre.



Af Katrine Klinken ★ foto: Line Falck

mad med klinken



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



Foto: Colourbox

Ikke for kold eller for varm

Nyd smagen af maden ved den rette temperatur. En tomat, der har været i køleskabet, taber smag. En sød drik som mælk smager dejligt kold. Ost smager af meget mere efter nogle timer ved stuetemperatur. En blød ost som brie vil få en helt anden cremet konsistens, end når den er kold fra køleskabet.



Foto: Colourbox

Smid ikke mad ud, der kan bruges

Selv om de yderste blade på et salat- eller kålhoved er slatne, kan det inderste være fint frisk. Og mælkeprodukter behøver ikke være ubrugelige, selvom datoen er udløbet. De må ikke lugte ubehageligt.

PenSam indkalder til **ÅRSMØDER 2017**



Forbrugergruppen
for Social og Sundhed
holder årsmøde

tirsdag den 24. oktober
2017 i Nyborg



Forbrugergruppen
for Teknik og Service
holder årsmøde

mandag den 30. oktober
2017 i PenSam



Forbrugergruppen
for Ledere
holder årsmøde

mandag den 30. oktober
2017 i PenSam



Forbrugergruppen
for den Pædagogiske sektor
holder årsmøde

torsdag den 2. november
2017 i PenSam



Forbrugergruppen
for Kost og Service
holder årsmøde

torsdag den 2. november
2016 i PenSam

Har du forslag til dagsordenen, skal du sende dem **skriftligt senest 6 uger før** mødet afholdes til PenSam, Ledelsessekretariatet, Jørgen Knudsens Vej 2, 3520 Farum.

Hvis du vil deltage i årsmødet i din pensionsordning, skal du tilmelde dig senest fem dage før mødet. Det gør du ved at sende en mail til forbrugergrupper@pensam.dk eller ringe på telefon 44 39 30 30, hvor du også kan rekvirere dagsorden med bilag til mødet.

Du kan også se indkaldelsen til årsmøder på PenSam's hjemmeside www.pensam.dk

PenSam
Giv god mening



FOA bogshop

Få op til 25% i rabat, når du køber lærebøger
til din social- og sundhedsuddannelse eller
din uddannelse til pædagogisk assistent.

Læs mere på foabogshop.dk

FOA

det sker

Frederikssund

Seniorklubben. 20. sept. kl. 13.30: Foredrag 'Som luksusvaga-bond gennem Jylland i Steen Steensens Blichers fodspor' v. sygehjælper Lis Ingemann. 11. okt. kl. 13.30: Den aktuelle politiske situation i efteråret 2017 v. en politiker, der har tid i kalenderen. Efter oplæg og diskussion er der et lille lotteri med præmier.

Holstebro

Seniorklubben. 28. sept. kl. 14: Bowling m. kaffe/the og kage, pris 50 kr. betales ved tilmelding. Sko for egen regning. De, der ikke spiller, 30 kr. Vi mødes

derude. Tilmelding til Signe Holgersen. 12. okt. kl. 14: Knud Jacobsen fra Struer om bogen 'Heksen fra Fjaltring'.

Horsens

Afdelingen. 3. dec. kl. 10-12.30 og kl. 14-16.30: Juletræ på Scandic Bygholm Park i Horsens. Pris pr. deltager 25 kr. Billetter købes kontant i afdelingen fra 1.-17. nov.

Seniorene. 19. sept. kl. 13-ca. 17. Vi kører fra banegården på sensommertur til Vester mølle, hvor der vil være kaffe, boller og lagkage. Pris 150 kr. Tilmelding senest 12. sept. 5. okt. kl. 14: Foredrag v. Arne Dok-

tor om evakueringen med De Hvide Busser under 2. verdenskrig. Der er kaffe og kage. 12. okt. kl. 14: Vi mødes i forhallen på rådhuset kl. ca. 13.50, hvor Connie Brandt vil fortælle om sin gamle arbejdsplads: Fra rådhus til ældreråd. Der serveres kaffe og kage. Tilmelding senest 5. okt.

Mariagerfjord

Afdelingen. 26. okt. kl. 18: Generalforsamling i Madkontoret, Majsmarken 1, Hobro. Sidste tilmelding 19. okt. på 46 97 13 73 eller via mavj@foa.dk – se mere på foamariagerfjord.dk

Social og Sundhedssektoren.

21. sept. kl. 17: Årsmøde på restaurant Orkidee Dania, Daniavej 60, Assens/Mariager. Spisning starter kl. 17. Kl. 18: Årsmøde m. dagsorden iflg. lovene – kan ses på afdelingens hjemmeside senest 6 uger før. Forslag skal være afdelingen i hænde senest 8 dage før. Faggrupperepræsentanter og SOSU klubben vil have mulighed for at orientere på årsmødet. Efter årsmødet afholdes medlemsmøde kl. 20: Foredrag 'Fra blå blink til rollator' med tidligere politibetjent Heinz Svoldgaard Hvid, som

blev invalideret i tjenesten. Tilmelding til spisning senest 15. sept. kl. 12 på 46 97 13 73.

Nordsjælland E+P Klubben Hille-rød.

20. sept. kl. 18.30: Modeopvisning i H.L. Mode med den nye vinterkollektion. Vi får lidt godt til ganen og mulighed for at shoppe. Pris 50 kr. Bindende tilmelding til FOA Nordsjælland med sidste frist 13. sept. (maks. 60 deltagere). 6. okt. kl. 10: Foredragsholder Anker Andersen fortæller om sit liv som livrist og kammertjener for Kongehuset. Vi mødes i kælderen til kaffe,

brød og salg af amerikansk lotteri. Pris 30 kr. Tilmelding til FOA Nordsjælland senest 29. sept.

Odense

Seniorklub Odense. 19. sept.: Udflugt til Avernakø. Sejlur, lokalguide og middagsbuffet hos Gitte, som har en produktion af geder og driver en gårdbutik. 3. okt. kl. 10-12: Best Company viser mode-tøj i lokalet på Vesterbro 120. Klubben er vært ved kaffe m. brød. 24. okt. kl. 10-12: King Memphis med Elvis-kopi Erling Birkholm. Klubben giver kaffe m. kage.

Medlemspulsen

Vinderne i september

Hovedpræmie:

Tanja Rasmussen
Bavnebjergpark 79
3520 Farum

Gavekort til Coop 300 kr.:

Mette Hjort Balzarsen, Sønderkærvej 5, 6862 Tistrup
Susanne Persson, Fundervej 10, 2610 Rødovre
Susanne Holm Jacobsen, Åbrinken 38, 7550 Sørvad
Susanne Gydm Jensen, Islandsvej 7, 7400 Herning
Rasmus Kejser Sørensen, Høgevej 41, 4. th., 8210 Aarhus V

Hovedpræmien er et weekend-ophold for 2 på et Comwell-hotel i Danmark, en iPod, en gps eller en e-bogslæser.

Desuden har vi hver måned **5 gavekort** til Coop Danmark til en værdi af 300 kr.

Nye deltagere er velkomne på foa.dk/medlemspulsen

BLIV KLAR TIL SOSU-uddannelserne MED FJERNUNDERVISNING

Har du fået merit for dine faglige og erhvervsfaglige kompetencer, men mangler **naturfag** eller **dansk**, så har du nu muligheden for at kvalificere dig og blive klar til uddannelsesstart på SOSU-uddannelserne.



Aktiviteter Nyborg

9. okt. kl. 13.30: Banko hos 3F, Vestergade 32, Nyborg. 1 plade for 7 kr., 3 plader for 20 kr. Husk tilmelding.

Silkeborg-Skanderborg Afdelingen

25. okt. kl. 18.30: Generalforsamling på Skanderborg Park, Skovsvinget 10, Skanderborg. Spisning fra kl. 17.30 - husk tilmelding senest 20. okt. kl. 12 på 46 97 20 20. Dagsorden iflg. lovene. **Seniorklubben**. 10. okt.: Lissy Jensen vil lære os at lave 'strømpe-nisser', medbring nylonstrømper, sytråd i samme farve, saks og en lang synål. Deltagerpris 30 kr. Tilmelding skal ske på 46 97 20 20 senest 8 dage før arrangementet. Oplys ved tilmelding, om du er diabetiker. Modtager du ikke vores nyhedsbrev, bedes du kontakte os for registrering af din mailadresse.

Sjælland

Afdelingen. 28. sept. kl. 19 i Slagelse: Kulturforståelse i det daglige arbejde - hvor-

dan forstår og håndterer vi forskelle? v. Mads Ted Drud-Jensen, konsulent i Center for Udsatte Flygtninge.

9. okt. kl. 19 i Slagelse: Arbejdsglæde og forandring v. Michael Brautsch. 11. okt. i Vig Forsamlingshus: Topmøde med partierne. 12. okt. kl. 19 i Kalundborg: Topmøde med partierne. 23. oktober kl. 19 i Sorø: Valgbankom med regionspolitikkerne. 30. okt. kl. 8-15.30 i Slagelse: Start på 4 dages kursus i NADA-behandling. Deltagerpris 1.500 kr. Områdegeneralforsamlinger: 24. okt. kl. 18 i Holbæk. 25. okt. kl. 18 i Nordvestsjælland. 26. okt. kl. 18 i Slagelse. Tilmelding til spisning på foa.dk/sjaelland. Repræsentantskabsmøde 15. nov. kl. 17 på Filadelfia, Dianalund. Alle medlemmer er velkomne med taleret og uden stemmeret, som er forbeholdt de delegerede valgt på områdegeneralforsamlingerne. Tilmelding til spisning på foa.dk/sjaelland.

Teknik- og service-sektoren. 7. nov. kl. 17 i Slagelse: Med-

lemsmøde for Slagelse og Sorø kommuner og Region Sjælland. 8. nov. kl. 17 i Holbæk:

Medlemsmøde for Holbæk og Ringsted kommuner. 9. nov. kl. 17 i Asnæs: Medlemsmøde for Kalundborg og Odsherred kommuner. Tilmelding senest 1. nov. på foa.dk/sjaelland. A-kasse. 3. okt. kl. 13.30 i Slagelse: Café for ledige. 10. okt. kl. 18 i Slagelse: Overvejer du efterløn? Du er velkommen til at tage en ledsager med. 7. nov. kl. 13.30 i Holbæk: Café for ledige. 15. nov. kl. 17 i Kalundborg: Efterlønsmøde - du er velkommen til at tage en ledsager med. Tilmelding på foa.dk/sjaelland.

Efterløns- og seniorklubben Holbæk. 3. okt. kl. 9.30: Tur til Thorsvang Samlermuseum i Stege. Medlem 275 kr. og ledsager 300 kr. 6. nov. kl. 13: Bankospil. Der bowles hver torsdag kl. 12-13 i Megabowl.

Efterløns- og seniorklubben Slagelse. 18. okt. kl. 14: Bankospil. 15. nov. kl. 14: 'Fra aktiv erhvervsmand til

aktiv pensionist' - foredrag med Banko-Carl.

Efterløns- og seniorklubben Ringsted

5. okt. kl. 14: Historien om virksomheden Obel. 2. nov. kl. 14: Ordinær generalforsamling med efterfølgende bankospil. Forslag skal være for manden i hænde 14 dage før generalforsamlingen på lang@os.dk. Husk at medbringe en pakke pr. person til en værdi af ca. 25-30 kr.

Efterløns- og seniorklubben Nordvestsjælland

10. okt. kl. 11. i Kalundborg: Bankospil. Pris 40 kr. 11. okt. kl. 11 i Asnæs: Bankospil. Pris 40 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. Ringsted Kongrescenter. Nye oplevelser med 10 % i rabat til alle forestillinger, køb billetter via linket i nyhedsbrevene udsendt pr. mail. Telefonnr.: 46 97 38 60. Telefon- og åbningstider: mandag og tirsdag kl. 9-15, onsdag lukket, torsdag kl. 9-17 og fredag kl. 9-13. Hjemmeside: foa.dk/sjaelland. Mail: sjælland@foa.dk. Akuttelefon faglig: 46 97 21 63

Kontakt FOA

FOA, forbundshuset
Stauings Plads 1-3
1790 København V

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

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

FOA-afdelinger

Afd. 1: 46 97 11 00
foa1@foa.dk
Bornholm: 46 97 33 13
bornholm@foa.dk
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
Holstebro: 46 97 14 14
holstebro@foa.dk
Horsens: 46 97 14 55
horsens@foa.dk

Kolding: 46 97 15 76
kolding@foa.dk
KLS: 46 97 15 00
kls@foa.dk
Køge: 46 97 16 00
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
Nordjylland: 46 97 29 00
nordjylland@foa.dk
Nordsjælland: 46 97 33 90
nordsj@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
Sjælland: 46 97 38 60
sjælland@foa.dk
Social- og Sundhedsafdelingen:
46 97 22 22
sosu@foa.dk

kl. 16-22 på hverdage.
A-kassens callcenter:
46 97 10 10 kl. 16-20
på hverdage.

Skive

Seniorklubben. 14. sept. ved FOA Skive kl. 9.30, hjemkomst ca. kl. 17: Guidet rundtur på Blomstergaarden v. Viborg. Pris 150 kr. for frokost inkl. 1 øl/vand, kaffe m. brød samt entré. Husk sidste tilmelding til Maja på 22 66 18 08. 12. okt. kl. 14: Banko i FOAs mødelokaler, Jægervej 12, Skive. Kaffe m. brød inkl. 3 plader 60 kr. Derudover kan der købes 3 ekstra plader for 10 kr. Husk tilmelding senest 5. okt. til Gunhild på 26 37 08 88 eller via gunhild749@ofir.dk

Sydfyn

Teknik og service-sektoren. 25. okt. kl. 17: Årsmøde. Dagsorden iflg. lovene. Vi starter med spisning. Tilmelding via hjemmesiden eller TR senest 17. okt.

Sundhed og service-sektoren. 1. nov. kl. 17.30: Årsmøde på Hotel Christiansminde, Svendborg. Dagsorden iflg. lovene. Vi starter

med spisning. Tilmelding via hjemmesiden eller TR senest 25. okt.
Pædagogisk sektor. 9. nov. Kl. 18: Årsmøde, i FOA Sydlyn. Dagsorden iflg. lovene. Vi starter med spisning. Tilmelding via hjemmesiden eller TR senest 1. nov. Afdelingen opfordrer til, at du løbende kigger på vores hjemmeside.

Sønderborg

Seniorklub. 5. okt. kl. 14: Titanic-foredrag i FOA, tilmelding senest 29. sept. 9. nov. kl. 14: Lotto i FOA, tilmelding senest 3. nov. 30. nov. kl. 11: Sønderborg politistation, juletur til Flensborg, tilmelding og betaling senest 3. nov. 7. dec. kl. 13: Julefrokost i FOA, tilmelding senest 1. dec på 46 97 34 00 eller via fag1020@foa.dk. Nyt program for 2017 kan ses på hjemmesiden eller hent et program i afdelingen. Bemærk, som efterlønnere kan du automatisk benytte dig af Seniorklubbens arrangementer.

Sønderjylland

Social- og sundheds-sektoren. 3. okt.: Årsmøde på Agerskov kro,

spisning begynder kl. 17.30. Tilmelding nødvendig. Årsmødet starter kl. 18.30. Dagsorden kan ses på foa.dk/soenderjylland

Pædagogisk sektor.

12. okt. kl. 18-21.30: Årsmøde, Brundevej 2, Rødekro. Sidste tilmeldingsfrist 5. okt.

Teknik- og service-sektor.

1. nov. kl. 18-21: Årsmøde, Brundevej 2, Rødekro. Sidste tilmeldingsfrist 25. okt.
Seniorklub. 20. sept.: Foredrag 'Mit præsteliv gennem 30 år' v. Erik Monrad i FOAs mødelokaler på Brundevej 2, Rødekro. Tilmelding på 46 97 35 00 senest 13. sept. 19. okt.: Lotto i FOAs mødelokaler på Brundevej 2, Rødekro. Tilmelding på 46 97 35 00 senest 11. okt. Ret til ændringer forbeholdes. Medlemmer betaler 20 kr. for kaffen, ikke-medlemmer betaler 30 kr. samt entrépisen ved arrangementer. Husk du er automatisk medlem af seniorklubben som efterlønnere og pensionist.



Du kan få mere information om arrangementerne på din lokale FOA-afdelings hjemmeside.



foa.dk/afdelingen

Forsideillustration:

Robert Wengler



Medlem af Danske Medier



DANSKE MEDIERS
OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes
Oplagskontrol

Oplag: 187.973/7. årgang

Tryk: Color Print A/S

ISSN: 1901-0214

Redaktionen sluttet:

23. august

Indlæg til 'det sker' sendes til
Dorthe Møller, dorm@foa.dk

Frist til nummer 7: 29. september

Frist til nummer 8: 3. november

Annoncer:

Dansk Mediaforsyning
Telefon: 70 22 40 88
dmfnet.dk

Annoncefrist:

Nummer 7: 22. september

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

Nummer 6 udkommer:

10. oktober

Synspunkter fremsat i Fagbladet

FOA er ikke nødvendigvis sammenfaldende med FOAs synspunkter.

Udgiver:

FOA

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

Sydfyn: 46 97 27 27

sydfyn@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

Varde: 75 21 01 00

varde@foa.dk

Vejle: 75 82 52 88

vejle@foa.dk

Vendsyssel:

46 97 10 30/46 97 13 46

vendsyssel@foa.dk

Viborg: 46 97 30 30

viborg@foa.dk

Århus: 89 36 66 66

aarhus@foa.dk

PMF-afdelinger:

PMF afd. 1: 46 97 31 01

pmf-afd1@foa.dk

PMF afd. 4: 43 71 66 90

pmf-afd4@foa.dk

FOA/PMF Kbh. Syd:

46 97 28 50

kbhsyd@foa.dk

PMF Fyn: 46 97 13 13

pmffyn@foa.dk

PenSam

Jørgen Knudsen Vej 2

Postboks 282

3520 Farum

Telefon: 44 39 39 39

Telefax: 44 39 39 40

pensam.dk

quizen

Kan du dit fagblad?

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. Du finder alle svar i dette nummer af Fagbladet FOA.

Send dit svar til: brevkasse@foa.dk senest **18. september**.

Du kan også besvare quizzen på foa.dk/quiz

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizen i Fagbladet FOA nr. 4 blev **Esther Kristiansen, Randers**.

1. Hvor stor en andel af de tillidsvalgte har været tilfredse med hvervet?

- A. 38 procent
- B. 58 procent
- C. 78 procent



2. Hvad var årsagen til de fleste fyringer blandt FOAs medlemmer i 2016?

- A. Sygdom
- B. Uoverensstemmelser med chefen
- C. For lavt arbejdstempo

3. Hvornår skal arbejdspladsen fortælle kommunen, at du er syg?

- A. Efter 20 dages sygdom
- B. Efter 30 dages sygdom
- C. Efter 40 dages sygdom

4. Dorte Mathiasen fik med FOAs hjælp erstatning efter en faldulykke. Hvor stort er erhvervs-evnetabet?

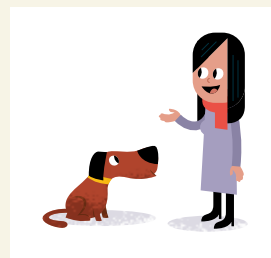
- A. 70 procent
- B. 75 procent
- C. 80 procent

5. Hvor mange timer må dagpenge- og efterlønsmodtagere arbejde frivilligt om ugen?

- A. 15 timer
- B. 20 timer
- C. 25 timer

6. Hvad hedder FOAs jobformidlingsservice?

- A. FOA JobService
- B. FOA JobHjælp
- C. FOA JobMatch



7. Hvor meget bruger hundeejere i gennemsnit på deres hund årligt?

- A. 4.620 kr.
- B. 5.840 kr.
- C. 6.140 kr.

8. Hvor mange af FOAs medlemmer har jævnligt konflikter på jobbet?

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



9. Vi er gået tæt på et af billederne i dette nummer af Fagbladet FOA. Hvad forestiller det?

- A. En pisk
- B. Enden af en fletning
- C. En fjer

det sker

23. september

Du kan udfylde dit dagpenge- eller efterlønskort på foa.dk.

2. oktober

Liv, ære, velfærd: Dialogmøde med forbundsformand Dennis Kristensen om farlige situationer på

arbejdspladsen, FOA SOSU, Godthåbsvej.

4. oktober

Mobiliseringsmøde for fællestillidsrepræsentanter under overskriften: 'Vi vil et Danmark for Velfærd', Odense Congress Center.

12. oktober

Strategimøde for OK18, hvor FOAs hovedbestyrelse forholder sig til medlemmernes ønsker og fastsætter krav til de kommende overenskomstforhandlinger.

24. oktober

Arrangement for FOA ledermedlemmer i Region Syddanmark om robusthed og relationel koordinering, FOA Odense.

24. oktober
FN dag.

10. oktober

Fagbladet FOA nr. 6/2017 udkommer.

14.-15. november

Landsmøde for neurofysiologiassistenter, Scandic Aarhus City.

Få hjælp til at finde dit næste job

FOA JobMatch

Jobformidling for FOAs medlemmer

FOA JobMatch er en gratis og landsdækkende
jobformidling til FOA-medlemmer og arbejdsgivere
Læs mere på foa.dk/jobmatch

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

BOLIGLÅN, HUSFORSIKRING OG MEGET MERE



Tjek alle dine FOA Fordele på
pensam.dk/foafordele eller ring **44 39 39 53**

FOA Fordele er nogle af de billigste lån og forsikringer på markedet – og kun til medlemmer i FOA. Så hvorfor ikke skyde papegøjen, hvis du kan?

PenSam

FOA