



FAGBLADET FOA

**LYT TIL OS
MADFOLKET VIL
INDDRAGES**

SIDE 6



KOST & SERVICE

FOAS MEDLEMMER HAR IDÉERNE

KLIMA KAPLØBET

SIDE 26-33

Få rabat på en masse oplevelser

– se mere på **pluskort.dk**

PlusDyr.

ZOO byder på alverdens spændende oplevelser i sommerferien og mere end 4.000 fantastiske dyr.

10%



PlusOplevelser.

Sæt et kryds i kalenderen, og tag hele familien med i Tivoli Friheden, hvor mange gode oplevelser venter.

Spar op til 37%



PlusKlodser.

Uanset om du foretrækker fart, action eller hygge, er der masser af sjove oplevelser for hele familien.

Spar 139 kr. pr. billet



PlusForlystelser.

Sommer i Tivoli er en eventyrlig tid. Nyd en gåtur i Haven eller prøv nogle af de mange forlystelser.

Særpris

TIVOLI

PlusPjerrot.

På Bakken er der oplevelser, masser af underholdning, vilde forlystelser samt hyggelige restauranter.

20%

Bakken

PlusSjov.

Prøv Hundepurten, Svend Svingarm og alle de andre skøre forlystelser i BonBon-Land.

25%



FOA PlusKort.

Der tages forbehold for trykfejl og ændrede rabatafbalder. Læs vilkår og betingelser for rabatafbalderne på pluskort.dk

SNAPSHOT
STERILCENTRALEN
SIDE 18

INDHOLD

Chefredaktørens leder

SIDE 4

**Fag og fremtid:
Køkkenansatte vil inddrages**

SIDE 6-7

FOKUS Mobning

Sådan ændrede plejecenter flere
års skidtsnak til godt arbejdsmiljø

SIDE 8-13

Groft sagt

SIDE 14

Min vej: Mød engageret sosu-lærer

SIDE 15

Formandens klumme & debat

SIDE 16-17

Snapshot: Rigets nye sterilcentral

SIDE 18-21

Fagligt talt

SIDE 22-23

Brug FOA: Erstatning skyldtes held

SIDE 24-25

INDBLIK Klimakapløberne

Stor undersøgelse: FOAs medlemmer
vil gerne deltage i klimakampen

SIDE 26-33

Tæt på: OK21

SIDE 34-35

Forskerzonen: Grønne mellemmåltider

SIDE 37

A-kassen: Feriedagpenge

SIDE 38

Mad på farten

SIDE 39

Det sker

SIDE 40-41

Quiz

SIDE 42

**FAG OG
FREMTID
MADPÆDAGOGIK
SIDE 6**



**OK21
DINE KRAV
SIDE 34**



”
ALENE DET, AT MAN IKKE KAN FÅ ØJENKONTAKT MED SINE KOLLEGER,
NÅR MAN FORTÆLLER OM NOGET, GÅR DIREKTE I HJERNEN PÅ OS
I BOGSTAVELIGSTE FORSTAND. **SIDE 12**

MILLE MORTENSEN
FORSKER I MOBNING

VIRUSSEN SKYGGER FOR KLIMAET

LEDER | I det seneste halve år har tanker om smitte og sundhedsvæsen fyldt mere i vores hoveder end bæredygtighed og biodiversitet. Coronavirus har vendt op og ned på vores liv – herunder vores mere eller mindre miljørigtige vaner.

På plussiden har vi rejst mindre med bil, bus og fly. Vi har købt mere dansk, og mange af os har genfundet glæden ved den danske natur.

Omvendt har vi for at beskytte os brugt flere kemikalier og mere udstyr, der kun kan bruges én gang – mundbind, handsker, bestik, papirservietter og så videre. Det har vist sig at være nødvendigt.

På minussiden har coronasmitten ligeledes sat en stopper for topmøder, hvor landene skulle forpligte sig på politikker og strukturelle tiltag. Og flere kommuner, regioner og arbejdspladser har aflyst møder og snakke om for eksempel klimavenlig mad og grønne mål.

Lysten til at gøre noget for klimaet er ellers stor blandt FOAs medlemmer, fremgår det af en ny undersøgelse. Desværre oplever tre ud af fire, at ledelsen ikke inddrager dem tilstrækkeligt i klimatiltagene på jobbet. Det er bestemt ikke smart, for inddragelse af både borgere og ansatte er afgørende, hvis de gode intentioner skal gå fra strategi og salgsgas til reel handling og forandring.

Hvis virussen er en aktuel test på, om vi tager klimaet alvorligt nok, så kan medarbejderindflydelse og lytten til de gode idéer fra frontlinjen godt være den næste vigtige test. ★

Gitte Hejberg

GITTE HEJBERG
ANSV. CHEFREDAKTØR

LÆS MERE
OM OK21
SIDE 34

”

DESVÆRRE OPLEVER TRE UD AF FIRE, AT LEDELSEN IKKE INDDRAGER DEM TILSTRÆKKELIGT I KLIMATILTAGENE PÅ JOBET.



@GITTEHEJBERG



HVAD MENER DU?

Hvad er dit største ønske til OK21?

AF JOACHIM PLOUG HANSEN



Bedre normering er vigtigst

Louise Maria Dandanell

Social- og sundhedsassistent
Plejecenter, Jammerbugt Kommune

Jeg ved godt, at normeringer ikke er en del af forhandlingerne, men det burde de være. Vi har et enormt ansvar for de mennesker, der har brug for hjælp til at blive passet, og det vigtigste er, at vi er nok folk på gulvet til at klare det.



Lønstigning i kroner og øre

Henrik Wolsing Jensen

Teknisk serviceleder
Ishøj Skole, Ishøj Kommune

Jeg ønsker, at vores grundløn bliver højere. Og stigningen skal være i kroner og øre i stedet for procenter. Jeg får selv en udmærket løn, men som tillidsrepræsentant synes jeg, at 'mine' medhjælpere fortjener at blive værdsat højere, end de gør nu.



Kortere åbningstid

Charlotte Rye

Dagplejer
Daginstitutionen Vasegården
Ringkøbing-Skjern Kommune

Med en 48-timers arbejdsuge og ekstra rengøring har jeg følt mig presset. Og jeg forventer, at der stadig vil være ekstra fokus på rengøring i fremtiden. Derfor ønsker jeg, at der bliver skåret i åbningstiden, så rengøringen kommer til at indgå i de 48 timer.

NÆSTEN ALLE COVID-19-ARBEJDSSKADER ANERKENDT

Midt på sommeren meddelte Arbejdsmarkedets Erhvervs-sikring, at stort set alle foreløbige anmeldelser af covid-19 er blevet anerkendt som arbejdsskader. Det er vigtigt, for den anerkendelse er afgørende for, at der kan udbetales erstatning, hvis der opstår senfølger – og det skønnes, at de gener skal udløse en økonomisk kompensation.

KILDE: ARBEJDSMARKEDETS ERHVERVSSIKRING



FOTO: SCANPIX



FOTO: TOBIAS STJØSEN

BRÆNDER FOR AT TALE SOSU-FAGET OP

Historier om omsorgssvigt i ældreplejen har ikke taget modet fra den nyuddannede social- og sundhedsassistent Cecilie Brandt Lund.

”Tværtimod. Det giver mig mere blod på tanden, og jeg vil være med til at bære den fane, der kan skabe forandring, hvor der er behov for det,” siger hun.

Hun er ambassadør for uddannelsen og føler stor trang til at tale faget op. ”Vi må aldrig sige, at vi ’bare’ er social- og sundhedspersonale. Vi skal være megastolte af det – og forklare hvorfor.”



Læs mere
fagbladetfoa.dk/tal-faget-op

REDAKTION

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

Morten Bruun
redaktionschef
mobr@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 97

4

nye kommuner er på vej til at indføre røgfri arbejdstid. Hørsholm indfører det i 2020, hvorefter Hillerød, Gentofte og Lolland følger trop i 2021. I dag er 50 kommuner røgfrie.

KILDE: KRÆFTENS BEKÆMPELSE

KLIMAVENLIG MAD: LIDT HAR OGSÅ RET

Seks ud af 10 danskere vil gerne spise mere klimavenligt, men mange har ikke lyst til helt at undvære kød. Derfor har regeringen lanceret 22 tips på klimatips.dk til at gøre måltiderne lidt grønnere – ud fra mottoet, at det har et stort potentiale, hvis vi er mange, der ændrer lidt i vores madvaner. Det kan for eksempel være at strække portionen til flere ved at tilsætte revet rodfrugt til kødfarsen.



Læs mere
Klimatema side 26

Udgiver:

FOA

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

Madfolket vil have mere indflydelse

Alt for ofte bliver køkkenansatte kørt ud på sidesporet. Det vil personalet selv og flere eksperter have lavet om på.

AF RIKKE JUNG RASMUSSEN | FOTO: JØRGEN TRUE

Mange køkkenansatte føler, at de tilhører 'B-holdet' i personalegruppen. De deltager ikke på møderne og bliver sjældent inddraget i det pædagogiske arbejde. Det bør ændres, mener Mine Sylow, etnolog og konsulent i det hedengangne Københavns Madhus.

Hun var tovholder på en temadag for køkkenansvarlige i daginstitutionerne, som handlede om, hvordan de får mere indflydelse.

"Der er et udbredt ønske om at blive inddraget. Flere af køkkenmedarbejderne giver udtryk for, at de nu vil presse på for at komme med på personalemøderne," siger Mine Sylow.

Ifølge hende kan det være ødelæggende for samarbejdsklimaet, hvis køkkenpersonalet ekskluderes. Og det går ud over børnene. Det samme mener Karen Wistoft, professor ved DPU, Aarhus Universitet.

"Måltidet skal tages mere alvorligt, for det er i de hyggelige stunder omkring spisebor-

det, hvor børn og voksne snakker og smager på maden, at børnenes lyst til at spise, deres smagskompetencer og sociale omgang med vennerne udvikles," siger Karen Wistoft.

Bliv bedre til at blande jer

Ekspertene anbefaler, at køkkenpersonalet deltager i møderne og får mulighed for at komme med input til at give måltidet en større rolle. Det kunne være i forbindelse med temadage i institutionen. Derudover bør køkkenmedarbejdere i højere grad deltage under måltiderne for at få en dialog med børnene om maden.

"Når så få deltager på personalemøderne, er det ofte fordi, at ledelsen ikke ser eller forstår, hvilke faglige ressourcer køkkenet har i forhold til det pædagogiske arbejde. De køkkenansvarlige er måske også bange for at blande sig, og det kan de blive bedre til," siger Mine Sylow. ★

KØKKENANSVARLIG SUSIE ØSTERGAARD LASSEN:

VI DELTAGER PÅ LIGE FOD

Indretningen i den integrerede institution Børnehuset Legegød på Vesterbro i København afspejler, at køkkenpersonalet har haft en finger med i spillet. Blandt andet er en væg malet med forskellige spiselige fisk. Et andet sted er der anrettet en disk i børnehøjde med råvarer og duftglas, og der er åbnet til køkkenskabene, så børnene selv kan

tage service og være med til at dække bord.

Alle beslutninger er taget i samarbejde med den øvrige personalegruppe. Hver måned deltager køkkenansvarlig Susie Østergaard Lassen på personalemøderne på lige fod med de andre ansatte.

"Jeg er i højere grad blevet en del

af huset og bliver ikke længere betragtet som et serviceorgan, som 'bare' laver mad. Nu udøver jeg også madpædagogik med det øvrige personale," siger Susie Østergaard Lassen.

Gladere for deres arbejde

Samarbejdet mellem de forskellige personalegrupper har ikke altid væ-



Pigerne genkender de fleste fisk, der er malet på væggen i Børnehuset Legegød. "Fiskevæggen" er et godt udgangspunkt for at snakke om maden, og hvor den kommer fra, siger køkkenansvarlig Susie Østergaard Lassen.

GUIDE SÅDAN SÆTTER DU DIG SELV I SPIL

- Deltag i personale-møderne. Ikke bare det første kvarter, men hele mødet. Det starter en proces, hvor du i højere grad bliver opfattet som en del af huset og får mulighed for at byde ind med idéer.
- Møder du modstand til dine idéer fra ledelsen, så hav is i maven og prøv igen på et senere tidspunkt. Ofte er det spørgsmål om timing og vedholdenhed og ikke så meget, hvem der har idéerne.
- Stå fast på, at du ved bedst, når det kommer til ernæring, og at der derfor er en grund til doseringen af eksempelvis salt og sukker i maden.
- Hvis du ønsker, at noget skal være anderledes, så hav modet til at sige det højt.
- Find inspiration og støtte hos andre køkkenansatte – de har med garanti nogle af de samme erfaringer.
- Sørg for at holde dig opdateret på de seneste anbefalinger fra myndighederne.
- Pres på for at komme på kurser.

KILDE: KØKKENANSVARLIG SUSIE ØSTERGAARD LASSEN, BØRNEHUSET LEGEGØD OG PÆDAGOGISK LEDER LIS KLEMENSEN, BARNDOMMENS GADE.

ret lige frugtbart. Det fortæller pædagogisk leder Lis Klemensen, som er en af initiativtagerne bag køkkendialoggruppen – en sammenslutning af køkkenpersonale fra hele klyngen.

"Førhen var der ikke meget dialog mellem køkkenpersonalet og de øvrige medarbejdere, og mange køkkenansatte følte sig oversete og kritiseret. Dialoggruppen har gjort det legitimt for køkkenet at sætte dagsordenen, og mange giver udtryk for, at de er

blevet glattere for deres arbejde," siger Lis Klemensen.

Køkkenpersonalet deltager også jævnligt i kurser og temadage for at styrke fagligheden, fortæller Susie Østergaard Lassen.

"Jeg er blevet mere bevidst om, hvor stort et ansvar jeg har. Jeg skal både være dygtig til at lave velsmagende, ernæringsrigtig mad samt gøre børnene nysgerrige på maden, så de får lyst til at smage nyt." ★ REDAKTIONEN@FOA.DK

SÅ FIK VI NOK

Efter flere år med grov mobning blandt kollegerne på Plejecenter Plushøj i Rødvig lykkedes det at vende den ødelæggende kultur til et sundt arbejdsmiljø.

FOKUS ER SKREVET AF LINNEA KADZIOLA, REDAKTIONEN@FOA.DK | FOTO: JØRGEN TRUE



Du har hovedet hele vejen oppe i røven på sygeplejersken. Tror du, du er bedre end os. Hvis du ikke kan lifte alene, er det nok ikke her, du skal blive.”

For godt to år siden var det sådan, nye medarbejdere på Plejecenter Plushøj i Rødvig på Stevns risikerede at blive mødt af deres kolleger. Dengang var Plushøj truet af lukning – og der herskede en mobbekultur med bagtaleri, onde kommentarer og ignorering.

Det hele kulminerede i sommeren 2018. 1. juni blev der budt velkommen til fire nye medarbejdere. To måneder senere havde tre af dem fået nok og sagde op. På grund af mobning.

Social- og sundhedsassistent Margit Lippert har arbejdet på plejecentret i 10 år. Hun lægger ikke skjul på, at det var en forfærdelig tid.

”Jeg havde hele tiden den der fornemmelse af, at der blev snakket om mig. Jeg følte mig holdt udenfor og var



**FÆRRE
BLIVER
MOBBET PÅ
JOBDET**
SIDE 12

meget alene med arbejdsopgaverne. Til sidst følte jeg, at det var mig, der var noget galt med, og jeg måtte søge psykologhjælp,” siger Margit Lippert.

Mobning i det skjulte

Sommeren 2018 markerede dog også et vendepunkt. Det blev besluttet at bevare Plushøj, og 1. juli blev Yvonne Herzberg ansat som leder. En af hendes første opgaver var at hjælpe de tre nyansatte, der var bukket under for

mobningen og var på vej væk fra arbejdspladsen. Derefter kunne hun danne sig sit eget overblik.

”Jeg var overrasket over det lave faglige niveau, den rå tone blandt medarbejderne og den måde, der blev talt ned til borgerne på,” siger Yvonne Herzberg.

Med hjælp fra FOA Køge lavede hun en APV (arbejdspladsvurdering, red.), der kastede lys over den mobbekultur, der kom til udtryk ved grupperinger

For godt to år siden var det psykiske arbejdsmiljø i bund på Plejecenter Plushøj. Efter et lederskifte og en APV er der nu god stemning og plads til faglig kritik – og sosu-hjælper Erna Maruf, som netop er begyndt at læse til assistent, sosu-assistent Margit Lippert, leder Yvonne Herzberg og arbejdsmiljørepræsentant Trina Nissen har fået en god arbejdsplads.

FORTSÆTTES PÅ SIDE 10





Yvonne Herzberg
Leder



Erna Maruf
Social- og sundhedshjælper
(læser nu til assistent)



Trina Nissen
Arbejdsmiljørepræsentant

→ FORTSAT FRA SIDE 9

og konflikter mellem faggrupperne. Yvonne Herzberg kunne se, at det hovedsageligt udspillede sig blandt en gruppe på fem af de i alt 20 medarbejdere på Plushøj.

"Jeg havde først en forventningssnak med alle medarbejderne og var forstående over for, at de i lang tid havde gået uden en daglig leder i huset," siger Yvonne Herzberg med henvisning til, at hendes forgænger også havde stået for ledelsen på et andet plejehjem, mens Plushøj var truet af lukning.

"Hun havde altså ikke været til stede på Plushøj i dagligdagen og havde

ikke set, hvad der foregik. Men da mobningen fortsatte, fortalte jeg, at de fem måtte ændre adfærd eller kraftigt overveje at finde et andet arbejde," fortæller Yvonne Herzberg.

Styrket samarbejde

Et par stykker valgte at sige op, og herefter begyndte arbejdet med at genopbygge det psykiske arbejdsmiljø for alvor. Den indsats lykkedes – og det er social- og sundhedshjælper Erna Maruf glad for. Hun er den eneste af de fire, der blev ansat i juni 2018, der 'overlevede' den barske velkomst.

"Det var svært at være ny, og jeg havde det som en lus mellem to negle. Men det ændrede sig heldigvis," siger Erna Maruf, som netop er begyndt at læse til assistent.

Ifølge arbejdsmiljørepræsentanten, social- og sundhedsassistent Trina Nissen, skyldes det ikke mindst, at der er sat fokus på samarbejdet.

"Vi er blevet opmærksomme på, hvor

20%

af FOA-medlemmerne har været udsat for mobning på deres arbejdsplads inden for det seneste år. I 2017 var det 23 procent.

KILDE: FOA-SUNDERSØGELSE OM MOBNING, JUNI 2019



der er brug for ekstra hjælp. Før i tiden havde man sin egen gruppe, og så kunne de andre sejle deres egen sø. Nu rokerer vi på afdelingerne og arbejder sammen, fordi vi har tydeliggjort opgaver og ansvarsområder, sat fagligheden i højsædet og arbejdet målrettet med respekt for den enkelte kollega og beboer,” siger Trina Nissen.

Nu hviler jeg i mig selv

Endelig er der skabt en kultur med plads til faglig kritik. Og i modsætning til mobbeperioden behøver man ikke længere tage kritikken personligt – ligesom man heller ikke behøver at være bange for at såre kollegerne.

Det har betydet, at social- og sundhedsassistent Margit Lippert nu har genfundet sin sikkerhed og faglighed i sit arbejde og for første gang i flere år nu glæder sig til at gå på arbejde.

”Jeg hviler mere i mig selv nu,” siger hun. ★

GUIDE PLUSHØJS 7 RÅD TIL ET GODT PSYKISK ARBEJDSMILJØ

1. Grib ind ved den mindste mislyd.
2. Vis gensidig respekt for din kollega.
3. Respekt mellem faggrupperne og løsning af opgaverne.
4. Hav tillid til, at din kollega løser opgaven.
5. Faglig sparring i stedet for kritik.
6. Der skal være en klar opgavefordeling, så ingen er i tvivl.
7. Hver faggruppe har sine ansvarsområder, og alle ansvarsområder er lige vigtige.

KILDER: LEDER YVONNE HERZBERG OG AMR TRINA NISSEN



JEG BLEV HOLDT UDENFOR

Margit Lippert

Social- og sundhedsassistent

Plejecenter Plushøj, Rødvig på Stevns

Da mobberiet var værst, blev jeg ofte ked af det. Det skete for eksempel når ...

- jeg adskillige gange kunne læse på Facebook, at mine kolleger havde været sammen under private former uden at invitere mig og enkelte andre. De takkede hinanden for en hyggelig aften og sørgede for, at vi andre kunne se det.
- jeg talte med en kollega, og vi blev afbrudt af en anden kollega, der hilste hjerteligt på hende, jeg talte med, men ignorerede mig fuldstændigt.
- jeg havde travlt hos en borger, og en kollega ringede til mig og spurgte, hvad jeg lavede. Hun sagde bare: ’Det må du da hygge dig med’. Jeg vidste, at de som så mange gange før havde siddet et stykke tid og holdt pause, selvom de var klar over, jeg ikke var færdig.
- jeg brød ind i deres pause og sagde, jeg havde brug for hjælp. Kun en rejste sig modvilligt.



Færre bliver mobbet på jobbet

Hvert femte FOA-medlem har været udsat for mobning på deres arbejdsplads inden for det seneste år. I 2017 gjaldt det knap hver fjerde.

FOKUS MOBNING

Mobning rammer 20 procent af FOAs medlemmer på arbejdspladsen.

Det viser en medlemsundersøgelse, og selvom det resultat i sig selv ikke er opmuntrende, gemmer der sig alligevel en god nyhed bag tallene: Undersøgelsen fortæller nemlig, at mobning på arbejdspladsen er reduceret med tre procentpoint siden 2017. Og det glæder Jens Nielsen, forbundssekretær i FOA med ansvar for arbejdsmiljø.

"Vi har en forhåbning om, at det materiale, FOA sammen med arbejdsmarkedets parter har lavet for at forebygge mobning, er begyndt at virke. Det kan også være fordi, der er kommet en bevidsthed om problemet, og man taler om det på arbejdspladserne," siger Jens Nielsen.

Trods den positive udvikling er mobning stadig en større udfordring blandt FOAs faggrupper sammenlignet med den øvrige del af befolkningen, hvor 11 procent oplever mobning.

"Vi er så uheldige, at vores medlemmer er udsat for en større belastning i arbejdslivet, end man normalt er. Vi frygter, at det også går ud over de borgere, vi skal hjælpe," siger Jens Nielsen.

Han appellerer derfor til, at arbejdspladserne fastholder indsatsen for at komme mobning til livs.

"Tallet skal længere ned. Det lykkes

kun, hvis arbejdsfællesskabet er bevidst om, at mobning kan forekomme – og at der i arbejdsfællesskabet er enighed om kerneopgaven," siger Jens Nielsen.

Mobning stresser

Mille Mortensen er cand.mag. i psykologi på Københavns Universitet og forsker i mobning på arbejdspladsen. Hun forklarer, at der ikke skal meget til, før mobning har en stor effekt på udviklingen af stress.

"Alene det, at man for eksempel ikke kan få øjenkontakt med sine kolleger, når man fortæller noget, går direkte i hjernen på os i bogstaveligste forstand. Det aktiverer vores trusselssystem, og står det på længe nok, kan man få stresssymptomer," siger hun.

Det kommer også til udtryk i FOA-undersøgelsen. Her fremgår det, at blandt dem, der har været udsat for mobning, er der flere, der føler sig stressede, ligesom de har flere sygedage – sammenlignet med dem, der ikke har været udsat for mobning.

"For samfundet koster det mange penge, og på arbejdspladsen går det ud over arbejdsmiljøet og det faglige arbejde. Vi skal derfor stoppe med at placere skyld og skam hos den enkelte og i stedet tale om problemerne kollektivt," siger Mille Mortensen. ★



GUIDE

GØR MOBNING TIL ET FÆLLES ANSVAR

1

Fokuser på arbejdsfællesskabet

Mobning handler ikke om onde mennesker, men onde mønstre. En leder skal være særlig opmærksom på ikke at gøre det til den enkeltes problem eller ansvar, men forstå, at det er et tillidsfuldt og rummeligt arbejdsfællesskab, de skal udvikle. Også selvom de oplever, at konflikter primært udspiller sig blandt nogle få.

2

Find mobningens funktion

Inden man forsøger at løse problemerne, skal man som leder prøve at forstå, hvad mobning tjener af funktioner. Det kan for eksempel være, at personalet føler sig pressede til at skulle arbejde mere for færre ressourcer, og værner sig til at takle det ved at optræde uhensigtsmæssigt eller måske ligefrem grænseoverskridende overfor hinanden.

3

Opbyg psykologisk sikkerhed

Det handler om at udvikle en tillid og tryghed, så alle føler, de kan sige, hvad de har på hjerte uden frygt for at blive afvist, latterliggjort eller udstødt fra fællesskabet. Måden er at lytte anerkendende med respekt for hinandens oplevelser og følelser uden at (for)dømme dem.

4

Dyrk uenighedskultur

Vi oplever ofte virkeligheden forskelligt, og det er ikke noget problem at være uenige. Problemet opstår, når vi taler om hinanden i stedet for til hinanden. At skabe plads til uenighed og rummelighed af idéer øger kreativitet, effektivitet og gør arbejdsfællesskaber mere innovative.

5

Søg hjælp udefra

Man bliver let blind på egen praksis. Det er en god idé at hente hjælp udefra af professionelle, som kan kaste et nyt blik på den dagligdag, som problemerne udspiller sig i. Det er vigtigt, at vedkommende er klar over, at det ikke handler om at placere skyld og skam over enkelte personer, men i stedet arbejder for mere sammenhængskraft i arbejdsfællesskabet.

35%

af de medlemmer, der har været udsat for mobning, oplever høj grad af stress. Blandt dem, der ikke har været udsat for mobning, oplever 17 procent høj grad af stress.

KILDE: FOAS MOBNINGSUDBETRÆK, JUNI 2019



VENTETID

I tæt på to år har politikerne diskuteret nye vilkår for tidlig tilbagetrækning for Arne, Anne og alle de andre nedslidte på arbejdsmarkedet. Nu skal det være, siger beskæftigelsesministeren, som håber at lande en aftale dette efterår – før det er for sent for Arne og Anne.

ILLUSTRATION: GITTE SKOV

JENNIE NIELSEN, VINDER AF
POLITIKENS UNDERVISNINGSPRIS
I ERHVERVSSKOLEKATEGORIEN 2020

INGEN SKAL FØLE SIG DUMME

AF CECILIE UHRE | FOTO: HEIDI LUNDGAARD

I gymnasiet fik jeg 03 til min latineksamen, og min lærer sagde: "Jeg vidste godt, du var dum Jennie, men jeg vidste ikke, du var så dum." Mit mantra har lige siden været, at ingen skal føle sig dumme.

Efter min studentereksamen troede jeg, at jeg skulle være fotograf eller lærer, men så fik jeg sommerferiejob som ufaglært i hjemmeplejen på Langeland. Det var enormt givende at arbejde med mennesker. For første gang følte jeg, at jeg havde fundet min hylde. Jeg uddannede mig til social- og sundhedsassistent og arbejdede syv år på et bosted for mennesker med senhjerne-skade. Her tog jeg en efteruddannelse i neuro-pædagogik.

En dag fik jeg et opkald fra et psykiatrisk botilbud i Odense Kommune. De tilbød mig et job. Det var helt vildt at blive headhuntet.

I psykiatrien var der en kvinde med paranoid skizofreni, som ikke havde været uden for sin dør i et år. Jeg prøvede at få hende med ud mange gange, men hun stoppede altid ved døren. Her lå en sort måtte. En dag flyttede jeg den, og så gik hun ud. Jeg elskede at være i psykiatrien. Jeg kan godt lide at lykkes med at forstå folk, som andre ikke kan forstå.

Efter fire år ville jeg gerne prøve noget nyt. Jeg ville gerne arbejde mere elevrettet. Siden min tid på botilbuddet har jeg været praktikant-vejleder, og jeg kan vildt godt lide at se de frem-skridt, jeg er med til at skabe hos eleverne. Jeg søgte et undervisningsjob hos SOSU-Fyn. Og fik det. Jeg plejer at sige til eleverne, at hver gang, de har en succesoplevelse, skal de rulle den i glimmer og sætte den op på deres indre kamin-hylde og kigge på den, når de oplever noget udfordrende. Mange af dem har jo gennem deres skolegang fået at vide, at de ikke kan noget. ★

| CV |

2018: Underviser på SOSU-Fyn

2013-2017: Psykiatrisk bosted, Tornbjerggård

2007-2013: Bostedet Svovlhatten

2011: Specialpædagogisk efteruddannelse i neuropædagogik

2004: Uddannet social- og sundhedsassistent i Svendborg

2001: Sproglig student

EN SOMMER I MODVIND

STRIIBEN | Sidste år så vi dokumentar om daginstitutioner bag facaden, og denne sommer blev det plejecentre bag facaden. Lad mig sige det klart: Hverken nedværdigende sprogbrug, manglende faglighed eller omsorgssvigt kan forsvares. Det er slet ikke i orden, og vi skal medvirke til at sætte ind over for det, alt det vi overhovedet kan.

Men jeg er også blevet stærkt provokeret over dem, der har talt hele ældresektorens personale ned med nedværdigende beskrivelser af manglende empati, dårlig uddannelse, og hvad der ellers er blevet sagt af vederstyggeligheder i debatten. Vi har givet igen, men har også forsøgt at få debatten til at handle om, hvad vi kan gøre for at sikre, at det ikke sker. At forråelsen ikke får fat. Heldigvis har der været lige så mange reaktioner og fortællinger om, hvor glade borgere og pårørende er for FOAs medlemmer.

Der ER sket meget gennem de seneste 10 års besparelser i den offentlige sektor. Det er fakta, at arbejde under pres gennem mange år fører til, at tolerancetærsklen skubber sig, og at afmagtsfølelsen kan føre til kynisme og forråelse. Det er fakta, at der er blevet mindre tid til faglig refleksion, og at der er færre praksisnære ledere. Og det er også fakta, at der mange steder har udviklet sig en kultur, hvor ytringsfriheden er blevet til en tavshedskultur.

FOA fællesskabets arbejde for flere uddannede, flere på fuldtid, bedre arbejdsmiljø, arbejdsfællesskaber, bedre løn og arbejdsvilkår er ikke blevet mindre relevant. Vi skubber fortsat på. Vi skal også fortsat tage stærk afstand fra skjult kamera, det er IKKE vejen frem. Det skal FOAs medlemmer ikke udsættes for. Til gengæld skal vi passe vores arbejde, som om vi selv gik rundt med et kamera på skulderen.

Vi relancerer dialogspillet 'Sig det højt – gør det fagligt' og opfordrer til, at I bruger det på arbejdspladsen, så vi giver det bedste, vi har, og kræver til gengæld, at ressourcerne til at levere den ønskede kvalitet er til stede. Tag debatten med rank ryg og vær stolte af jeres fag. ★

MONA STRIIB
FORMAND

”

HVERKEN NEDVÆRDIGENDE SPROGBRUG, MANGLENDE FAGLIGHED ELLER OMSORGSSVIGT KAN FORSVARES.



@STRIIBMONA

HVAD
MENER
DU?

OM UDDANNELSE

Vi har plukket kommentarer fra en af debatterne på Facebook. Fagbladet FOA har ringet til Karina Fugl Jensen for at høre, hvad der fik hende til tasterne.



Deltag i debatten

facebook.com/foadanmark

Vi forbeholder os ret til at forkorte indlæggene.





Karina Fugl Jensen



Karina Fugl Jensen

Det burde være sådan fra starten af, at man kunne få, hvad der svarer til dagpengesatsen, så mange ikke hopper fra undervejs, da de skal knokle med ekstra arbejde ved siden af SU. Det ville også være skønt, hvis elevlønnen også svarede til dagpengesatsen, når man ikke får voksnelevløn.



KARINA FUGL JENSEN

DET VIL FÅ FLERE TIL AT SØGE IND

Det er en god idé, at ledige nu kan få tilbud om en dagpengesats på 110 procent for at starte på social- og sundhedshjælperuddannelsen. Jeg kender en del med børn, som er hoppet fra uddannelsen, fordi elevlønnen har været for lav, og de skulle have et arbejde ved siden af. Samtidig er der en masse lektier, og nogle gik ned med stress. Så jeg tror helt klart, at det vil få flere til at søge ind, hvilket jo er rigtig godt. Jeg ville dog ønske, at tilbuddet også gjaldt for dem, der søger ind på social- og sundhedsassistentuddannelsen. Jeg er selv i gang med uddannelsen og skal snart starte på hovedforløbet. Hvis jeg fik en løn, der svarede til dagpengesatsen i stedet for almindelig elevløn, ville det gøre det nemmere for mig, da jeg har to børn. Så ville jeg ikke behøve at arbejde ved siden af, og jeg ville have mere tid til at passe min skole. ★ JPHA@FOA.DK

ANDRE SKREV

8. JULI 2020

Birte Jensen

En god idé, når der mangler hjælpere. Forstår bare ikke, at der ansættes ufaglærte, når fast personale gerne vil op i tid. Men det kan ikke lade sig gøre – så hellere ansætte en masse unge ufaglærte afløsere. Det er ikke rimeligt. Det bør FOA være obs på.

8. JULI 2020

Anette Vejby Ebbesen

Fedt, at det er en realitet. Men inden det vælter ud med nye kolleger, kunne det være en god idé at kigge skolerne og praktikstederne efter i sømmene. Ellers får vi igen uddannet kolleger uden de rigtige forudsætninger til at kunne varetage opgaverne.

8. JULI 2020

Louise Marie Haislund Barnekov

Det er derfor, at der er gentagne sager om omsorgssvigt, fordi de uddanner alt for mange, som slet ikke passer ind i omsorgsfaget. Så det bekymrer mig.



Tjek. "Hvis jeg ikke er grundig, bliver resultatet ikke optimalt," siger Meral Zorsöker, der blandt andet har til opgave at gennemgå de kirurgiske instrumenter og ved hjælp af en lup undersøge, om de er rene og virker, som de skal. Hun er uddannet tandtekniker og startede som steril-assistent for 11 år siden.

Her bliver instrumenter pinligt rene

På den nyåbnede og højteknologiske sterilcentral på Rigshospitalet spiller medarbejderne en nøglerolle. Det er nemlig sterilassistenterne, der står for at kvalitetssikre maskinernes arbejde. Til gengæld kan de ansatte glæde sig over, at robotter klarer tunge løft og grovrengøring, så der nu bliver mere tid til kerneopgaven – at kontrollere og sterilisere kirurgiske instrumenter til operationsafsnittene.

AF RIKKE KIM JUNG RASMUSSEN | FOTO JØRGEN TRUE



Superbruger. Steril-assistent Osman Hamad har været med fra starten af sterilcentralens opbygning. Som superbruger har han haft indflydelse på indretningen af alt fra hæve-sænkebordene, skærmenes placering og lysindfald. Det har betydet en klar forbedring af arbejdsmiljøet, fortæller han.



Uren afdeling. Sterilcentralen, som bryster sig af at være den mest automatiserede i verden, er opdelt i en ren og en uren afdeling. I den urene afdeling børster sterilassisterne instrumenterne rene for det værste snavs, blod og væv. Arbejdet kræver en høj sikkerhed og værnemidler som blandt andet handsker, mundbind og visir.

STERILASSISTENTER SØGES

Sterilcentralen på Rigshospitalet efterspørger sterilassistenter med ordenssans, teknisk flair og en sundhedsfaglig baggrund som eksempelvis operationstekniker, sosu-assistent, tandtekniker eller tandklinik-assistent. Alle sterilassistenter gennemgår et oplæringsforløb på Bispebjerg Hospitals sterilcentral. Under forløbet, som varer cirka et halvt år, lærer man blandt andet om infektionshygiejne, mikrobiologi, sterilisering og teknologi.

KILDE: STERILCENTRALEN, RIGSHOSPITALET

Ren afdeling. Efter instrumenterne er skyllet, vasket, desinficeret og tørret i en stor vaskemaskine, bliver de nøje gennemgået af sterilassisterne for at se, om de fungerer og er ordentligt rene. Det sker i den rene afdeling, hvor personalet kommer til gennem en sikkerhedssluse, hvor de afklæder sig værnemidler og gennemgår håndhygiejne.



Robothjælp. Tidligere skulle sterilassisterne selv bære og transportere kasserne med instrumenter. En kasse fyldt med operationsinstrumenter kan veje op mod otte kilo. Nu er det en førerløs AGV-robot, der bringer kasserne med instrumenter, og automatiske transportbånd sørger for, at personalet undgår tunge løft.

HOLD FAST I DEN STYRKEDE RENGØRING

FAGLIGT TALT | Det er sært, at der skulle en uhyggelig pandemi til, før vi fandt ud af, at renlighed ikke kun er behageligt og rart, men at en styrket hygiejne- og rengøringsindsats også gør en forskel for folkesundheden. Den ekstra rengøringsindsats i anledning af corona har også hjulpet på omgangssygdomme som den almindelige influenza. Allerede i marts var der et fald i antallet af influenzasmittede på 70 procent.

Så vidt så godt. Danmark har klaret sig gennem sommeren med et nogenlunde lavt smittetal. I hvert fald bedre end mange andre lande, som stadig kæmper med lokale og regionale udbrud. At vi har gjort det, skyldes ifølge eksperterne en kombination af afstandsregler, god hygiejne og et vejr, der har været til at være ude i.

Nu står efteråret for døren, og vi skal igen til at være mere indendørs. Derfor er der brug for en øget hygiejne- og rengøringsindsats i alle offentlige institutioner. Skal vi holde fast i den gode situation, Danmark trods alt står i, kræver det, at vi også nu, hvor corona på visse områder nærmest er blevet en vane, holder fast i den øgede opmærksomhed på afstand, håndsprit og hygiejne.

Det betyder, at vi skal afsætte de midler, der skal til for at fastholde rengøringen på et niveau, der kan holde corona og andre smitsomme sygdomme i skak. Har vi ikke lært andet af de seneste måneders kamp mod virussen, så har vi da lært, at god hygiejne er en investering, der betaler sig. ★

Pia Nielsen

PIA NIELSEN
SEKTORFORMAND

”

HAR VI IKKE LÆRT
ANDET AF DE SENESTE
MÅNEDERS KAMP
MOD VIRUSSEN,
SÅ HAR VI DA LÆRT,
AT GOD HYGIEJNE
ER EN INVESTERING,
DER BETALER SIG.



@KOSTOGSERVICE



KORT
OG
GODT



VARME SLÅR VIRUS IHJEL

Hvis man er syg med eksempelvis covid-19 eller bor i en husstand, hvor et medlem er syg, bør man vaske tøj ved en højere temperatur end normalt. Sådan lyder rådet fra overlæge ved Statens Serum Instituts Centrale Enhed for Infektionshygiejne Elsebeth Tvenstrup Jensen, som anbefaler, at håndklæder, sengetøj, vaskeklude, undertøj, karklude og lignende vaskes ved mindst 80 grader, mens andet tøj vaskes ved 60 grader.

KILDE: SAMVIRKE

49

procent af børnene

i indskolingen har udviklet håndeksem eller forværring af håndeksem, efter de kom i skole igen 15. april. For størstedelens vedkommende skete det indenfor tre dage.

KILDE: SPØRGESKEMAUNDERSØGELSE FRA HERLEV OG GENTOFTE HOSPITAL BLANDT 31.037 FORÆLDRE TIL BØRN I 0.-5. KLASSE

VIDSTE DU ...

- At coronavirus og andre vira som forkølelse og influenza kan påvirke smags- og lugtesansen?
- At man i videnskabelige test bruger duftpenne med 16 forskellige lugte til at teste lugtesansen?
- At du kan teste din lugtesans derhjemme med appelsin, pebermynte, terpentint, nelliker, læder, banan, hvidløg, roser, fisk, citron, kaffe, anis, kanel, lakrids, æble og ananas?

KILDE: SMAG FOR LIVET



Stor opbakning til Hygiejneugen 2020

På grund af coronakrisen har flere nye kommuner vist interesse for at deltage i Hygiejneugen. Det oplyser Rådet for Bedre Hygiejne, der står bag kampagnen. Hygiejneugen, som har eksisteret siden 2009, består blandt andet af aktiviteter på skoler, daginstitutioner og plejehjem. "For første gang nogensinde får vi i år støtte fra Nordisk Ministerråd, og flere norske kommuner

deltager, hvor det tidligere kun har været svenske og danske kommuner. Det er vi selvfølgelig meget glade for," siger Anders Miki Bojesen, der er formand for Rådet for Bedre Hygiejne. Hygiejneugen finder sted i uge 38, og det forventes, at omkring 60 danske kommuner vil medvirke.

KILDE: RÅDET FOR BEDRE HYGIEJNE

NOMINÉR EN ARBEJDSPLADS TIL HYGIEJNE-PRISEN

Kender du et hospital, et plejehjem, en børnehave eller lignende, der har gjort en særlig indsats for bedre hygiejne? Så kan du nu indstille et projekt, et produkt eller en virksomhed til Hygiejneprisen. Prisen uddeles hvert år af Rådet for Bedre Hygiejne og er tidligere gået til eksempelvis Erhvervsskolen TEC og et projekt om pædagogisk rengøring i Kolding. Deadline for at indstille et projekt er 1. november 2020.

KILDE: RÅDET FOR BEDRE HYGIEJNE

”
Corona skal lære os, at hygiejnen overfor vores mest sårbare – plejehjemsbeboere og hjemmehjælpsmodtagere og kronikere – skal være i top.

BJARNE HASTRUP
DIREKTØR I ÆLDRE SAGEN, I JYLLANDS-POSTEN

BLIV KLOGERE PÅ KONFLIKTHÅNDTERING

Mangler du redskaber til at forebygge konflikter på arbejdspladsen, er der gode råd at hente på BFA Service og Turismes halvdagskonferencer i efteråret. Konferencerne finder sted i København, Nyborg, Middelfart og Silkeborg og er gratis at deltage i. Der er 50 pladser til hver conference.



Læs mere
bfa-service.dk/konflikt2020



DROP SUKKER-FORSKRÆKKELSEN

Forældres sukkerforskrækkelse har taget overhånd, og daginstitutionernes sukkerpolitikker er blevet for restriktive. Det mener forfatterne bag bogen 'Madro', som advokerer for, at børn i højere grad skal have lov at bestemme, hvad de vil spise for at få et sundere forhold til mad. Blandt andet bør slik ikke ophøjes til noget, man kun spiser om fredagen, for så er der en tendens til, at børnene spiser mere af det usunde.

KILDE: POLITIKEN

”Jeg tudede, da jeg kom på førtidspension”

Sosu-hjælper Mirsada Totic blev slidt ned af sit elskede job. Kun ved et tilfælde opdagede hun, at hun kunne få erstatning.

AF ANNE METTE FUTTRUP | FOTO: LARS HORN

KEND DIN RET

HAR DU OGSÅ SMERTER?

Du skal anmelde det som en arbejdsskade, uanset om dine smerter stammer fra en ulykke eller skyldes langvarig nedslidning på jobbet. Sådan gør du:

- Gå til lægen med dine smerter. Lægen har pligt til at anmelde sagen til Arbejdsmarkedets Erhvervssikring (AES), hvis der er formodet eller konstateret erhvervssygdom.
- AES træffer afgørelser efter arbejdsskadeloven, blandt andet om der er sammenhæng mellem en sygdom eller en skade og arbejdsopgaver.
- Kontakt din tillidsrepræsentant eller FOA-afdeling og få hjælp til at køre en eventuel erstatningssag. De elementer, der afgør, om du kan få erstatning, er varigt men og tab af erhvervsevne. Udgifter til behandling vurderes også.

KILDE: FAGLIG SEKRETÆR LEIF VEST-BJERG-NIELSEN, FOA NORDJYLLAND

I efteråret 2015 blev Mirsada Totics smerter i ryggen så slemme, at hun måtte deltidssygemeldes fra sit arbejde som social- og sundhedshjælper på plejehjemmet Uttrupgård i Nørresundby.

Da hun var bekymret for, hvad det ville betyde for hendes mulighed for efterløn, ringede hun til FOA Nordjylland. Og den samtale ændrede hendes verden, fordi sagsbehandleren spurgte om årsagen til sygemeldingen.

”Jeg havde frygtelig ondt i ryggen og havde talt med min leder og min læge om det flere gange. Lægen sagde, at det var muskelspændinger og gav blokader, og min leder hjalp mig blandt andet til akut-fysioterapeut i kommunen. Men det blev bare værre, og da jeg for eksempel fik svært ved at give beboerne støttestrømper på, blev jeg deltidssygemeldt,” fortæller Mirsada Totic.

Lægen skal anmelde smerter

Hun havde nævnt for sin læge, at smerterne måske var en arbejdsskade, men da hun ikke kunne angive en dato for en specifik skade, afviste lægen tanken. Her var det så, at FOAs sagsbehandler i telefonen kom med den afgørende anbefaling:

”Jeg skulle gå til læge igen og forklare, at mine rygsmerter skulle anmeldes – også selvom der ikke var sket en ulykke. I dag er jeg lykkelig for det råd og for, at FOA kender lov og regler og har været med mig hele vejen.”

For rygproblemerne var ikke muskelspændinger. De skyldtes nedslidning, har Arbejdsmarkedets Erhvervssikring for nyligt vurderet. Siden sygemeldingen i 2015 har Mirsada Totic gennemgået to operationer for diskusprolapper, job-aflklaringsforløb, ressourceforløb, været op og ned i arbejdstid og forsøg med andre arbejdsopgaver.

Alt sammen i håb om igen at kunne arbejde med ældre, som hun elsker. Men det går ikke.

”Ryggen er ødelagt,” siger hun.

Jeg har mistet mig selv

I 2019 fik Mirsada Totic tilkendt førtidspension, og for nylig fik hun erstatning for tab af erhvervsevne. En erstatning, der kompenserer for, at hun ikke længere er i stand til at arbejde.

”Jeg tudede i flere dage, da jeg fik førtidspension. Det var som om, jeg mistede hele den gamle Mirsada – arbejdshesten, der identificerede sig med arbejdet. Jeg



er glad for, at jeg økonomisk kan klare mig. Men arbejde er det bedste, der findes, og jeg har stadig ikke accepteret, at jeg nu er pensionist. Jeg er kun 44 år,” siger hun.

Vi skal forebygge nedslidning

Forbundssekretær i FOA Jens Nielsen arbejder med arbejdsmiljø og glæder sig over, at Mirsada Totic har fået hjælp og erstatning. Men generelt er erstatninger ikke et mål i sig selv:

”Målet er at undgå tidlig fysisk ned-

slidning, så vi skal fokusere på forebyggelse. Hvis en person bliver sygemeldt eller delvis sygemeldt, bør arbejdspladsen straks spørge sig selv: Hvordan kan vi forebygge bedre? Give mulighed for nedsat tid? Bruge andre hjælpemidler? Vi skal også erkende, at fysiske problemer og tidlig pension kan medføre psykiske udfordringer, som vi skal tage hånd om,” siger Jens Nielsen og tilføjer:

”Mirsada har det som flertallet. Det er jo de færreste, der ønsker at blive førtidspensionist.” ★ REDAKTIONEN@FOA.DK

”Det var en tilfældighed, at jeg fik den rette hjælp og nu har fået erstatning,” siger Mirsada Totic.

DE FIK OGSÅ HJÆLP AF FOA

Birthe Nyberg Jensen FALDT OVER JULETRÆ OG MÅTTE STOPPE I JOB

19. december 2016 ville den nu 64-årige social- og sundhedshjælper Birthe Nyberg Jensen lukke en dør på den anden side af en tagterrasse på plejehjemmet Egelund i Kokkedal. Da hun i vinterkulden og mørket løb over terrassen, faldt hun over en wire til et juletræ. Hendes hofte gik af led, og hun knuste noget af sit bækken og blev indlagt på Hillerød Hospital. Siden har hun ikke været i stand til at arbejde, og nu har hun fået afsluttet sagen med hjælp fra FOA Nordsjælland. Birthe Nyberg Jensen er tilkendt seniorpension, og så har hun fået 2,3 millioner kroner i samlet erstatning.

Susanne Kaas ET KNÆK I RYGGEN ÆNDRERE ALT

”Det lød som en perlekæde, der gik i stykker.” Sådan beskriver social- og sundhedshjælper Susanne Kaas det knæk, der lød, da hun for 11 år siden forløjtede sig på en tung borger og ødelagde ryggen. I første omgang troede hun ikke, det var så alvorligt. Men hun huskede at anmelde uheldet som en arbejdsskade, og det var fornuftigt. Efter flere års kamp for at fastholde jobbet i Roskilde Kommunes hjemmepæleje, talrige behandlinger og masser af medicin endte hun nemlig på førtidspension – og i kraft af anmeldelsen fik hun med hjælp fra FOA Roskilde en samlet erstatning på knap 2,5 millioner kroner.



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

KLIMAKAP



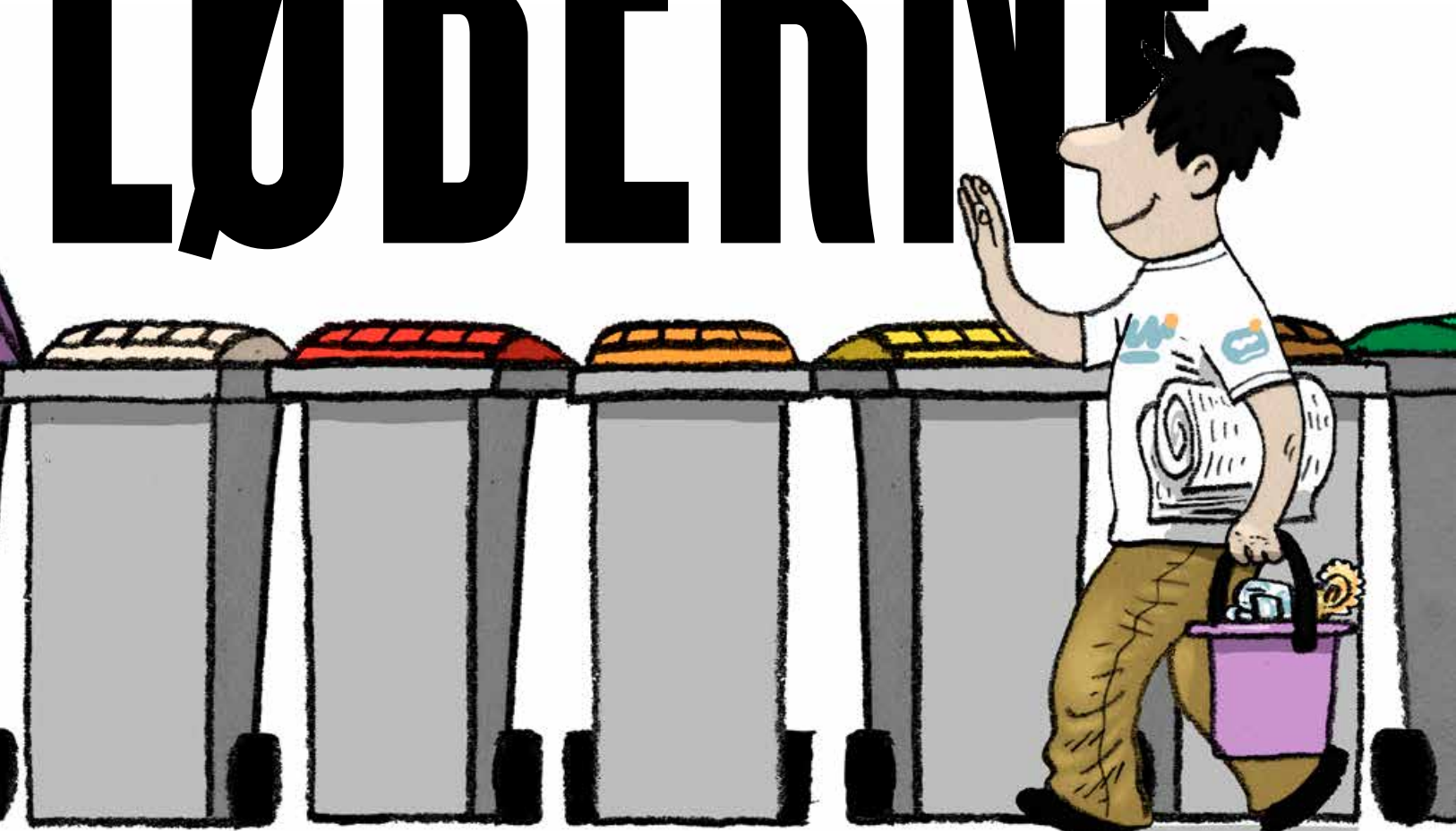
**FOA-MEDLEMMER:
VI VIL INDDRAGES**
SIDE 28

**KØKKEN-
MEDARBEJDER:
HER UNDGÅR
VI MADSPILD**
SIDE 30

**HER ER
JERES IDÉER**
SIDE 32



LØBERNE



Stort set alle taler om det. Om at reducere CO₂-aftrykket og dæmme op for klimaforandringer. Mange kommuner og virksomheder formulerer grønne mål og bæredygtighedsstrategier. Og så er der dem, der står med hænderne i de konkrete opgaver – på skoler, plejehjem, hospitaler og i dagtilbud. For FOA-medlemmer landet over er klimatiltag godt på vej til at blive forankret i hverdagen. De sorterer affald, sparer på strømmen, nedbringer madspild – og så har de mange idéer til den grønne omstilling.

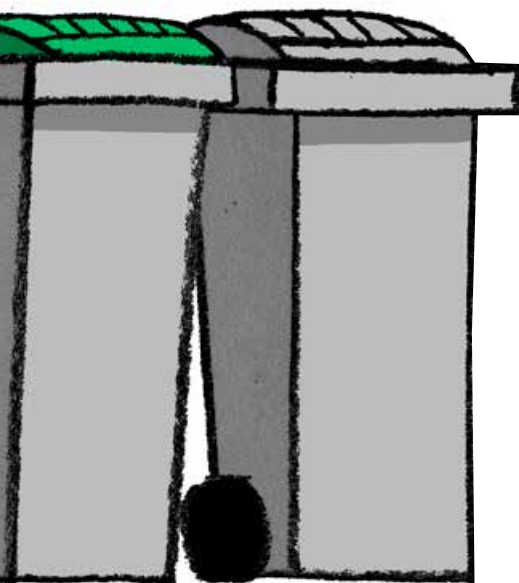
AF THOMAS BJERG | ILLUSTRATION: GITTE SKOV

FOA-MEDLEMMER:

VI VIL KÆMPE FOR KLIMAET PÅ JOBBET

Viljen til at gøre noget for klimaet på arbejdspladsen er stor blandt mange FOA-medlemmer, men de føler sig ikke inddraget, viser ny undersøgelse.

AF THOMAS BJERG | ILLUSTRATION: GITTE SKOV



Vi kunne sagtens sortere mere affald og bruge mindre engangsplastik. Kørslen ud til borgerne kunne organiseres bedre, så vi kører mindre i bil. Og så er der meget at spare, hvis vi smider mindre mad ud på plejecentre og hospitaler.

Lysten til at engagere sig og komme med idéer til at passe bedre på jordens ressourcer og belaste klimaet mindre er stor blandt FOAs medlemmer. Det fremgår af en ny medlemsundersøgelse, hvor der er kommet mere end 900 forslag og kommentarer til, hvad der allerede gøres på arbejdspladserne. Og hvad der kunne gøres bedre.

Arbejdspladserne bør gøre mere

Ifølge undersøgelsen ønsker syv ud af 10 FOA-medlemmer i høj eller meget høj grad, at arbejdspladsen bidrager til at håndtere klimaudfordringen. Men kun hvert fjerde medlem er helt eller delvist enig i, at ledelsen inddrager dem. Og kun hver tredje er helt eller delvist enig i, at ledelsen gør en stor indsats for klimaet.

Medlemmernes lyst til at gøre noget for klimaet står dermed i kontrast til deres følelse af, at ledelsen ikke inddrager dem i tiltagene. Og næsten halvdelen mener i høj eller meget høj grad, at arbejdspladsen bør gøre mere.

FOA: Lyt til medarbejderne

Engagementet blandt medlemmerne glæder Reiner Burgwald, der er FOAs talsperson for 'Broen til fremtiden', en alliance af blandt andre forskere og faglige organisationer. Men Reiner Burgwald, der også er formand for Teknik- og Servicesektoren i FOA, undrer sig samtidig over ledernes manglende inddragelse af medarbejderne.

"Ledelsen skal sikre, at initiativer og idéer drøftes med personalet og er et fast punkt på MED-/SU-møder. Idéerne er derude, men ledelsen skal systematisere indsamlingen af dem, så arbejdspladsen kan plukke de lavthængende klimafrugter. Indsatsen på arbejdet smitter af på vores måde at være forbruger på derhjemme," siger Reiner Burgwald.

Ekspert: Maden har størst potentiale

Den dobbelte effekt påpeges også af seniorkonsulent Inge Nilsson fra CON-CITO, Danmarks grønne tænketank.

”Det er rigtig positivt, når arbejdspladser beslutter at gennemføre klimatiltag. Det kan både nedbringe udledningen af drivhusgasser, men de kan også inspirere os til klimavenlig adfærd, når vi kommer hjem,” siger Inge Nilsson.

Mange af medlemmernes idéer vækker genklang hos hende. Hun peger på tre områder, hvor den mulige effekt vil være størst på FOA-arbejdspladser: Mad, transport og grønne indkøb.

”Det største potentiale er nok maden, hvor det er en god idé at omlægge til mere plantebaseret kost. Vores forbrug af kød ligger langt over et bæredygtigt niveau. Arbejdspladserne kan også gøre en forskel ved at reducere madspild.” ★

REDAKTIONEN@FOA.DK

113 GRØNNE FORSLAG

Klimakampen er også en lønmodtagerkamp. Det er budskabet i den klimaplan, som Fagbevægelsens Hovedorganisation (FH) præsenterede først på sommeren.

Ifølge (FH) vil et ustabilt klima få det danske velfærdssamfund – skoler, daginstitutioner, sygehus, plejecentre – til at vakle.

FH's plan rummer ialt 113 forslag, der blandt meget andet handler om grøn omstilling, klimaafgifter og målrettet indsats for bedre uddannelse.

FH repræsenterer i alt 1,3 millioner lønmodtagere.



Læs mere
fho.dk/klima

TAGER PÅ GRØN TURNÉ

Fra slutningen af september til starten af november drager 'Broen til fremtiden' rundt i landet og holder et fyraftensmøde i hver af de fem regioner om klimaudfordringer og mulighederne for en grøn og social retfærdig omstilling. Møderækken er afhængig af corona-situationen.



Læs mere
broentilfremtiden.dk

**DET GØR ARBEJDSPLADSERNE****27 % SVARER:**

På vores arbejdsplads arbejdes der i høj eller meget høj grad med at spare på el og varme.

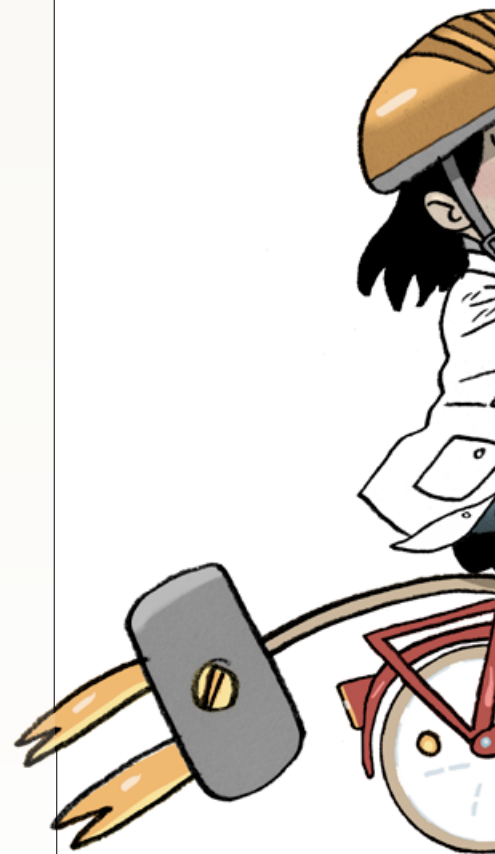
48 % SVARER:

På vores arbejdsplads arbejdes der i høj eller meget høj grad med sortering af affald.

49 % SVARER:

På vores arbejdsplads arbejdes der i høj eller meget høj grad med at begrænse madspild.

Svarene gælder for medlemmer, der arbejder inden for kost- og serviceområdet. I alt har knap 4.600 medlemmer medvirket i FOAs klimaudsøgelse.



HOSPITALSMEDHJÆLPER:

At undgå madspild ligger dybt i os

I hospitalskøkkenet i Glostrup har medarbejderne begrænset madspild og madaffald i over 10 år. Det har finansieret omlægning til økologi.

AF THOMAS BJERG | FOTO: JØRGEN TRUE



Ib Suhr Olsen er hospitalsmedhjælper med speciale i sovse og supper. Når han står i dampen fra den 500 liter store gryde med broccolisuppe i køkkenet på Rigshospitalet Glostrup, er han helt med på at begrænse spild. Men for ham handler det mere om økonomi end klima.

”Der er penge i det. Da vi skulle gå over til økologi, betalte en reduktion af madspildet det. Det ligger dybt i os, at vi ikke skal smide mad ud,” siger Ib Suhr Olsen.

Noterer madspild i gram

På tavler i køkkenet skriver medarbejdere tal ind for madaffaldet. Hver dag holder de møder, hvor de sammenligner tallene med målene. Ligger de over målet, viser et rødt papir det tydeligt. Er de under målet, beroliger et grønt papir på tavlen.

”Tavlemøderne fungerer godt. Man bliver frustreret, når nogle grøntsager bliver for gamle, eller man må hælde 40 liter suppe ud,” siger Ib Suhr Olsen.

Funktionschef Helle Hansen forklarer, at det har taget tid at opbygge kulturen mod madspild, som i dag er dybt forankret. Det gælder både i køkkenet og på afdelingerne, hvor personalet før bestilte for meget. I dag vejer rengøringspersonalet maden, som afdelingerne smider ud, helt ned i gram og skriver det i skemaer.

”Alle tager i dag ansvar og går op i det. Vi havde madspildsambassadører, der kiggede i affaldsspande og noterede, hvis man skar for meget skorpe af brødet,” siger Helle Hansen.

Fjerner upopulære retter

En del af indsatsen går ud på at levere præcis de retter og mængder, afdelingerne har brug for. Derfor indtaster kostkonsulent Birgit Juliussen bestillinger for afdelingerne. Og medarbejdere fra køkkenet spørger hver dag patienter om maden.

”Vi lytter til patienterne, og vi fjerner retter, de ikke kan lide, som Janssons fristelser, stegt kalvelever



For hospitalsmedhjælper Ib Suhr Olsen og hans kolleger er det blevet en dybt forankret kultur, at man ikke smider mad ud.

og hjerter i flødesovs. Vi hjælper med at bestille, så portionerne passer præcist til patienternes antal og type,” siger Birgit Juliusen.

I et system indtaster hun procenter af retter, så småtspisende patienter ikke får mere, end de kan spise.

I køkkenet pumper Ib Suhr Olsen den 78 grader varme broccolisuppe

over i en hot fill-maskine. Den for-deler suppen i plastikfilm, som den svejser sammen til poser. Derefter skal de hurtigt i et koldt vandbad, og så kan de holde sig i op til seks uger på køl. Og dermed kan køkkenet planlægge menuer de næste uger uden at smide Ibs gode suppe ud. ★ REDAKTIONEN@FOA.DK

GUIDE SÅDAN MINDSKER RIGSHOSPITALET GLOSTRUP MADSPILD

Kan det spises, skal det bruges

Kagerester bliver til romkugler, brøddender til croutoner, og saft fra dåsefrugt søder karryretter.

Forlænget holdbarhed

Ved at teste madens smag og hygiejne grundigt har køkkenet forlænget retters holdbarhed med fødevarekontrollens efterfølgende accept.

Styr på bestilling

Køkkens kostkonsulent går rundt på afdelingerne og bestiller kolonialvarer. Det første år halverede det udgifterne til ost i skiver.

Styr på antal patienter

Køkkenet justerer opskrifter til det præcise antal patienter og tjekker antal patienter to gange om dagen på afdelingerne.

Passende portioner

Køkkens kostkonsulent indtaster afdelingernes bestillinger og regulerer størrelse på portioner til for eksempel småtspisende.

Kantine

Vej-selv-buffet, så kunderne kun tager det, de reelt kan spise. Små skåle og halv pris på mad mod slutningen af åbningstiden.

KILDE: ENHEDEN FOR MAD OG DRIKKE, RIGSHOSPITALET GLOSTRUP





ET VÆLD AF GRØNNE IDÉER

Mere end 900 kommentarer og forslag har medlemmerne bidraget med i FOAs klimaundersøgelse – her er et uddrag.

LYT TIL OS OM INDKØB

Basispersonalet skal i meget højere grad inddrages i beslutninger om nyindkøb. Der fråses sindssygt meget med møbelindkøb, hvor der absolut ingen genanvendelse er. Mange millioner kroner er gemt og glemt i kældrene.

Social- og sundhedsassistent
i psykiatrien

HVORFOR HAVE LYSET TÆNDT OM NATTEN?

Lyset er på fuld knald om natten. Det ved jeg, fordi jeg også er nattevagt. Jeg har skrevet sååå mange gange til ledelsen og fået det samme svar hver gang. Det er for dyrt og koster for mange penge.

Social- og sundhedshjælper
på et plejehjem

SKIFTER TIL LED

På min arbejdsplads er vi i gang med at ombygge alle vores lamper, ca. 250 stk. til LED. Vi skal også i gang med at efterisolere og et nyt tag.

Rådhusbetjent

LAD OS KØBE OVERSKYDENDE MAD

Vi får varm mad udefra, og der bliver kasseret mere, end der bliver spist. Bedre planlægning af mellemmåltider. Giv personalet lov til at spise overskydende mad mod symbolsk betaling, som kunne gå til arrangementer for beboerne.

Social- og sundhedsassistent
på et plejehjem

VI BØR SPISE MINDRE KØD

Mindre svine- og oksekød, mere fjerkræ og vegetariske retter. Medarbejdere og familier kan få overskydende mad fra køkkenet med hjem.

Pædagogmedhjælper
i en børnehave

DET SKAL VÆRE NEMMERE AT SORTERE AFFALD

Vi kunne meget nemt affaldssortere på min arbejdsplads, men vi får ikke stillet ekstra containere eller skraldespande til rådighed.

Pædagogmedhjælper
i børnehave

GENANVENDER RESTER

At begrænse madspild er nok det vigtigste. Vi bruger mindre fade og ser på, hvordan vi kan genanvende rester i nye retter – indenfor Fødevarerstyrelsens rammer

Køkkenansat
i daginstitution

INDBLIK KLIMA

FLERE CYKLER, TAK

Jeg synes, at flere skal køre på cykel eller elcykel ud til borgerne. Det gælder også lederne. Hvorfor kan man ikke have cykel til rådighed i stedet for en bil? Godt for klima og motion.

Leder
i hjemmeplejen

SYNLIGGØR AFFALD OVER FOR FORÆLDRE

Vi skal i min institution til at nedbringe forbruget af plastik, stanniol, husholdningsfilm og plastikposer i børnenes madpakker. Det gør vi ved at inddrage børnene og forældrene. Vi vil samle alt affald fra madpakker og fra frugten og derved synliggøre, hvor meget affald det bliver til i løbet af en dag, en uge og måske en måned.

Pædagogmedhjælper
i en børnehave

MADEN BURDE LAVES PÅ PLEJEHJEMMENE

Alt mad bliver leveret i plastik fra storkøkken. Det er ikke klimavenligt. Maden skulle produceres på plejehjemmet, så det var frisk og mere klimavenligt.

Social- og sundhedshjælper
på et plejehjem

DET SIGER EKSPERTEN



Seniorkonsulent Inge Nilsson hos CONCITO, Danmarks grønne tænketank, ser et stort potentiale i, at arbejdspladser går forrest, så de kan inspirere til klimavenlige valg derhjemme.

De mange forslag, som FOA-medlemmerne er kommet med, er udtryk for et stort engagement. At gøre noget – også i det små – kan inspirere til videre handling. Desuden er det værd at understrege, at mange af de klimavenlige tiltag har positive sidegevinster i form af sundhed, løft af indlæring og bedre indeklima.

Mad

Det har stor betydning at reducere madspild. Men endnu vigtigere er, hvad der er på tallerkenen. Klimaaftrykket af fjerkræ er mange gange lavere end af oksekød, og i fremtiden skal vores kost være mere plantebaseret. Når der på arbejdspladser og i offentlige køkkener bliver serveret klimavenlig mad, har det en ambassadøreffekt. Hvis de grønne retter smager godt, giver det inspiration til vores egen madlavning derhjemme.

Transport

Det er lige i øjet, at arbejdsplad-

ser stiller cykler, elcykler og elbiler til rådighed, så vi reducerer brugen af fossile brændsler. Selv når man indregner produktion af batteri med videre, vil en typisk elbil i et klimaperspektiv være bedre end en fossilbil efter et par år – efter cirka 50.000 km. Det er også en god idé at styre hjemmeplejens bilflåde, så man udnytter kapaciteten bedst muligt.

Affald

Sortering af for eksempel glas og metal er godt for miljøet, men for klimaet er det plastik, det batter mest at sortere. Desværre kan meget af vores emballage ikke skilles ad, og vi får først den fulde klimaeffekt, når plastemballage er designet til reelt at kunne genanvendes.

Vær rollemodel

Vi skal uddanne fremtidens grønne generationer, og her spiller både daginstitutioner, skoler og forældre en stor rolle. ★

TÆT PÅ

OK21

Næste år skal 820.000 ansatte i staten, regionerne og kommunerne have nye overenskomster. Det er her, de næste års løn og arbejdsvilkår aftales. Nu inviteres FOAs medlemmer til at komme med deres ønsker.

MERE LIGHED I LØNNEN

”De lavtlønnede skal have mere,” siger FOA-formand Mona Striib for OK21. Samtidig understreger hun, at ingen krav ligger fast, før medlemmerne er blevet hørt.

AF FINN DANIELSEN | ILLUSTRATION: JØRGEN STAMP

Nu varer det ikke længe, før forhandlingerne om nye overenskomster på det offentlige arbejdsmarked for alvor går i gang. Og for FOAs vedkommende sker det med en stribe digitale stormøder, som forbundsformand Mona Striib regner med, der vil være interesse for.

Hun ved godt, at mange medlemmer har store forventninger til OK21. Men samtidig har coronakrisen sat sine spor, så hvad nu?

”Når der er økonomisk krise, skal vi prioritere, at de lavtlønnede får mest, og det bliver i høj grad FOAs kamp,” siger Mona Striib.

De andre må lytte til FOA

Hun peger på, at det for eksempel kan ske ved, at lønstigninger aftales i kroner og øre og ikke som hidtil i procent. Blandt fagforeningerne i Forhandlingsfællesskabet, som Mona Striib også er formand for, er der dog ikke just enighed om den sag.

”Men jeg synes, at man har ret til at være formand for sine medlemmer, selvom man også har rollen som formand for et forhandlingsfællesskab og skal balancere og finde løsninger. De andre kommer til at lytte til det her FOA-budskab, og kan det ikke forenes, må de jo afsætte mig,” siger Mona Striib.

Når lønstigninger gives i procent, betyder det mere og mere ulighed i lønnen blandt faggrupperne, og den udvikling vil FOA vende.

”Men jeg kan også love, at vi vil presse på, for at den samlede økonomiske ramme bliver så god som mulig.”

Medlemmerne skal høres

FOA er dog også leveringsdygtig i nogle ønsker, som er helt gratis for arbejdsgiverne. Mona Striib håber, at retten til fuldtid bliver et krav. Hun vil også gerne diskutere arbejdsfællesskaber med arbejdsgiverne, så tættere relationer mellem faggrup-

perne kan erstatte bureaukrati og regnearksledelse. Og så skal der nok kigges på arbejdstidsreglerne, mener hun.

”Det er jo helt horribelt, at vi skal lave løntjek for at sikre medlemmerne deres tillæg,” siger hun.

Aftalerne fra de nye overenskomster for FOAs privatansatte medlemmer i OK20 tjener også som inspiration for kravene til OK21. Der skeles nemlig ofte til de resultater, når det offentlige arbejdsmarked forhandler.

”Vi fik blandt andet nogle gode resultater om uddannelse af ufaglærte og en styrkelse af tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter,” siger Mona Striib og tilføjer:

”Men ingen krav ligger fast, før medlemmerne har været hørt.” ★

FIDA@FOA.DK



Læs mere
foa.dk/ok21

KØREPLANEN



27. AUGUST

Forhandlingsfællesskabet mødes med arbejdsgiversiden for at diskutere de overordnede linjer i OK21-forløbet



1-9. SEPTEMBER

FOA inviterer til digitale stormøder om OK21



1. OKTOBER

Sidste frist for at indsende krav til OK21 for medlemmer og FOA-afdelinger



29. OKTOBER

FOAs hovedbestyrelse og lokalafdelinger mødes til strategimøde, hvor OK21-kravene diskuteres.



9. NOVEMBER

Sidste frist for beslutning om FOAs krav til OK21



DECEMBER

Forhandlingsfællesskabet og FOA udveksler krav med arbejdsgiverne



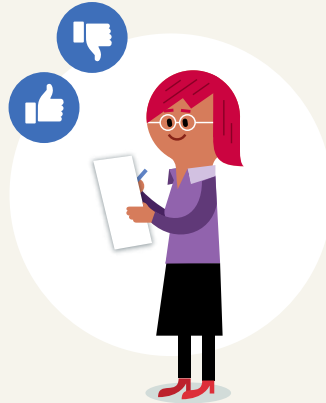
JANUAR-FEBRUAR 2021

Forhandlinger om nye overenskomster med stat, kommuner og regioner – perioden kan forlænges af en evt. konflikt



1. APRIL 2021

Ny overenskomster træder i kraft



DET FIK FOAS PRIVAT-ANSATTE MEDLEMMER VED OK20

- Lønstigninger på 9,55 kroner i timen
- Særlig opsparing øges fra fire til syv procent
- Tre ugers ekstra forældreorlov
- Mere uddannelse til ufaglærte på plejeområdet
- Nye aftaler for tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

UFAGLÆRTE SKAL UDDANNES

Aftalen med Dansk Erhverv (DE) under OK20 vakte særlig begejstring i FOA, fordi den betød et stort gennembrud for uddannelse af ufaglærte. I den nye overenskomst med DE får ikke-uddannede på plejeområdet ret til at uddanne sig til social- og sundhedshjælper efter to års ansættelse, og de får voksenelevløn under uddannelsen. FOA mener, at aftalen kan bruges som inspiration til en lignende model på det offentlige område.

KAN PÅVIRKES AF CORONA

Offentligt ansattes løn skal følge med lønnen på det private område. Det har reguleringsordningen sikret i mange år. Stort set altid med positiv virkning. Men coronakrisen har haft negativ betydning for lønnen på mange private virksomheder, og det kan smitte af på lønnen i det offentlige. Selvom nogle privatansatte, herunder FOAs medlemmer, er sikret lønstigninger de kommende år, er det ikke tilfældet på store dele af det private arbejdsmarked, for eksempel i industrien.



Kompetence-
løft på alle
niveauer

HAR DU FREMTIDSSIKRET DIN VÆRDI PÅ ARBEJDSMARKEDET?

Med stærke almene kompetencer kan du bedre selv bestemme, hvordan dit arbejdsliv skal forme sig.

Du kan øge din værdi ved at få nye kompetencer gennem efteruddannelse på et af landets VUC-centre.

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

Scan og
læs mere



VUC-ERHVERV
MERE END UDDANNELSE

LIVSSTILSHØJSKOLEN GUDUM NÆR FJORD, HAV OG SKOV

At vælge at tage på højskole er at åbne en dør til fællesskab, viden og fordybelse.

Tag på 2 ugers højskole og oplev livsglæde, inspiration, samvær og det gode højskoleliv.



LIVSSTILS
HØJSKOLEN

PRIS = 2.300 kr. pr. uge
Beløbet dækker eneværelse,
undervisning, fuld forplejning

Kontakt:
Livsstilshøjskolen Gudum
Højbjergvej 2, 7620 Lemvig
* Telefon 97 88 83 00
* info@Livsstilshojshkolen.dk
* www.Livsstilshojshkolen.dk

Vi tilbyder spændende 2 ugers **TEMAKURSER**.

Temakurserne giver dig inspiration til at sætte din personlige kurs - såvel under som efter dit ophold.

Vores undervisning byder på en bred palette af fag, der har dig og din trivsel i livet som omdrejningspunkt. Og som støtter både den psykiske, den fysiske og den sociale balance.

På et temakursus får du 10 tema-moduler, sang og morgensamling, morgenmotion, foredrag, vandgymnastik, højskoleaften samt tilbud om vejning med BMI-analyse samt NADA øreakupunktur.

* **BRYD VANER - BRYD GRÆNSER**
Kursusstart søndag 20/09 + 01/11

* **ANTI-INFLAMMATORISK LIVSSTIL**
Kursusstart søndag 06/09 + 18/10 + 29/11

* **MEDITATION I BEVÆGELSE**
Kursusstart søndag 04/10

Se flere temaer på vores hjemmeside

Sundhed, omsorg
og pædagogik

FOA bogshop

Få op til 20% i rabat når du køber lærebøger til din social- og sundhedsuddannelse eller din uddannelse til pædagogisk assistent.

Læs mere på foabogshop.dk

FOA

MELLEMMÅLTIDER

VÆLG GROFT OG GRØNT FREM FOR FRUGT

Der er både økonomiske, sundhedsmæssige og klimamæssige grunde til at vælge alternativer til al den frugt, der serveres i mange dagtilbud, lyder opfordringen fra ernæringsekspert.

AF RIKKE JUNG RASMUSSEN

Børn får generelt alt for få grøntsager, viser danske kostundersøgelser. Især hjemme hos familierne kniber det med at servere nok grønt, men også i daginstitutionerne kan frugten med fordel skiftes ud med grove grøntsager i sæson.

Kok og professionsbachelor i ernæring og sundhed Kristina Tinggaard giver tip til at få mere grønt ind på menuen i dagtilbuddene.

Hvorfor bør frugten skiftes ud?

Den frugt, der serveres i dagtilbuddene især i vinterhalvåret, kommer ofte fra Spanien eller længere væk. Det samme gælder de 'lette' grøntsager som agurk, tomat og salat. I forhold til bæredygtighed er det derfor værd at overveje at vælge alternativer, der er dyrket i Danmark og derfor ikke kræver så meget transport.

Hvad kan man servere i stedet?

Det er både billigere og mere bæredygtigt at servere grove grøntsager i sæson. Og så er der fuld knald på

smagen og en god mæthed. Grove grøntsager i sæson er ofte fyldt med kostfibre og vitaminer, som børn har gavn af.

Er det ikke ret tidskrævende?

Det kræver en god menuplanlægning at få flere grøntsager tænkt ind i både frokosten og mellemmåltiderne. Men derudover behøver det ikke at tage meget ekstra tid. Man behøver heller ikke at skifte alle mellemmåltiderne ud, men kan måske tilbyde grøntsager om formiddagen og eftermiddagen tre gange om ugen.

Hvad hvis børnene kun vil have frugt?

Mad er mere interessant og smager bedre, hvis man selv har været med til at lave den. Derfor er det en god idé at tage børnene med i køkkenet en gang imellem. De kan blandt andet være med til at skylle grøntsagerne, skrælle gulerødderne eller rive spidskålen i mindre stykker. Selv de helt små kan deltage. ★

REDAKTIONEN@FOA.DK



Kristina Tinggaard
Kok og professionsbachelor i sundhed og ernæring.

Er tidligere kulinarisk rådgiver i Københavns Madhus og underviser nu på den forbedende grunduddannelse FGU Nord i sundhed, omsorg og ernæring.



GUIDE

3 TIPS TIL MERE GRØNT PÅ MENUEN

1. Husk, at grøntsager er langt mere end bare gulerødder i stave. Brug eksempelvis grøntsagerne både som spread til brødet, som tilbehør eller i en suppe.
2. Sørg for, at der er noget dip, som børnene kan dyppe grøntsagerne i. Mange børn synes, at grøntsager er sjovere, hvis de kan drysses med noget eller dyppes i noget. Det kan være hummus, pesto eller anden dip.
3. Gå efter grove grøntsager i sæson. I vinterperioden kunne det eksempelvis være bagte rodfrugter med misodip og ristede sesam, og i forsommeren kunne det være spidskål med yoghurt dressing og urter.

HUSK!**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

Mindst en gang om ugen skal du skrive de job, du søger, i en digital joblog – enten via foa.dk/akassen eller jobnet.dk. Du skal logge mindst 1-2 job om ugen, så du som minimum logger 6 job over en periode på 4 uger. Derudover skal du hver måned gemme mindst én jobansøgning i din joblog. Det kan få konsekvenser for dine dagpenge, hvis du ikke opfylder disse krav.

Nyt job?

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

Digital post

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

A-KASSENS CALLCENTER – en udvidet service til dig

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

TJEK DE NYE REGLER OM FERIEDAGPENGE

AF METTE WIEDERHOLT PEDERSEN

Som du nok ved, er der kommet nye ferieregler fra 1. september 2020. Som noget nyt vil du fra 1. september 2020 optjene feriepenge løbende en gang om måneden.

Hvis du modtager dagpenge eller feriedagpenge fra a-kassen, vil du hver måned optjene et antal dage med feriedagpenge på baggrund af de ydelser, du har fået udbetalt. Det samme er tilfældet, hvis du er medlem af en a-kasse og får udbetalt barselsdagpenge, uden at du samtidig optjener ret til ferie efter ferieloven.

Optjener op til 2 dage om måneden

Du vil som hovedregel optjene ret til 2,08 dage med feriedagpenge, for hver gang du har fået en måneds fulde ydelser. Det betyder, at du på et ferieår vil optjene op til 25 dage med feriedagpenge, hvis du har fået fulde ydelser i hele året. Hvis du kun får ydelser i noget af tiden, vil du optjene et færre antal dage.

Så snart du har optjent et antal dage, kan du få dem udbetalt, hvis du holder ferie. Du skal altså ikke som tidligere vente på, at ferieåret slutter, før du kan få dem udbetalt. Du skal dog opfylde en række betingelser, før du kan få feriedagpenge udbetalt. Læs mere på foa.dk/feriedagpenge.

Kan udbetales i op til 16 måneder

Du vil fremover optjene feriedagpenge i perioden fra 1. september til 31. august. Feriedagpenge kan udbetales i perioden

fra 1. september til 31. december året efter – altså over en periode på 16 måneder. De feriedagpenge, som du optjener fra 1. september 2020 til 31. august 2021, kan du derfor få udbetalt fra 1. september 2020 til 31. december 2021.

Vær opmærksom på, at fristen for at søge om feriedagpenge udløber 31. januar. Hvis du ønsker at få udbetalt feriedagpenge for perioden 1. september 2020 til 31. december 2021, skal du derfor søge om at få dem udbetalt senest 31. januar 2022. ★ REDAKTIONEN@FOA.DK

HAR DU FERIEDAGPENGE TIL GODE?

Hvis du har optjent ret til at få udbetalt feriedagpenge i perioden 1. maj 2020 til 31. august 2020, kan du søge om at få dem udbetalt frem til 31. maj 2021.

Du kan dog kun få dem udbetalt, hvis du har holdt ferie i perioden 1. maj 2020 til 31. august 2020, og hvis du opfylder de almindelige betingelser for at få udbetalt feriedagpenge.

Du vil i foråret 2020 have modtaget et brev fra din a-kasse, hvis du har optjent ret til feriedagpenge frem til 31. august 2020.

I brevet kan du læse, hvilke betingelser du skal opfylde for at få feriedagpengene udbetalt.

AUBERGINESALAT

Savner du inspiration til en velsmagende madpakke, der kan holde energien oppe, så kig med her. På varme dage er det godt med en fyldig salat, for eksempel med bagt aubergine.

AF KATRINE KLINKEN | FOTO: LINE FALCK

Snack danske æbler, blommer og pærer i sensommeren

Auberginesalat med yoghurt, brødschips og mandler

2 portioner

1 stor aubergine
1 spsk. olie
1 tsk. salt
1 daggammelt arabisk fladbrød eller pitabrød
50 g mandelsplitter
100 g yoghurt 10 %
(fast type)
2 fed hvidløg

Tænd ovnen på 200 grader

Skær auberginen ud i stykker på 3 x 3 x 3 cm. Vend dem sammen med olie og salt på bagepapir.

Bag dem 15 minutter i ovnen, til de er møre.

Skru ovnen ned til 150 grader. Skær brødet ud i små firkanter, læg dem på bagepapir og rist dem sprøde sammen med mandlerne 7-8 minutter.

Bland yoghurt med knust hvidløg. Vend bagt aubergine i. Vend sprødt brød og mandler i, når salaten skal spises.

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



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

TIP!

Kom sprødt drys i en boks for sig. Drys på salaten, når den skal spises

DET SKER

FREDERIKSSUND

Seniorklubben. 16. sept. – bemærk tidspunkt og 2 arrangementer samme dag. Generalforsamling kl. 11.30-13: Vi byder på lidt at spise og drikke kl. 11.30-12, dernæst afholdes den ordinære generalforsamling med dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før. Tilmelding til kasserer Anny Lorentzen på 29 60 02 39 eller annylorentzen@hotmail.com senest 1. sep. af hensyn til forplejning. Efter generalforsamlingen fortsættes med det planlagte medlemsmøde: kl. 13.30-16: 'Bryghuset-Svendborg-

Demensby', hvor en medarbejder fortæller om baggrunden for at lave en demensby. 21. okt. kl. 13.30: 'A blast from the past' – Gorm Clausens spændende foredrag om 50'ernes Rock'n'Roll. 18. nov. kl. 13.30: 'Livet i en flygtningelejr i Palæstina' – bedemand Dennis Tobiassen fortæller om sine oplevelser i Palæstina udsendt af Mellemfolkelig Samvirke.

HORSSENS

Afdelingen. 6. dec. kl. 10-12.30 eller kl. 14-16.30: Juletræ på Scandic Bygholm Park i Horsens. Oplysninger om billet salg i næste blad. **Seniorklubben.** 8. sep. kl. 14: Vi får besøg af Hanne Petersen, tidl. afd. formand i FOA Horsens. Nu repræsentant for Røde Kors i Horsens. Hun vil fortælle om det humanitære arbejde hjemme/ude i verden. Derudover har Hanne en person med sig, der kan fortælle hvordan

man yder førstehjælp ved brug af en hjertestarter. 22. sep. kl. 13-ca. 16.30: Tur til Klostermølle. Naturvejleder Peter Damgaard vil vise og fortælle os om området. 6. okt. kl. 14: Formanden for Lungeforeningen i Horsens, Klaus Skjærlund fortæller om opstart af foreningen i Horsens. For at deltage i seniorklubbens program, skal du være medlem. Årlig kontingent 160 kr. Formand Dorrit Bank på 60 19 70 16. Kasserer Sonja Møller Andersen på 60 71 17 80. Begge træffes bedst ml. 17-18.

ODENSE

Seniorklub. 8. sep.: Besøg på Glasværket, Havnegade 13, Odense. Vi mødes ved Glasværket, hvor vi får et foredrag og rundvisning. Bagefter er der kaffe og kage samt socialt samvær. Hvis du ønsker at deltage, så kontakt formand Gerda eller næstformand Inge. Tlf.nr. – se liste først i programmet. 22. sep.: Udflugt til Fejø. Turen er betalt. Vi kører til Spodsbjerg og tager færgen til Lolland. Ombord på færgen får vi kaffe og rundstykker. Derefter kører vi til Kragerø, hvor vi sejler til Fejø. Her mødes vi med en lokal guide, der tager os rundt på øen. Vi spiser middag på den hyggelige Fejø Kro. Forventet hjemkomst til Odense kl. 19.15 og Nyborg ca. kl. 20. Der er plads til flere, og turen koster 500 kr., ikkemedlemmer 695 kr. Afgang: Vejbøden Nyborg kl. 5.45, Dannebrogsgade kl. 6.25 og Amtsgården

Ørbækvej 6.45. 6. okt.: Udflugt til Tåsinge m.m. Afgang: Vejbøden Nyborg 9, Dannebrogsgade 9.45, og Amtsgården Ørbækvej kl. 10.05. Vi kører til Landet kirkegård på Tåsinge, hvor vi skal se Elvira Madigan og Sixten Sparres gravsted. Derefter til Bregninge Mølle, hvor vi spiser middag. Bagefter går turen til Skovsgaard gods på Langeland. Her skal vi se udstillinger, som giver indblik i livet tilbage i tiden. Turen slutter med kaffe og kage v. bussen. Forventet hjemkomst ca. kl. 17.30. Pris 300 kr., ikkemedlemmer 455 kr. Mindst 40 skal deltage, for at turen bliver til noget. 20. okt. kl. 9.30-10: Tilmeldinger til indkøbstur og julefrokost pris 425 kr., ikkemedlemmer 525 kr. Kl. 10-12: Birthe og Erik Hviid kommer og fortæller om deres tur til Afrika, hvor de er frivillige på 12. år. De er der nogle måneder hvert år på et børnehjem i Kenya, afholdes i FOA, Vesterbro 120, Odense.

SILKEBORG-SKANDERBORG

Teknik- og Servicesektoren. 22. okt. kl. 19-21.30: Generalforsamling i FOA-Huset, Dalgasgade 24, Silkeborg. Spisning fra kl. 18-19. Dagsorden jf. lovene. Alle medlemmer modtager skriftligt materiale på mail senest 14 dage før. Dagsorden og indkomne forslag m.v. kan læses på foa.dk/silkeborg-skanderborg under Teknik- og Servicesektoren eller bestilles i afdelingen 14 dage før på 46 97 20 20.

Social- og sundhedssektoren. 4. nov. kl. 17-ca. 21.30: Generalforsamling på Skanderborg Park, Skovsvinget 10, Skanderborg. Dagsorden jf. lovene. Forslag skal være sektoren i hænde senest 14 dage før. Alle medlemmer modtager skriftligt materiale på mail senest 14 dage før. Materialet vil være tilgængeligt senest 21. okt. på foa.dk/silkeborg-skanderborg under Sosu-sektoren eller bestilles i afdelingen på 46 97 20 20. Faggrupperepræsentant er fra kl. 17-18. Der vil ifm. med generalforsamlingen være spisning fra 18-19 samt kaffe med kage under selve generalforsamlingen.

Pædagogisk Sektor.

11. nov. kl. 19: Generalforsamling på Skanderborg Park, Skovsvinget 10, Skanderborg. Dagsorden jf. lovene. Forslag skal være afdelingen i hænde senest 14 dage før. Materialet vil være tilgængeligt senest 27. okt. på foa.dk/silkeborg-skanderborg under Pædagogisk Sektor eller bestilles i afdelingen på 46 97 20 20. Alle medlemmer modtager skriftligt materiale på mail senest 14 dage før. Der vil i forbindelse med generalforsamlingen være spisning fra 18-19. Bemærk der er tilmelding til spisningen. Der er kaffe med kage under generalforsamlingen.

SKIVE

Seniorklubben. 17. sep. kl. 10: Tur til Asra – arbejderhistorisk samling i Herning. Afgang fra FOA kl. 10. Hjemkomst

ca. kl. 17. Pris for medlemmer 200 kr., ikkemedlemmer 250 kr. Inkl. 1 øl eller vand, 1 burgerbolle samt kaffe m. brød. Tilmelding senest 10. sep. 22. okt. kl. 14: Banko i FOAs mødelokaler, Jægervej 12, Skive. Der vil være kaffe m. brød. Pris 40 kr. inkl. 3 plader. Derudover kan der købes 3 ekstra plader for 10 kr. Tilmelding skal ske senest 15. okt.

SYDFYN

Afdelingen. 10. sep. kl. 16-17.30: Velkomstmøde for nye medlemmer i FOA Sydfyns lokaler. 16. sep. kl. 19-22: Generalforsamling i FOA Sydfyns lokaler. **Pædagogisk Sektor.** 28. okt. kl. 17.30-20: Sektorårsmøde i FOA Sydfyns lokaler. **Teknik- og Servicesektoren.** 4. nov. kl. 17-21: Sektorårsmøde i FOA Sydfyns lokaler. **Sundhed- og Servicesektoren.** 25. nov. kl. 17-22: Sektorårsmøde i FOA Sydfyns lokaler.

SØNDERJYLLAND

Afdelingen. 18. nov. kl. 18: Generalforsamling på Agerskov kro. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag herunder forslag til valg, skal være afdelingen i hænde senest 21 dage før generalforsamlingen. **Seniorklubben.** 16. sep. kl. 14: Besøg af en, som viser film og fortæller om sin rejse til Nepal i FOAs mødelokaler på Brundevej 2, Røddekro. Tilmelding senest 11. sep. på foa.syd.dk. 21. okt. kl. 14: Lottospil i FOAs mødelokaler på Brunde 2, Røddekro. Tilmelding senest 16.

MEDLEMSPUSEN

Vindere i juni 2020

Hovedpræmievinder

Anne Louise Grønberg Kjeldsen
FOA Vendsyssel

Gavekort til Coop

Trine Lise Suovanen, FOA SOSU
Grethe Cardel Jørgensen, FOA Odense
Bente Pedersen, FOA Århus
Ella Marianne Andersen, FOA Frederikssund
Jeanette Beyer Larsen, FOA Roskilde

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

KONTAKT FOA

FOA, forbundshuset
Staunings Plads 1-3
1790 København V

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

FOA-afdelinger

Afd. 1: 46 97 11 00
foa.dk/foa1
Bornholm: 46 97 33 13
foa.dk/bornholm
Esbjerg: 76 10 93 50
foa.dk/esbjerg
Frederikshavn: 46 97 11 70
foa.dk/frederikshavn
Frederikssund: 46 97 12 00
foa.dk/frederikssund

Guldborgsund: 46 97 17 50
foa.dk/guldborgsund
Herning: 46 97 12 60
foa.dk/herning
Holstebro: 46 97 14 14
foa.dk/holstebro
Horsens: 46 97 14 55
foa.dk/horsens
Kolding: 46 97 15 76
foa.dk/kolding
KLS: 46 97 15 00
foa.dk/cls

Køge: 46 97 16 00
foa.dk/koege
Lillebælt: 46 97 36 10
foa.dk/lillebaelt
LFS: 35 44 45 46
foa.dk/lfs
Lolland: 46 97 30 00
foa.dk/lolland
Mariagerfjord: 98 51 21 11
foa.dk/mariagerfjord
Nordjylland: 46 97 29 00
foa.dk/nordjylland

Nordsjælland: 46 97 33 90
foa.dk/nordsjaelland
Odense: 46 97 18 00
foa.dk/odense
Randers: 46 97 19 00
foa.dk/randere
Roskilde: 46 97 19 90
foa.dk/roskilde
Silkeborg-Skanderborg:
46 97 20 20
foa.dk/silkeborg-skanderborg
Skive: 46 97 20 80
foa.dk/skive

okt. på foa.syd.dk. 27. nov. kl. 13: Julefrokost på Øster Højst Kro. Pris for medlemmer 200 kr., ikkemedlemmer 250 kr. Tilmelding senest 18. nov. på foa.syd.dk. Ret til ændringer forbeholdes. Medlemmer betaler 20 kr. for kaffe, ikkemedlemmer betaler 30 kr., og betaler entrépris ved arrangementer. Husk du er automatisk medlem af seniorklubben som efterløner og pensionist.

VESTSJÆLLAND

Tilmelding med NemID. foa.dk/vestsjaelland.
Fagforeningen. 27. sept.: Ladywalk aflyst. 30. sept. kl. 18-21: Områdegeneralforsamling i Midtsjælland, Japanvej 2, Slagelse. Tilmelding til spisning senest 24. sept. 7. okt. kl. 18-21: Områdegeneralforsamling i Holbæk, Stenhusvej 35, Holbæk. Tilmelding til spisning senest 30. sept. 8. okt. kl. 18-21: Områdegeneralforsamling i Nordvestsjælland, Banegårdspladsen 3, Kalundborg. Tilmelding til spisning senest 2. okt. 4 x julebanko 5 nov. kl. 19-21, Stenhusvej 35, Holbæk. 21. nov. Toftegårdsvej 14, Asnæs. 19. nov. Japanvej 2, Slagelse. 26. nov. Banegårdspladsen 3, Kalundborg. 30. nov. kl. 17-21: Ordinær repræsentantskabsmøde, Filadelfia, Kurvej 4, Dianalund. Tilmelding til spisning senest 20. nov. Kontakt: Tlf. 46 97 38 60. Telefon- og åbningstider: man. og tirs. kl. 9-15, ons. lukket, tors. kl. 9-17 og fre. kl. 9-13. Hjemmeside foa.dk/vestsjaelland. Mail vestsjaelland@foa.

dk. Akuttefon faglig 46 97 21 63 kl. 16-22 på hverdage. A-kassens callcenter 46 97 10 10 kl. 16-20 på hverdage.
A-kassen. 1. okt. kl. 17-20: Efterlønsmøde i Område Nordvestsjælland, Banegårdspladsen 3, Kalundborg. 12. nov. kl. 17-21: Efterlønsmøde i Område Midtsjælland, Japanvej 2, Slagelse. Gratis og tag gerne en ledsager med.
Efterløns- og seniorklubben Holbæk. 5. okt. kl. 13-15: Kvinde-skæbner i Danmark ved Odins Ravne. 2. nov. kl. 13-15: Klubbens årlige andespil. Tilmelding ikke nødvendigt, mød blot op.
Efterløns- og seniorklubben Slagelse. 14. okt. kl. 14-16: Bankospil. 11. nov. kl. 14-16: Den første kærlighed v. Carl Erik Lundgaard. Tilmelding ikke nødvendig, mød blot op.
Efterløns- og seniorklubben Ringsted. 1. okt. kl. 14-16: Med traktor og campingvogn fra Høng til Nordkap. 5. nov. kl. 14-16: Ordinær generalforsamling og efterfølgende bankospil. Tilmelding ikke nødvendig, mød blot op.
Efterløns- og seniorklubben Nordvestsjælland. 7. okt. kl. 11-15: Bankospil og fællesspisning. Tilmelding på foa.dk/vestsjaelland.
Ringsted Kongrescenter. Nye oplevelser med 10 % rabat til alle forestillinger, køb billetter via linket i nyhedsbrevene udsendt via mail.



Tjek din løn

Får du den løn, du har krav på?

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

Tjek din løn på: foa.dk/loentjek

FOA

Redaktionen sluttet
12. august

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

Frist til nummer 5
19. oktober

Annoncer
Dansk Mediaforsyning
Telefon
70 22 40 88
dmfnet.dk

Annoncefrist
Nummer 4:
21. september
Nummer 5:
16. november

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

Nummer 4 udkommer
Uge 43 2020

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

Vi tager ansvar for indholdet og er tilmeldt

PRESSE NÆVNET

Medlem af Danske Medier

DANSKE MEDIERS OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmedier-nes Oplagskontrol

Oplag:
181.225/10. årgang
Tryk: Color Print A/S
ISSN: 1901-5712



Social- og Sundhedsafdelingen:

46 97 22 22
foa.dk/sos
Sydfyn: 46 97 27 27
foa.dk/sydfyn
Sydsjælland: 46 97 28 00
foa.dk/sydsjaelland
Sønderborg: 46 97 34 00
foa.dk/soenderborg
Sønderjylland: 46 97 35 00
foa.dk/soenderjylland

Varde: 75 21 01 00
foa.dk/varde
Vejle: 75 82 52 88
foa.dk/vejle
Vendsyssel: 46 97 10 30/46 97 13 46
foa.dk/vendsyssel
Vestsjælland: 46 97 38 60
foa.dk/vestsjaelland
Viborg: 46 97 30 30
foa.dk/viborg
Århus: 89 36 66 66
foa.dk/aarhus

PMF-afdelinger

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

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

Udgiver:

FOA

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

QUIZ

KRAV

1. Hvor mange af FOAs medlemmer er helt eller delvist enige i, at ledelsen på deres arbejdsplads gør en stor indsats for klimaet?

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

2. Social- og sundhedshjælper Mirsada Totic har fået hjælp af FOA til at ...

- A. Søge nyt arbejde
- B. Anmelde en arbejdsskade
- C. Få lønforhøjelse

3. Hvornår er sidste frist for at indsende krav til OK21 for medlemmer og FOA-afdelinger?

- A. 1. oktober 2020
- B. 10. november 2020
- C. 1. januar 2021

4. Hvor mange af FOAs medlemmer har været udsat for mobning på deres arbejdsplads indenfor det seneste år?

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



5. Jennie Nielsen har et mantra om, at ingen skal føle sig dumme. Hvad laver hun?

- A. Underviser på SOSU-Fyn
- B. Praktikvejleder på plejehjem
- C. Pædagog i børnehaven



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

- A. Spiselige larver
- B. Træflis
- C. Ristede mandler

KAN DU DIT FAGBLAD?

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

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen. Send dit svar til: brevkasse@foa.dk **senest 20. september**. Du kan også besvare quizzen på foa.dk/quiz

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 2/2020 blev **Berit Poulsen, Skjern**.

Partistøtte – nej tak!

Hvert år skal fagforeninger sende en blanket til framelde af partistøtte til deres medlemmer. Det står der i 'Lov om private bidrag til politiske partier og offentliggørelse af politiske partiers regnskaber' fra 1990. Selv om det siden er blevet muligt at underskrive sådan en erklæring online, gælder loven stadig.

FOA går ikke ind for, at medlemmerne skal støtte politiske partier over kontingentet. Skulle det på et tidspunkt komme på tale, kan du på forhånd melde fra ved at bruge kuponen herunder.

Kuponen skal sendes til forbundets revisor. På den måde sikrer du dig anonymitet. FOA får kun at vide, hvor mange der har framelde sig – ikke hvem. Frameldingen gælder, indtil du annullerer den. Du behøver derfor ikke indsende kuponen, hvis du allerede har gjort det tidligere.

Du kan finde frameldingskuponen på foa.dk/partistoette og skrive den ud, hvis du vil undgå at klippe i bladet. Men desværre er du stadig nødt til at købe et frimærke og spadsere ned til postkassen.

☐ **Framelding:** Jeg ønsker at være fritaget for at betale til politiske partier eller partipolitiske formål i øvrigt over medlemskontingentet. Sendes til: Ri Statsautoriseret Revisionsaktieselskab, Skagensgade 1, 2630 Tåstrup
Mærk kuverten: **Erklæring**

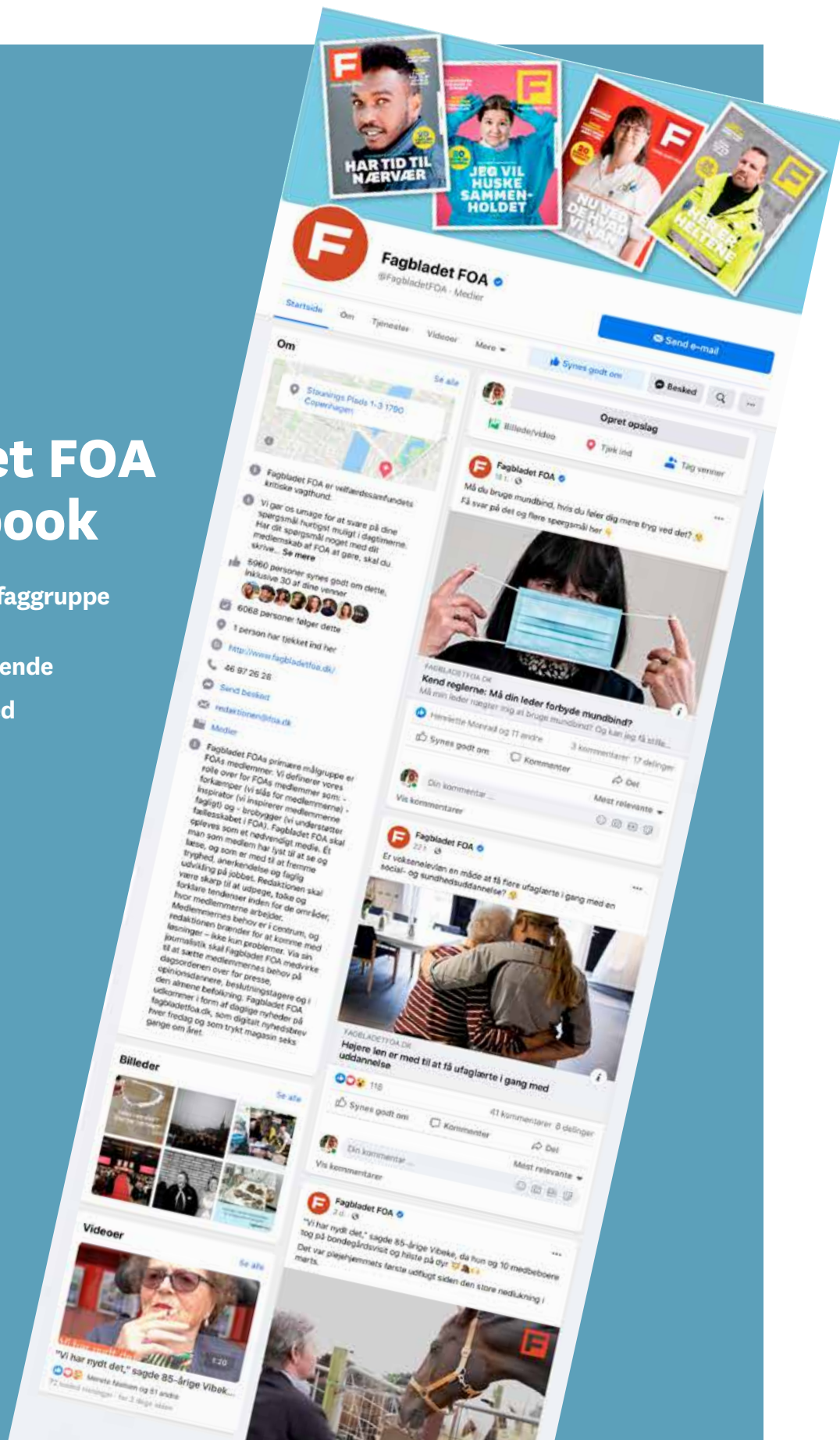
Cpr.nr.
Lokal FOA-afdeling
Navn
Adresse
Postnummer og by
Dato
Underskrift

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN



Følg Fagbladet FOA på Facebook

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



SPAR PENGE

TJEK DINE **FOA FORDELE** I PENSAM BANK

Er du med i FOA, kan du spare penge. Vi tilbyder priser & fordele ingen samlet set kan matche.

pensam.dk/foa_fordele

RING PÅ
44 39 39 53
og hør om **DINE**
fordele



LØNKONTO

- ✓ 3% i rente op til 25.000 kr.
- ✓ Kassekredit op til 50.000 kr.
- ✓ Personlig rådgiver
- ✓ Gebyrfri hverdag



BILLÅN

- ✓ Fra 2,95% i rente



PRIVATLÅN

- ✓ 5,95% i rente på privatlån - **NYHED**



BOLIGLÅN

- ✓ Landets billigste boliglån
- ✓ Spar 2.500 kr. pr. lånt million hos Totalkredit årligt
- ✓ Boligrådgivning fra start til slut

PenSam

FOA