

Fagbladet **FOA**

fokus:

AV, MIN ARM

Nye regler gør det nemmere at
få anerkendt arbejdsskader

SIDE 8

HJERNE I HØJT GEAR

Puslespil kan være med til at
spotte de højtbegavede børn

SIDE 28

5

TRIN TIL AT FORSTÅ LOKALLØN

SIDE 39

LÆRER AT PASSE PÅ NATUREN

Dagtilbud har taget FN's Verdensmål til sig SIDE 22-27

Den bedste arbejdsskade

Den bedste arbejdsskade er den, der aldrig sker. Sådan lød budskabet i en kampagne fra FOA i efteråret.

Men arbejdsskader sker, og FOAs medlemmer anmelder cirka 4.000 af dem om året. Selvom fagforeningen står klar med god hjælp og ekspertise, er det ikke alle skader, der bliver anerkendt af myndighederne.

En årsag er de seneste års urimeligt stramme praksis, som betyder, at skader af såkaldt 'forbigående karakter' er blevet afvist som arbejdsskader.

Men nu sker der noget. Efter flere års pres fra FOA ændres loven fra årsskiftet, og det kan få stor betydning for de medlemmer, der anmelder en arbejdsskade.

Den 43-årige social- og sundhedshjælper Gitte Bak Tanderup kom til skade på det forkerte tidspunkt. Hun fik et voldsomt smæld i skulderen og har nu forladt faget

– efter daglige smerter, operation, firing og manglende anerkendelse. Sidste ord er dog endnu ikke sagt i den sag. ★

Gitte Hejberg

**PS: Jeg glæder mig
i denne tid ...**

Og det er ikke kun til de kærekomne jule- og nytårsdage. Fagbladets redaktion arbejder nemlig lige nu på at gøre dit fagblad endnu bedre og mere overskueligt, og vi ser frem til at lande i din postkasse igen til marts.

Læs side 44



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

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

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

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

Rikke J. Rasmussen
journalist
rkjr@foa.dk
Tlf.: 46 97 26 44

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

Gittes kamp

Det udviklede sig til et mareridt, da Gitte Bak Tanderup kom til skade i 2016. Nu stævner FOA Ankestyrelsen.

Læs side 10



PSLUGT

AF

GLAS

De skærer i glas, farver det og forvandler stumperne til små kunstværker. I glasværkstedet på SFO'en på Fynslundskolen får børnene lov til at udfolde sig kreativt.

Side 16

Gyldne gave-råd



Små gaver og store glæder.

Side 42



Her har børn og unge et helle

Fritids- og ungdomsklubber i udsatte boligområder løser mange sociale opgaver, viser ny forskning.

Side 6

I hvert nummer

Striiben	14
Fagligt talt	20
FOA hjælper	30
#vejtilmitfag	32
Din sundhed	50
Quizen	51

tema
lokalløn

“Det føles godt at blive anerkendt”

Pædagogmedhjælper Daniel Andersen Millot har fået et ekstra løntrin.

Side 34-41

UDGIVER

FOA

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

Linnea Kadziola
journalistpraktikant
lika@foa.dk
Tlf.: 46 97 26 22

Astrid Ingemann
journalistpraktikant
asgi@foa.dk
Tlf.: 46 97 25 65

Iben Gad
fotojournalistpraktikant
igad@foa.dk
Tlf.: 46 97 24 68

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

nyt

3,9

procent falder gennemsnitslønnen, når andelen af kvinder i et fag stiger med 10 procent.

Kilde: Vive-rapporten
'Kvindefag er stadig lavtlønsfag'

Seniorpension indføres fra nytår

1. januar bliver det muligt at søge seniorpension. Ordningen er målrettet borgere, der har seks år eller mindre til folkepensionsalderen, har haft en langvarig tilknytning til arbejdsmarkedet og har en arbejdssevne på 15 timer eller mindre. Seniorpension træder i stedet for ordningen om seniorførtidspension.

Kilde: bm.dk



Foto: Iben Gad



Hvis man som arbejdsgiver spekulerer i at bruge illegal arbejdskraft og har en stor fortjeneste på det, så skal det koste.

UDLÆNDINGE- OG INTEGRATIONSMINISTER MATTIAS TESFAYES (S)
REAKTION PÅ ØGET BRUG AF ILLEGAL UDLANDSK ARBEJDSKRAFT,
TIL NETAVISEN PLO



Forældre demo for flere voksne.

Tusindvis af forældre og børn i gult demonstrerede for minimumsnormeringer i København og Herning, da forældrebevægelsen 'Hvor er der en voksen' 22. november gik på gaden under finanslovsforhandlingerne. Mange havde holdt børnene hjemme, så medarbejderne i institutionerne kunne være med.

Hvilke ønsker har du for dit arbejdsliv det kommende år?



Brian Møllepovl, pædagogisk assistent/ftir i Gladsaxe

Mere anerkendelse

Pædagogiske assistenter skal i højere grad anerkendes som veluddannede og kvalificeret arbejdskraft i daginstitutionerne. Personligt kunne jeg godt tænke mig mere efteruddannelse om ledelse i forhold til min rolle som fællestillidsrepræsentant.



Jurate Elnaf, dagplejer i Sønderborg

Husk dagplejen

Jeg har et ønske om, at debatten om normeringer også kommer til at involvere dagplejen. For en hverdag med fire til fem børn er hårdt for en dagplejer, som hurtigt kan blive fysisk nedslidt.



Henrik W. Jensen, teknisk serviceleder i Ishøj

Nedsat tid

Jeg vil gerne lidt ned i tid med en ugentlig fridag. Jeg er 64 år og har været teknisk serviceleder på en skole i 27 år, og det kan godt mærkes på kroppen, når jeg dagligt flytter rundt på borde og stole. Jeg overvejer også at gå på efterløn.



Heidi Grønlund Hansen, pædagogmedhjælper/ftir i Høje-Taastrup

Håber på lønløft

Mit ønske er, at pædagogmedhjælpere og pædagogiske assistenter får et lønløft ved de decentrale lønforhandlinger. Derudover håber jeg, at vi får uddannet flere pædagogmedhjælpere og får flere pædagogiske assistenter i arbejde.

Nu skal AMU afsluttes med prøve

Fra nytår skal alle AMU-elever til 'afgangsprøve'. Formålet er at **højne uddannelsens kvalitet**. FOA tror på, alle kan være med.

.....
Af Linnea Kadziola



Foto: Colourbox.com

Efter nytår vil arbejdsmarkedsuddannelserne (AMU) indeholde en afsluttende prøve. Målet er, at man på den måde styrker efteruddannelserne og giver dem et løft:

“Prøverne er med til at tydeliggøre, hvad man har lært, og på den måde skabe anerkendelse, synliggøre kompetencerne og give værdi på arbejdspladsen,” siger **Vinni Jakobsen**, der i FOA er politisk ansvarlig for uddannelsesområdet.

Deltag aktivt og bestå

Hvor det hidtil alene har været underviseren, der vurderede deltageren, afhænger bedømmelsen 'bestået' eller 'ikke bestået' i fremtiden af en prøve. Det skal dog ikke afholde folk fra at tage uddannelsen, understreger Vinni Jakobsen.

“Det er ikke en prøve, man skal læse op til. Så længe man deltager aktivt, så mener FOA, at man skal kunne bestå. Har man læse- eller skrivevanskeligheder, er der hjælp at hente.

Hvis man deltager aktivt i undervisningen, bør man **kunne bestå** den nye AMU-prøve – uanset om man har svært ved at læse og skrive, lyder vurderingen fra Vinni Jakobsen, FOA.

Består man ikke, er der mulighed for omprøve,” siger hun.

Motiverer læring

Ulla Pilehøj er uddannelseschef for AMU og VEU på SOSU H, hvor prøverne er blevet testet. Hun erfarer, at langt de fleste består.

“Vi oplever hovedsageligt, at læringen skærpes, fordi prøverne giver motivation. Men for nogle få kan prøver virke skræmmende og hæmmende,” siger hun.

For at sikre, at prøverne virker og måler, hvad de skal, er de løbende blevet vurderet i en toårig prøveperiode.

“For os er det vigtigt, at prøverne giver mening og skaber tillid til uddannelsens værd, så både arbejdsgiver og arbejdstager selv kan se, hvad man har lært,” siger Ulla Pilehøj.

Den nye AMU-prøve blev aftalt ved trepartsforhandlingerne mellem regeringen og arbejdsmarkedets parter i 2017. ★

lika@foa.dk

[bag om ordet]

AMU. AMU-uddannelserne er målrettet ufaglærte og faglærte og har som formål at styrke dem i kompetencer, der efterspørges på arbejdsmarkedet.

Læs mere

Se den fulde liste over AMU-kurser på **voksenuddannelse.dk** under 'Søg AMU-kurser', hvor tilmelding også foregår.

3

typer af test er mulige i den nye model, hvor prøverne enten vil foregå mundtligt, skriftligt eller som en praktisk opgave. Den afholdes i forlængelse af undervisningen og indgår i den tid, der er afsat til uddannelsen.

Flere søger kurser

I 2018 blev der gennemført 476.185 AMU-kurser. Det er fire procent flere end året før.

Kilde: uvm.dk

Fritids- og ungdomsklubber er et helle

Ny forskning dokumenterer fritids- og ungdomspædagogers uvurderlige betydning for **børn og unge i udsatte boligområder**.

.....
Af Nana Toft

Det er aktiviteterne, der trækker børn og unge ind i fritids- og ungdomsklubberne. Men det er personalet, der fastholder dem og skaber et uvurderligt fællesskab for børn og unge i udsatte boligområder. Det viser en ny undersøgelse fra Aarhus Universitet.

“Der er aktiviteter, man er fælles om, og som ligner de tilbud, der er i mange andre fritids- og klubtilbud. Men derudover beskriver de unge en meget stærk relation til det pædagogiske personale,” fortæller lektor og ph.d. **Kirsten Elisa Petersen**, der er en af forskerne bag undersøgelsen.

Forebygger kriminalitet

Det pædagogiske personale har på den måde en dobbeltrolle, forklarer Kirsten Elisa Petersen. De er traditionelle fritids- og klubpædagoger, men de løser også en lang række sociale opgaver.

“Det kan være, de hjælper med lektier, problemer med politiet eller med at finde et fritidsjob,” siger Kirsten Elisa Petersen.

Hun konkluderer, at fritids- og ungdomsklubberne er et slags helle for de unge. Et fællesskab, der kan virke forebyggende i forhold til de unges risiko for at bevæge sig ind i kriminalitet og bandegrupperinger.

“Min analyse er, at det er fordi, det pædagogiske personale går langt. De har et stærkt fagligt fokus på at inkludere de unge, uanset hvilke udfordringer de måtte have,” siger hun.

I Amager Midt i København, der tæller en række udsatte boligområder, nikker konstitueret leder for fritids- og juniorklubberne **Rikke Nygaard** genkendende til det at gå den ekstra mil for de unge. Det er nødvendigt, da flere af børnene har oplevet deres andel af trælse ting, forklarer hun.

“Selv hvis de er blevet smidt ud af skolen, bliver de aldrig smidt ud hos os. Vi gør alt for at vise dem, at vi vil dem,” siger Rikke Nygaard. ★

redaktionen@foa.dk

Ny forskning

Fritids- og klubpædagogik kan noget særligt i udsatte boligområder:

- Personalet har først og fremmest fokus på at skabe gode og respektfulde relationer. Uden dem opnår man intet: Man skal kunne skabe respekt om sin person, være tydelig og holde, hvad man lover.
- Børnene og de unge får hjælp til for eksempel lektier, fritidsjob, søge uddannelse.
- Det pædagogiske arbejde forebygger kriminalitet. Flere af de unge peger i interview på, at netop fritids- og ungdomsklubben hjælper og støtter dem i forhold til at bevæge sig ind i en periode, hvor de hænger ud på gaden og kigger på de lokale bandegrupperinger.

👉 **Læs mere**

.....
edu.au.dk – skriv ‘fritidsklub’ i søgefeltet.



Pædagog
Mohammed Oali:

“Vi dømmes ikke de unge”

.....
Af Nana Toft ★ foto: Iben Gad

“Hey, Yav. Godt at se dig.”

Pædagog **Mohammed Oali** giver 17-årige **Yav Yeboah** et varmt kram.



Rikke Nygaard, konstitueret leder af fritids- og juniorklubber i Amager Midt

"Vi har børnene fra 4. klasse, og det giver os mulighed for at sætte tidligt ind. Er tilliden og trygheden på plads, når de er 10 år, har vi de bedste forudsætninger for at gøre en forskel."



Emilie Medenets, pædagog i juniorklubben Præstevænget

"For mange af børnene er vi de primære professionelle. De kontakter os først, inden de eventuelt kontakter lærere eller sagsbehandlere."

"Det er lang tid siden. Jeg har savnet dig," siger Mohammed.

Yav smiler stort og forklarer, at der er en del lektier i 3.G på Gefion Gymnasium. Han prøver ellers at komme i Garagen, en ungdomsklub i Hørgården på Amager, der er på regeringens ghettoliste, alle de dage, de har åbent. Det har han gjort, siden han var 12 år.

"Pædagogerne forstår mig. Det føles ikke, som om de er pædagoger, mere storesøstre

Pædagog Mohammed Oali (tv.) hilser på Yav Yeboah, der er en af de trofaste brugere af ungdomsklubben Garagen. Hvis de unge har lyst, **hænger krammene altid løst** hos det pædagogiske personale i fritids- og ungdomsklubberne i Amager Midt.

eller storebrødre. Her kan jeg være mig selv," siger han.

Ser de unge, som de er Mohammed Oali og hans kolleger, pædagog Emilia Medenets og pædagogisk leder Rikke Nygaard, prioriterer da også tillid, tryghed og

rummelighed over alt i relationen til de unge. De ansatte lytter, hvis der er vold i hjemmet, er med til afhøringer og hjælper med lektier.

"Vi tager med ud og hepper til fodboldkampe i weekenderne. Vi er bisiddere, vi hjælper med at finde sko til

fodbold, og så dømmer vi ikke. Selvom andre måske gør det," siger Mohammed Oali.

For **Emilia Medenets** handler det meget om at se de unge, som de er. Ikke som det, de ofte bliver opfattet som: Piger og drenge i store jakker, der begår hærværk og kriminalitet.

"De unge bliver ofte stigmatiseret ud fra, hvordan de ser ud. Det gør vi ikke her."

Vi lukker ikke telefonen

Mohammed Oali har været pædagog i ungdomsklubben i 12 år, og ifølge ham er der langt færre og mindre vold-

somme problemer med de unge i dag. Men klubben befinder sig fortsat i en ghetto, og det gør, at man som pædagog ikke bare kan nøjes med at spille bordtennis.

"Vi kan have unge med selvmordstanker, voldsomme problemer derhjemme, kriminalitet, eller at de er blevet smidt ud af skolen. Her lukker vi ikke bare telefonen klokken 18. Vi giver ikke vores private nummer til alle, men vi går ekstra langt for at vise dem, at vi vil dem. Fordi de stoler på os, tør vi også sige til dem, hvis de har lavet noget lort," siger Mohammed Oali. ★

Lettere at få anerkendt

Nye regler betyder, at der fra nytår blødes op for seks års stram praksis i arbejdsskadesager. Nu kan såkaldte **'forbigående skader'** igen anerkendes.

Fokus er skrevet af Astrid Ingemann ★ foto: Claus Bonnerup

Hvis du kommer ud for et uheld på dit job, vil det fra nytår blive lettere at få ulykken anerkendt som en arbejds-skade.

Det er konsekvensen af en lovændring, som ikke mindst FOA har presset på for at få gennemført som reaktion på det markante fald i antallet af anerkendte arbejdsskader, der er sket siden 2013.

Dengang betød en dom i Højesteret, at praksis blev strammet. Skader, der blev betragtet som 'mindre og forbigå-

ende', skulle ikke længere stemples som 'arbejdsskader'.

I de to første år med den praksis betød det, at antallet af anerkendte arbejdsskader blandt FOA-medlemmer faldt med knap 19 procent – fra 4.395 i 2014 til 3.575 i 2016.

FOA: Et vigtigt skridt

Forbundssekretær i FOA **Jens Nielsen** er glad for lovændringen.

"Det er et vigtigt skridt inden for

området. Når skaderne ikke bliver anerkendt, har vi svært ved at få et reelt billede af, hvor udfordringerne er. Nu får vi meget bedre mulighed for at se, hvor folk kommer til skade både fysisk og psykisk, og så kan vi begynde at arbejde forebyggende," siger Jens Nielsen.

Når de skærpede 2013-krav bliver sløjft fra det nye år, vil man primært have fokus på den såkaldte årsagssammenhæng, når man vurderer, om en skade skal anerkendes.

2003

En ny arbejdsskadereform betyder, at alle de sager, hvor der er en såkaldt årsagssammenhæng mellem en hændelse på jobbet og en personskaade, anerkendes som en arbejdsskade. Det betyder, at der sker en stigning i antallet af anerkendelser.

2013

På baggrund af en højesteretsdom bliver reglerne skærpet. For at få anerkendt en skade skal den nu være varig eller behandlet med for eksempel fysioterapi, operation eller psykologhjælp. Det betyder, at mindre forbigående skader ikke længere bliver anerkendt.

2014

Antallet af anerkendte arbejdsskader begynder at falde drastisk på grund af de skærpede krav.

2015

Arbejdsskademyndighederne skruer lidt mere på kravet om behandling. En ting er, at man havde fået behandlet skaden, men nu skal man også igennem det nåleøj, der hedder, at behandlingen har været nødvendig for at komme sig.

Vendepunktet

I 2015 ramte de nuværende regler for anerkendelse af arbejdsskader bunden. Her gennemgår vi forløbet.

arbejdsskader

Det betyder, at skaden bliver anerkendt, hvis eksempelvis en social- og sundhedsassistent får rygsmerter efter et tungt løft i en akavet stilling – også selvom skaden går i sig selv og ikke er blevet behandlet.

Minister: Mere retfærdighed

Det er nyt, og det vil derfor få stor betydning for antallet af anerkendte skader, forklarer **Anne Signora Toft**, der er advokat i FOA.

“Vi vil uden tvivl se, at procenten af anerkendte anmeldelser vil stige støt. Mange af de skader, som er blevet afvist de seneste år, burde være blevet anerkendt, hvis de var sket efter nytår,” siger hun og understreger, at det er

umuligt at vurdere, hvor stor stigningen vil blive.

Lovændringen blev fremlagt under den tidligere regering og vedtaget enstemmigt i Folketinget. Ifølge beskæftigelsesminister **Peter Hummelgaard** (S) vil de nye regler skabe mere retfærdighed på området.

“Vi forventer, at flere tilskadekomne vil opleve at få deres arbejdsulykke anerkendt som en arbejdsskade. Derudover vil Arbejdsmarkedets Erhvervs-sikring hurtigere kunne tage stilling til, om der er tale om en arbejdsulykke eller ej. Det har stor betydning for den enkelte tilskadekomne at få en hurtigere afklaring,” siger Peter Hummelgaard. ★

asgi@foa.dk



Husk at anmelde alle skader

Sådan lyder opråbet fra forbundssekretær Jens Nielsen, FOA, til alle de led i fagfor- eningen, der arbejder med arbejdsskader. “De seneste år har vi måske vænnet os til, at det er spild af tid at anmelde nogle typer af skader. Men med den nye praksis bliver det anderledes,” siger Jens Nielsen, der kun ærgrer sig over én ting:

“Der opereres ikke med ‘tilbagevirkende kraft’. De nye regler gælder kun nye ulykker og uheld og favner desværre ikke alle dem, der er blevet fanget i fælden siden 2013.”

Kommer du til skade på jobbet, skal du kontakte din tr, amr eller FOA-afdeling.

Den nye lovændring træder i kraft. Nu kan mindre, forbigående skader anerkendes, uanset om de har udløst behov for behandling eller ej. Man forventer derfor, at anerkendelsesprocenten vil stige igen.

2020

Lovgiverne erkender, at det ikke kan være rigtigt, at man har en anerkendelsesprocent, som styrtdykker. Derfor vil man tilbage til intentionen med 2003-reformen, som var, at flere arbejdsskader skulle anerkendes.

2018

Og det fik konsekvenser

Sosu-hjælper Gitte Bak Tanderup er et af de FOA-medlemmer, der kom til skade på det forkerte tidspunkt. Det udviklede sig til et mareridt.

2016



Mod Gitte på næste side →

Tidligere sosu-hjælper
Gitte Bak Tanderup:
"Det vigtigste er ikke,
om jeg får erstatning
eller ej, men jeg synes,
det er forkasteligt, at
man ikke anerkender
skaden som en arbejds-
skade, når den åben-
lyst er det. Jeg føler
mig faktisk til grin."

Hun fik en kold skulder

Gitte Bak Tanderup ødelagde sin skulder og måtte forlade faget. Men **Ankestyrelsen afviser, der er tale om en arbejdsskade**, fordi uheldet skete i 2016.

Gittes forløb

- **Juni 2016:**
Gitte Bak Tanderup får en skade i venstre skulder
- **November 2016 og januar 2017:**
Hun går til læge på grund af smerter i skulderen
- **Maj 2017:**
Gitte bliver sygemeldt fra sit arbejde
- **December 2017:**
Gitte bliver opsagt
- **Januar 2018:**
Gitte bliver opereret i skulderen
- **August 2018 til marts 2019:**
Gitte arbejder på et privat plejehjem med administrative opgaver
- **Marts 2019:**
Gitte begynder at arbejde i en Coop butik, hvilket hun stadig gør.

Vi er i Vestjylland. På en helt almindelig vagt på Sevel Alderdomshjem. **Gitte Bak Tanderup** er på arbejde som social- og sundhedshjælper og skal som så ofte før forflytte en beboer fra sengen til en bækkenstol.

Men beboeren snubler, og da Gitte rækker ud for at gribe den gamle, giver det et smæld i hendes venstre skulder.

"I samme sekund tænker jeg: 'Åh nej', der er noget galt," fortæller den nu 43-årige Gitte Bak Tanderup om episoden, der fandt sted i juni 2016.

Hun fik bekræftet sin mistanke, da hun dagen efter gik til kiropraktor. Hun kunne ikke strække armen bagud og havde smerter og blev sygemeldt i to dage.

Men hun opsøgte ikke sin læge. Efter den korte sygemelding havde hun nemlig to ugers ferie.

"Jeg var sikker på, at hvis jeg holdt skulderen i ro i de to uger, ville smerterne gå over. Så ville jeg være klar til at komme på arbejde igen," siger Gitte Bak Tanderup.

Ville hjælpe døende borgere

Hun tog fejl. Smerterne forsvandt ikke, men Gitte bed dem i sig og tog på arbejde.

"På det tidspunkt havde vi rigtig mange sygemeldinger, så jeg følte lidt et fagligt ansvar. Jeg havde to borgere, der var døende, som jeg gerne ville være der for. Så jeg tog panodiler og passede mit arbejde."

I november 2016 blev smerterne så slemme, at Gitte gik til sin læge.



Det føles virkelig uretfærdigt og respektløst.

GITTE BAK TANDERUP, SOSU-HJÆLPER



Foto: Claus Bømerup

Et halvt år senere blev hun sygemeldt, og i december 2017 blev hun fyret. En måned senere blev hun opereret i skulderen. Lægen, der opererede, var ikke i tvivl om, at skaden skyldtes hændelsen på Gittes job.

Uretfærdig afgørelse

I første omgang blev hendes arbejdsskade anerkendt, og vurderingen var, at hun havde ret til godtgørelse grundet varige men. Men forsikrings-selskabet klagede, og sagen røg videre til Ankestyrelsen. Her fik forsikrings-selskabet medhold med den begrundelse, at skaden var 'forbigående'.

Ankestyrelsen fandt det ikke bevist, at de smerter, Gitte gik til lægen med i november 2016, skyldtes hændelsen på jobbet. Heller ikke selv-

om sygehuset sagde det modsatte.

"Det føles virkelig uretfærdigt og respektløst. Jeg har passet mit arbejde og gjort en indsats for de ældre."

Hun kan stadig ikke strække sin arm bagud, hun har daglige smerter, og hun kan ikke længere arbejde som social- og sundhedshjælper, men har fået job i en butik.

"Jeg brændte for mit arbejde og ydede mit bedste, men det nytter ikke noget at gå og ærgre sig over, at jeg ikke kunne blive i faget. Men det er da pisseirriterende, at jeg har været vant til at kunne alting selv. Nu kan jeg ikke engang løfte en gryde fyldt med vand."

Ankestyrelsen har ikke ønsket at kommentere sagen overfor Fagbladet FOA. ★

FOA stævner Ankestyrelsen

Formelt er Gitte Bak Tanderups sag slut. Men sidste ord er dog ikke sagt. FOA er nemlig stærkt utilfreds med, at Ankestyrelsen har afvist at anerkende hendes skade som en arbejdsskadesag.

Derfor vil FOA nu stævne Ankestyrelsen for at få ændret den afgørelse, oplyser **Anders Bang Mønster Hansen**, der som advokat i FOA repræsenterer Gitte Bak Tanderup.

"Vi er enige med den læge, der opererede Gitte. Der er en sammenhæng mellem episoden på hendes job og de smerter, hun havde dagene efter. Uanset om skaden var forbigående eller varig, ville den altså være anerkendt som en arbejdsskade, hvis den var sket efter de nye regler."

Anders Bang Mønster Hansen understreger samtidig, at det af hensyn til blandt andet erstatning er vigtigt at få en skade anerkendt – uanset om den er forbigående eller ej.

"Hvis myndighederne ikke kan bevise, at for eksempel lønnedgang eller helbredsproblemer ikke har noget med arbejdsskaden at gøre, men skyldes andre årsager, er du berettiget til erstatning," siger Anders Bang Mønster Hansen.

En forbigående skade udløser ikke erstatning, fordi der ikke er tale om varige men eller erhvervsevnetab. Men derfor er det alligevel vigtigt at få den anerkendt som arbejdsskade.

"Det har stor betydning og gør det nemmere at åbne sagen, hvis skaden blusser op igen. Hvis den ikke er blevet anerkendt i første omgang, skal man først bevise, at der er tale om en arbejdsskade, og det kan være rigtig svært. Så man står utvivlsomt bedre med en anerkendelse," forklarer Anders Bang Mønster Hansen. ★

groft sagt

Afsløring:

Det er ikke julemanden, der holder julen i gang. Det gør FOAs medlemmer. Glædelig jul og godt nytår til alle.

Illustration: Gitte Skov



[snuden fremme]

TV-vært og forfatter Pelle Hvenegaard slår et slag for **minimumsnormeringer** i daginstitutionerne.

Jeg kan se, hvad det betyder for børnene, når der er voksne nok. I min datters børnehave, hvor de har gode normeringer, er det ikke kun brandslukning. De har overskud til at give børnene opmærksomhed og se dem.

Jeg har en søster, der måtte sige op fra sit forrige job som pædagogmedhjælper, fordi hun knækkede. Om morgenen kunne hun stå med op til 17 børn alene den første time og tage imod grædende børn. Hun syntes, det var særdeles uanstændigt over for børnene, og det skar i hjertet på hende.

Det er grotesk, at vi ikke kigger os selv i øjnene og beslutter, hvad vi vil med al den rigdom og de privilegier, vi grundlæggende har i forhold til andre steder i verden.

Hvad er det for nogle liv, vi vil leve og byde andre? Jeg havde håbet, at socialdemokraterne kunne tage den kamp.

Vi har en statsminister, som siger, at hun er børnenes statsminister. Jeg tror, det er vigtigt, at man fra Folketingets side har det som første prioritering at sætte en minimumsstandard for, hvordan børnene har det. Hvorfor ikke sætte ambitionen højt og sige: Det her er det land, hvor det som barn er allerbedst at vokse op i. ★



Foto: Privat foto

44-årige **Pelle Hvenegaard** har næsten 100.000 følgere på Instagram, som han via et opslag opfordrede til at deltage i demonstrationen for bedre normeringer i landets børnehaver og vuggestuer.

Endelig slut med OPPUSTET MAVE

Selvom Linda fra Nordjylland altid har holdt sig i god form, blev maven alligevel oppustet dagligt. Hun fandt en effektiv løsning med ingredienserne i Macoform Plus.

– Jeg har altid være forholdsvis slank og spist sundt uden at være fanatisk. Jeg har trænet og holdt mig i nogenlunde god form. Især derfor var det bare så uretfærdigt, at jeg alligevel dagligt følte mig enormt oppustet, når vi nåede til aften, siger Linda.

– Det var lige meget, om det var en dag på grønt og fibre, eller en dag på fast food: Jeg følte, jeg havde slugt en ballon, der bare ikke ville "miste" luften. Jeg prøvede mange forskellige ting fra den lokale helsekostbutik for at slippe af med den oppustede mave, men fandt ikke noget, der kunne hjælpe mig.

Job med fart på

– Da jeg blev gravid for et par år siden, var der en længere periode hvor jeg naturligvis ikke tænkte på problemet – men jeg skal da lige love for, at det vendte tilbage, efter jeg havde født min lille datter. Måske havde det i virkeligheden slet ikke været væk, men jeg havde i hvert fald ikke bemærket det i de 9 måneder, hvor kroppen jo opfører sig anderledes på vildt mange områder, fortæller Linda mens hænderne kører hen over maven.

– Jeg vendte tilbage til mit job som assistent store manager igen efter endt barsel. Det er et job, hvor der er pres på. Jeg både går og står meget i løbet af dagen. På en god dag kan det sagtens blive til 12 -15 km, så

det er bestemt ikke fordi, jeg ikke bevæger mig, at min mave bliver oppustet. Jeg er i tæt kontakt med kunderne 24-7, så det er vigtigt for mig, at jeg har det godt med mig selv. Så er jeg bedre i stand til også at give noget godt til kunderne og yde den bedste service.

Erfaringsudveksling i mødregruppen

– Som relativt nybagt mor, er jeg også i en mødregruppe, og her får vi snakket om rigtig mange ting. Også oppustede maver.

– Det var da også her, jeg fik en anbefaling om at prøve Macoform Plus. En af de andre mødre havde en æske, som hun syntes, jeg skulle prøve. Og hold da op! Der gik ikke ret mange dage, før end jeg både mærkede og så en kæmpe forskel.

Ingredienser i Macoform Plus tager oppustetheden

– I dag tager jeg en tablet hver aften kort før vi spiser. Det gør, at jeg ikke længere bliver oppustet. Jeg har ikke længere den tunge fornemmelse i maven, du ved: den, hvor man bare har lyst til at åbne bukselinningen og smide sig på sofaen. Der er fuld fart på – hjemme og på jobbet – og jeg har bare et helt andet overskud efter at jeg har fået styr på maven igen, siger Linda.

EN FLAD
MAVE UDEN
OPPUSTETHED



INGREDIENSER I MACOFORM PLUS:

- ✓ Mindsker luft i maven
- ✓ Fjerner oppustethed
- ✓ Velvære i maven
- ✓ Giver en flad mave
- ✓ Stimulerer fordøjelsen

ARTISKOK AFHJÆLPER:

- Fordøjelsesproblemer – bl.a. ved at fremme produktionen af fordøjelsessaft (galde og andre væsker, man producerer naturligt under fordøjelsen)
- Oppustethed som følge af luft i maven
- Desuden fremmer artiskokken vægttab i forbindelse med slankekur.



FENNIKELFRØ, KAMILLEBLOMST OG PEBERMYNTE

Macoform Plus indeholder ekstrakter fra fennikelfrø, kamilleblomst og pebermynte. Kombinationen hjælper til at undgå fordøjelsesproblemer og fremmer fordøjelsen og velbefindendet.



Luft i tarmene giver en udspilet, oppustet mave. Kamilleblomst hjælper ved gastro-intestinale problemer som for eksempel luft i maven, opstød og hyppig luftafgang. Indholdsstoffer fra kamilleblomsten hjælper ved irritation og fremmer fordøjelsen.

Prøv Macoform Plus til halv pris

Macoform Plus kan prøves på leveringsservice til halv pris:



Dag-til-dag levering*

BESTIL HER:

📞 RING: 82 30 30 40
Hverdage kl. 8-16

🌐 WEB: www.wellvita.dk

wellvita

*Dag-til-dag levering ved bestillinger afgivet inden kl. 14.

Netop nu: Kun kr. 149,-
for 2 måneders forbrug.

Den oversete lokalløn

De færreste offentligt ansatte tænker over, hvordan lønnen er sammensat. Det vigtigste er, hvad der står nederst på lønsedlen. Men for hver gang en offentligt ansat tjener 100 kroner, så er cirka de 92 af kronerne aftalt ved de centrale forhandlingsborde i København. De sidste otte kroner er aftalt lokalt – først og fremmest med kommunen eller regionen.

Der er tale om gennemsnitstal. Det lykkes for nogle faggrupper at gaffe mere end de otte procent ved de lokale forhandlinger. Andre grupper får lidt mindre. Lokalløn har det desværre lidt ligesom den centrale løn. De højest lønnede har historisk haft lettere ved at slutte over de otte procent – en række af FOAs faggrupper ligger under otte procent.

Det skal vi ha' lavet om på. Arbejdsgiverne kan gøre det langt, langt bedre end i dag. Både kommuner og regioner taler meget om rekrutteringsproblemer. Jamen, de kan selv give et bidrag til at løse sagen. De lokale lønmidler løser næppe alle problemer med rekruttering og fastholdelse i den offentlige sektor. Men de hjælper selvfølgelig på vej.

De lokale lønmidler løser næppe alle problemer med rekruttering i den offentlige sektor. Men de hjælper selvfølgelig på vej.

handling. "Løn gør en forskel, når man vil fastholde og rekruttere," sagde kommunens velfærdschef. Og hun har naturligvis fuldstændig ret.

I Faaborg Midtfyn havde man også fået øje på den lokale løn. Men her ville man spare pengene, så dagplejerne skulle gå ned i løn. Herre jemi. I denne sag agter FOA at sætte hårdt mod hårdt, og sagen slutter først endeligt, når der ligger en god aftale for FOAs medlemmer. For FOA er det vigtigt, at vi får løftet alle vores faggrupper med de lokale lønmidler. Det vil vi bruge tid og fornyede kræfter på i 2020.

[kort sagt]

For FOA er det vigtigt, at vi får løftet alle vores faggrupper med de lokale lønmidler. Det vil vi bruge tid og fornyede kræfter på i 2020.

På Fyn har to kommuner for nylig haft fat i den lokale løn. I Middelfart kunne kommunen finde penge til et ekstra løntrin til en større gruppe social- og sundhedsassistenter. Desuden er der afsat 0,5 procent af lønsummen til næste forhandling.



Mona Striib

Af Mona Striib, formand ★ foto: Malte Kristiansen

Facebook

Bespargelser rammer de ældre

5. november

Vi andre kan i princippet finde på andet at give os til. Men hvor er de pårørende? Hvorfor bliver de ved med at finde sig i, at kommunerne bare skærer og skærer i plejen? Det er de ældre, der lider i sidste ende. Hvis vi kunne stå sammen, pårørende og ansatte, ville vi stå stærkt.

Louise Fenger

Facebook

Vi svigter en hel generation af børn

8. november

Er der nogen, der har overvejet, hvad det koster samfundet på længere sigt, når vi svigter en hel generation af børn. Børn, der ikke får opfyldt behovet for voksenkontakt og får den støtte, de har brug for, udvikler sig ikke, som de skal. Det kan ikke undgås at give bagslag, og så kan det blive meget dyrere end højere normeringer.

Hanne Harder

Facebook

Familierelationer på jobbet behøver ikke at være et problem

29. oktober

Noget pjat med alle de regler. Det kan sagtens fungere med familiemedlemmer eller ægtefæller på samme arbejdsplads. Har været flere steder, hvor det har fungeret fint.



Alle taler om nedslidning i vores fag, og alligevel er der tonsvis af ikke afholdt ferie, afspadsering og lignende hvert år.

KIRSTIN SHEPHERD FROBERG

Hvad mener du?

Her bringer vi forkortede uddrag af debatten på FOAs Facebooksider samt debatindlæg sendt til redaktionen.

Har også tidligere arbejdet samme sted som min mor og senere en kæreste uden problemer. Jeg har da set et par gange set, hvor det ikke har fungeret, men det er sjældent. Man kan også være steder, hvor arbejdsmiljøet ikke fungerer, uanset om der er familiemedlemmer eller ej.

Heidi Bojsen

Facebook Systemet modarbejder os 24. oktober

Vi har et system, der skulle hjælpe os, når vi bliver syge eller kommer til skade på jobbet eller i fritiden. Det fungerer nærmest modsat. Syge og skadede skal i stedet kæmpe mod det system. Hvor mange har mulighed og ressourcer til de lange kampe og skrivelser? Hvor mange magter de utallige praktikker og arbejdsprøvninger og møder med sagsbehandlere, der konstant

underkender lægernes vurderinger? Det er en ulige kamp.

Michael Maiböll

Facebook Bevar den 6. ferieuge – brug den! 16. oktober

Måske det ville hjælpe, at alle rent faktisk bruger den 6. ferieuge i stedet for at få den udbetalt. Så alle kan se, at den er vigtig. Alle taler om nedslidning i vores fag, og alligevel er der tonsvis af ikke afholdt ferie, afspadsering og lignende hvert år. Når vi agerer sådan, signalerer vi, at det er noget, som er til forhandling, fordi det åbenbart ikke har en prioritet.

Kirstin Shepherd Froberg

Facebook Ikke noget at spare ved at fjerne pauser 19. oktober

Kan ikke se, hvori besparelsen

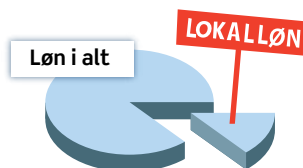
ligger ved at fjerne en pause. En pause, hvor du er på arbejdspladsen. Derudover kan jeg ikke erindre, at man holder pause. Du spiser din mad sammen med beboerne, du står til rådighed for enhver forespørgsel om hjælp, klokken kimer, telefonen ringer, du hjælper en med at spise og så videre. Besparelserne kan starte på ledelsesgangen på kommunen.

Lene Faurbye

Facebook Svineri at fjerne den 6. ferieuge for handikaphjælperne 17. oktober

Det er simpelthen noget forbandet svineri. Sjovt, at man altid hører et argument om, at man skal lønne rigeligt, hvis man vil have de bedste og dygtigste ledere, borgmestre og ministre, men at det aldrig gælder, når man skal rekruttere fodfolk til at passe børn, syge, ældre eller handikappede.

Henrik Hast



Hård kamp om lokal-løn

Mange af FOAs faggrupper ligger under gennemsnittet, når det handler om lokal-løn. FOA arbejder på en ny strategi, der skal sikre, at flere får andel i lokalløn.

Tema side 34-41



 Sig din mening på facebook
facebook.com/foadanmark



Stor iver efter at diskutere nul-ydelser

Et opslag på FOAs Facebookside om ydelser i ældreplejen, der der ikke er afsat tid til – også kaldet nul-ydelser – har skabt debat. Opslaget er nået ud til over 100.000 følgere og har fået over 200 kommentarer.

Redaktionen forbeholder sig retten til at forkorte debatindlæg og læserbreve sendt til Fagbladet FOA samt kommentarer på Fagbladet FOA og FOAs Facebookprofiler.

Skolebørn tryller



En Aladdins Hule af kreativitet, farver og inspiration. I glasværkstedet i SFO'en på Fynslundskolen lærer børnene at skære og farve glas, som de **forvandler til små kunstværker**. Ikke mindst træner de finmotorikken og får øvelse i at vente på tur. "Det bedste ved at være i glasværkstedet er, at man kan lave lige, hvad man har lyst til," siger Alberte på ni år.

Af Marlene Grøftehaug ★ foto: Niels Åge Skovbo

1 Figurer. Børnene kan skære lige den figur, de har lyst til. I glasværkstedet er der en mappe med motiver, man kan vælge. Nogle vil helst selv tegne en figur – som for eksempel pigerne her, der har kreeret et venindehjerter.

2 Læremester. Inge Lise Ernst har sommetider venteliste blandt børnene på at få lov til at komme i værkstedet. Hun viser de unge glasmagere, hvordan man skal skære i glasset, så det sarte materiale ikke bliver 'stresset' og knækker.

3 Koncentration. Alberte skærer forsigtigt glasset med en særlig glaskniv. Den har en diamantkugle i skæret, som får glasset til at knække smukt og lige. Alberte har prøvet at skære sig i fingeren mange gange, men aldrig noget, der ikke kunne fikses med et plaster.



med glas

[Glaskunst i SFO'en]

For syv år siden fik SFO'en på Fynslundskolen i Jordrup et glasværksted – på initiativ af pædagogisk assistent Inge Lise Ernst, der arbejder med glas i sin fritid.



4 Farvet glas. "Se, en fin lyserød kat," siger pigerne, der begge hedder Alberte, næsten i munden på hinanden. De elsker at være i glasværkstedet, hvor de kan give kreativiteten frit spil.



5 Farvevalg. Børnene er meget optaget af at finde frem til lige præcis den kulør, der vil matche deres figur bedst.

6 Finmotorik. Niels på syv år drysser grøn farve på sin skildpadde med den største forsigtighed. Han er dygtig finmotorisk – og øvelsen i glasværkstedet gør ham endnu bedre. Farverne er ifølge Inge Lise Ernst ret dyre, så det er vigtigt at ramme glasset og ikke bordet, så pulveret går til spilde.



7 840 grader. Når værkerne er færdige ved arbejdsbordet, skal de lægges i ovnen, som Freja gør her. Temperaturen kommer op på 840 grader, og det tager 12 timer at færdiggøre en omgang glasfigurer.

8 Færdigt arbejde. Stykker af almindeligt drivhusglas er blevet forvandlet til finurlige figurer i hænderne på børnene. De er stolte og glade, når de kan hente de færdige produkter og måske give det som en gave til deres familier.



Det lærer børnene i glasværkstedet:

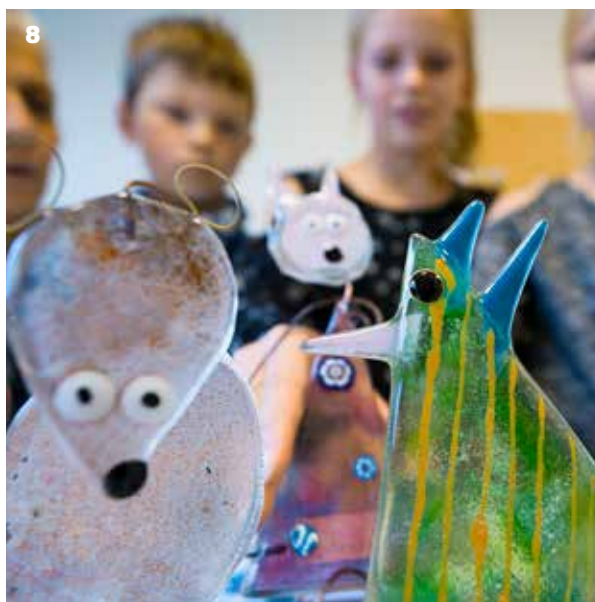
- De bliver udfordret kreativt.
- De får styrket finmotorikken, for glas er fingerarbejde.
- De får øvet sig i at vente på tur.
- Hvis du vil starte et glasværksted i din institution, er det en god idé, at du selv har prøvet at arbejde med glas.
- En glasovn koster omkring 20.000 kroner.

Kilde: Pædagogisk assistent Inge Lise Ernst



Læs mere

[barnestreger.dk/
galleri](http://barnestreger.dk/galleri)



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



[cv]

Navn: Maria Holm Nielsen

Alder: 43 år

Job: Pædagog i Havkatten, en integreret institution på Amager i København.

Sciencekuffert til børnehavebørn

- Formidlingskufferten 'Ind i kroppen' er en sciencekuffert til børnehavebørn udviklet af Forskningsens Døgn.
- Børnene følger den lille drone, Duno, på en rejse ind i drengen Milos krop. Her skal børnene undersøge og være nysgerrige. Rejsen kan starte via øret, munden eller navlen.
- Kufferten indeholder tre temaer: Gener, bakterier og skelettet/organer med tilhørende aktiviteter.
- Kufferten kan lånes på 134 biblioteker i hele landet. Se hvilke biblioteker på forsk.dk – gå ind under 'læringsunivers/børnehaveprogram'.

Sciencekuffert gør børnehavebørn videbegærlige og **spørgelystne**.

“Aj! Dét må vi undersøge”

Hvad er det geniale ved formidlingskufferten?

Udgangspunktet er en bog og en lang række aktiviteter, der følger Milo og dronen Duno, som Milo sender ind i sin krop for at undersøge den. Milo er en meget nysgerrig dreng, der hele tiden udbryder: “Aj! Dét må vi undersøge,” når Duno for eksempel møder en bakterie. Den spørgelyst og undren smitter.

Hvad får børnene ud af det?

Kufferten er et godt værktøj til at bringe videnskabelig viden i spil, fordi den gør abstrakte ting som gener og bakterier konkret og sjovt. Men det bedste er, at aktiviteterne i kufferten lærer børnene, hvor værdifuldt det er at stille spørgsmål. Og gerne mange af dem.

I hvilke situationer ser du det?

Med de femårige havde vi om gener, hvor vi arbejdede med øjenfarver. Her var der børn, der spurgte, hvorfor de ikke havde en blanding af øjenfarverne fra deres mor og far. Så fik vi talt om, hvilke øjenfarver der er dominerende, og hvilke øjenfarver deres bedsteforældre havde, samt at mors og fars gener kommer fra bedsteforældrene. Det var en stor aha-oplevelse for dem. Kufferten har helt klart været med til at udvikle en god spørgekultur.

Har I ikke haft det før?

Jeg tror i hvert fald, at vi som voksne kan blive bedre til at sige: “Det ved jeg ikke. Lad os undersøge det sammen,” i stedet for at tro, vi skal have svar på alt. ★

redaktionen@foa.dk





Eksperimentet med vores børn

To udsendelser på TV2 har for nylig vist, hvordan fagligheden i en daginstitution først hæmmes af, at der er for få voksne til for mange børn og senere blomstrer, da antallet af ansatte øges. Efter kun to uger med to ekstra ansatte falder børnenes stressniveau med 15-20 procent for hele børnegruppen. Og i takt med, at stressniveauet falder, kommer børnenes smil og forventningsfulde blikke igen.

[kort sagt]

TV2-udsendelserne 'Eksperimentet med vores børn' viser klokkeklart, at dårlige normeringer i vores daginstitutioner er skadelige for vores børn.

“Vi håber, at politikerne vil huske det, de så og hørte, når lovgivningen om minimumsnormeringer skal vedtages.

”

Personalet får ved ekstra tilførsel af personale mulighed for at sætte aktiviteter i gang i små børnegrupper og for at følge børnenes initiativer.

Pædagogisk assistent Kennet Egeberg Peder sen siger, efter der er kommet mere pæda-

Selvfølgelig løfter bedre normeringer ikke i sig selv kvaliteten i vores dagtilbud. Men de er en forudsætning for, at det pædagogiske personale kan give børnene den omsorg og det udviklende samspil, de har brug for. Det viser TV2-udsendelserne med al ønskelig klarhed. Allerede inden der kommer flere ansatte, vurderer børneforsker Grethe Kragh-Müller nemlig, at både ledere og personale er fagligt kvalificerede.

Politikerne har set udsendelserne, og vi håber, at de vil huske det, de så og hørte, når lovgivningen om minimumsnormeringer skal vedtages. ★

Af Kim Henriksen, sektorformand ★ foto: Malte Kristiansen



Uændret antal arbejdsulykker

I 2018 blev der anmeldt cirka 42.000 arbejdsulykker til Arbejdstilsynet. Og det var 8. år i træk, antallet lå på det niveau. Set i forhold til beskæftigelsen er antallet af arbejdsulykker dog faldet med godt 2 procent fra 2012 til 2017.

Kilde: amid.dk

20

anbefalinger blev præsenteret, da Seniortænk tanken i november kom med sine bud på, hvordan seniorer får bedre vilkår og flere muligheder for at blive flere år på arbejdsmarkedet. Tænk tanken blev nedsat i foråret 2018 af den forrige regering.

Kilde: bm.dk



Uligheden vokser

Siden finanskrisen er uligheden vokset i Danmark. Mens de 10 procent rigeste har øget deres indkomster med 18 procent, har de 40 procent af befolkningen, der ligger i den nedre del af indkomstskalaen, kun haft en indkomstfremgang på 2 procent. Det går stik imod FN's verdensmål.

Kilde: ae.dk

Brug hjerneforskningen i pædagogikken

Den nyeste hjerneforskning viser, at krop, sanser og bevægelse spiller en central rolle i børns udvikling. Få inspiration til, hvordan den viden kan bruges i hverdagen i EVAs tema: 'Hjernen og kroppen'.



Læs mere

eva.dk - skriv 'hjernen' i søgefeltet.

Tre nominerede til Årets Dagtilbud

Prisen som Årets Dagtilbud bliver i år overrakt 16. december, og især tre institutioner har udmærket sig. De nominerede er: Den integrerede institution Asebo i Vejle, Børnehaven Toften i Sønderborg og Gladsaxe Skovbørnehave i Gladsaxe. Det er børne- og undervisningsministeren, der overrækker titlen.

Kilde: Børne- og Undervisningsministeriet



Det er langt bedre at forebygge psykisk mistrivsel i de tidlige år end at lappe på skaderne senere.

RASMUS KJELDAHL, DIREKTØR I BØRNS VILKÅR PÅ TWITTER EFTER TV2-DOKUMENTAREN 'EKSPERIMENTET MED VORES BØRN'.

48

Vil skabe ny bevægelseskultur

kommuner. Så mange sparer eller har planer om at spare på skole- og fritidsområdet. Det viser en gennemgang af de kommunale budgetter for 2020. Dermed er det tiende år i træk, at der spares på området.

Kilde: Fagbladet Børn & Unge

Bevægelsesindsatsen 'Rend og hop' med Oliver og Ida vil gøre op med den stillesiddende kultur, som skærmene har indført i mange børns liv. Derfor tilbyder de kurser og workshop til pædagogisk personale, der arbejder med børn mellem 0-6 år. Det er KFUM's Idrætsforbund, der står bag, og siden 2012 er projektet nået ud til mere end 250.000 børn landet over.

"Vi tror på at ved at nå ud til så mange, så har vi – sammen med børnenes voksne – skubbet til en udvikling, hvor flest mulige børn udvikler vovemod, får styrket selvværd og forbedret evne til at indgå i sociale fællesskaber," siger Dorthe Uhd Nissen, konstitueret projektleder ved KFUM's Idrætsforbund.

Kilde: KFUM's Idrætsforbund



Foto: Lars Ankersen

 **Læs mere**
rendoghop.dk

Hvis uheldet er ude...

Det er takket være et opmærksomt personale og gode førstehjælpskompetencer, at de færreste uheld i dagtilbud udvikler sig til en tragedie.

Selvom du tidligere har lært førstehjælp, kan vigtig viden være gået tabt. Det er derfor en god idé, at du løbende genopfrisker dit førstehjælpskursus. Tag en snak med din leder, hvis det er på tide, at du får genopfrisket dine førstehjælpskompetencer.



Læs mere på www.hvisuheldeterude.dk

 BØRNE- OG
UNDERVISNINGSMINISTERIET
STYRELSEN FOR
UNDERVISNING OG KVALITET



FN's Verdensmål rykker ind i dagtilbud

Vi skal begynde, mens børnene er små.
Sådan lyder det fra de kommuner, der arbejder målrettet med **bæredygtighed på børneområdet**.

Af Malin Schmidt

tema FN's Verdensmål

Ud af landets 18 største kommuner arbejder de 13 med FN's 17 Verdensmål på dagtilbudsområdet eller har planer om at gøre det. Det viser en rundspørge, Fagbladet FOA har foretaget. Fem kommuner svarer, at de ikke arbejder med verdensmålene fra centralt hold og heller ikke har tænkt sig at gøre det inden for nærmeste fremtid.

Merete Villsen, formand for dagtilbudsnetværket i Børne- og Kul-

turchefforeningen og dagtilbudschef i Ikast-Brande Kommune har en klar oplevelse af, at mange kommuner har taget målene til sig.

"Vi har selv gjort det i Ikast-Brande, da vi mener, det er en helt nødvendig dagsorden, fordi den handler om børnenes fremtid. Målene kan give en bevidsthed om, at vi kan gøre en forskel for verden, hvis vi tænker os om," siger hun.

Der er stor forskel på, hvor langt de 13 kommuner er kommet, og hvilke mål de arbejder med. I nogle har man endnu kun besluttet, at målene skal være en del af kommunens politik på dagtilbudsområdet, mens man for eksempel i København, Aalborg, Gladsaxe, Sønderborg og Frederiksberg er godt i gang med konkrete projekter. De handler om eksempelvis affaldssortering og energioptimering eller om pædagogiske forløb om natur, klima, vand eller trivsel.

Rollemodeller for børnene

Ifølge **Steen Hildebrandt**, professor emeritus og forfatter til flere bøger om målene, er verdensmålene vor tids vigtigste dagsorden, og her spiller daginstitutionerne en vigtig rolle.

"Børn helt ned til to-treårsalderen, der oplever, at man bruger sunde råvarer, at man slukker for lyset, at man ikke smider mad væk eller lader vandet løbe, vil være påvirket af det på langt sigt. Derfor er det vigtigt, at det pædagogiske personale er synlige og gode rollemodeller," siger han. ★

masch@foa.dk

[bag om ordet]

FN's Verdensmål består af 17 mål og 169 delmål, der handler om at sikre en bæredygtig udvikling for mennesker og planeten. Målene, som verdens stats- og regeringsledere vedtog på FN-topmødet i 2015, handler om at afskaffe fattigdom og sult, reducere ulighed, sikre uddannelse, sundhed og anstændige arbejdsvilkår til alle, samt bæredygtig økonomisk vækst, fred og stærke institutioner.



Læs mere

verdensmaalene.dk/fakta/verdensmaalene

Børnene i Gladsaxe Skovbørnehave er selv **med til at bygge det, de leger med**. De ønskede sig en scene og manglede mikrofoner, som de lavede af gamle tennisbolde.



Her får v



I Gladsaxe Skovbørnehave handler
FN's Verdensmål også om at bygge
mikrofoner af gamle tennisbolde. Det skal være
lavpraktisk for at give mening for børnene.

Af Malin Schmidt ★ foto: Jørgen True

Læs videre på næste side →

vi alt ud af ingenting

I skoven om formiddagen,
i haven om eftermiddagen.
Ofte **leder børnene efter dyr** og
taler med pædagogisk assistent
Maria Palmelund om, hvad de
lever af, og hvor de bor.

Her får vi alt ud af ingenting

- ➔ Regnormen vrider sig. Drengen følger koncentreret dens bevægelser, tager den nænsomt med to fingre og putter den ned i glasset. Forsigtigt.

“Den må ikke komme til skade,” siger han og graver videre efter flere i hullet under bøgetræet i Gladsaxe Skovbørnehaves have.

“Det er et godt sted,” forklarer hans ven. Her finder de regnorme og snegle om vinteren og skarnbasser og tusindben om sommeren. Og lige nu samler de blade, der kan bruges til noget, og finder små trekantede bognødder, de kan spise.

Passer på skoven

“Bevidstheden om naturen, og at vi skal passe på den, sidder efterhånden dybt i børnene,” siger **Maria Palmelund**, der er pædagogisk assistent og har arbejdet i Gladsaxe Skovbørnehave på kanten af Hareskoven i 16 år.

Her har personalet altid arbejdet med og i naturen, men det seneste år har de målrettet brugt FN's Verdensmål i deres pædagogik. Særligt de syv, der handler om sundhed, trivsel, jobs, økonomisk vækst, forbrug, klima og natur.

“Børnene er meget opmærksomme, når vi går derude. ‘Se, der ligger glasskår, som dyrene kan skære sig på’. De ved alle, at vi skal passe på skoven, så vi også har en skov at komme i i morgen,” siger Maria Palmelund.

Synger med de ældre

Børnehavens leder, **Karina Bech**, tog i begyndelsen verdensmålene et for et og

plottede dem ind: Hvad arbejdede de med i forvejen, og hvor kunne de blive bedre.

“Jeg var nysgerrig på, hvor vi stod. Og det gjorde, at vi fik en bevidsthed, der gjorde os endnu mere målrettede i vores arbejde med natur, klima og trivsel. Det betyder, at vi hele tiden gør mere og mere af det,” siger Karina Bech, der ser verdensmålene som et dannelsesgrundlag, der handler om at passe på naturen og hinanden.

“Det gennemsyrrer alt hos os,” siger hun. Ikke fordi børnene ville kunne svare

på, hvad FN er. Men målene ligger som en overordnet linje i hverdagen, når de for eksempel sparer på vand og sæbe og husker at slukke lyset. Når de genbruger gammelt legetøj, laver julepynt af grene fra skoven eller bygger børnehavens legetøj af gamle ting fra storskrald. Når de taler om, at sønen går over sine bredder, når de kaster pinde i den og forstår, hvorfor skovfogeden har drænet skovbunden. De har et samarbejde med amerikanske udvekslingsstuderende, og en gang om ugen tager de til pleje-





hjemmet i nabolaget og synger sange med de ældre, som de ældre kan huske fra deres barndom.

Irettesætter forældre

Hver morgen klokken ni går de ud i skoven med deres oppakning, finder et godt sted at være og arbejder med projekter, de har planlagt ud fra de spor, børnene har vist personalet. Og når de finder biller, de ikke kender, bruger

de iPad'en som opslagsværk eller mikroskop.

"De ved efterhånden mere om natur end deres forældre," siger Maria Palmelund og griner af, at hun ofte hører børnene irettesætte deres forældre, fordi 'tusindben altså ser helt anderledes ud'.

"De kan få alt ud af ingenting og er gode til at passe på deres ting. Måske fordi de selv har været med til at bygge dem," siger Maria Palmelund. ★

masch@foa.dk

**5 råd:
Sådan får I
verdensmålene
ned i børne-
højde**

Side 26-27

Er det nu nødvendigt ...

Ditte Iversen, souschef for dagtilbud i Gladsaxe Kommune

Hvorfor skal Gladsaxe Kommunes dagtilbud arbejde med FN's Verdensmål?

"De er en del af kommunens strategi. For at få en bevidsthed om, at vi skal være gode ved hinanden og vores jord, skal vi starte, mens børnene er helt små.

Hvor adskiller verdensmålene sig fra den pædagogiske læreplan?

FN's verdensmål ligger i tråd med den styrkede pædagogiske læreplan, og det arbejde, vi er i gang med i kommunen. På den måde oplever vores medarbejdere ikke, at de skal i gang med noget nyt. Jeg ser ikke verdensmålene som et 'projekt', men som en del af det daglige arbejde, der hviler i det, medarbejderne allerede gør med og omkring børnene.

Hvordan tackler dagtilbuddene det?

"Vi har ikke sagt, hvordan dagtilbuddene skal arbejde med FN's Verdensmål. Men de har grebet det og arbejder videre på forskellige måder. De er meget bevidste om det og indtænker dem i dagligdagen, hvor det giver mening. Det er helt tydeligt, når jeg besøger vores børnehuse."



Når medarbejderne ser, at verdensmålene kan bruges i det pædagogiske læringsrum, bliver de inspirerede, og så sker der en forandring.

HENRIK GRETOFT,
LEDER I AFDELINGEN FOR
BÆREDYGTIG UDVIKLING,
KØBENHAVNS KOMMUNE



Verdensmålene giver mening der, hvor de bliver en integreret del af pædagogikken.

METTE HVIID LAUSTSEN,
DAGTILBUDSCHEF, ODENSE KOMMUNE



Verdensmålene handler ikke kun om at optimere i institutionerne, men også om at brede det ud, følge børnene og gøre temaerne så konkrete som muligt.

CONNIE BUCH, DAGTILBUDSCHEF
I SØNDERBORG KOMMUNE

5 råd til at arbejde med verdensmål i børnehøjde

At få FN's 17 Verdensmål inkorporeret i det daglige pædagogiske arbejde kræver, **at du som medarbejder viser vejen**. For børnene lægger mærke til, hvis du lader vandhanen løbe, men siger, I skal spare på vandet.

Af Malin Schmidt ★ illustration: Lilian Brøgger

1 Hvorfor arbejde med verdensmålene?

Målene handler om, at alle børn skal vokse op i en verden uden sult og fattigdom, hvor alle er lige, og hvor klimaet og naturen har det godt. At arbejde med målene i dagtilbud er derfor ikke bare et ekstra lag ovenpå det pædagogiske arbejde, men en måde at tage børns oplevelser og bekymringer alvorligt på og gå i dialog med dem. Børn møder i forvejen de problematikker, som verdensmålene tager fat i – om det er ved at høre om skovbrande, ved at opleve bedsteforældre blive syge eller at se drilleri blive til mobning.



2 Udvælg hvilke mål og oversæt dem

Verdensmålene er ikke så abstrakte, som de lyder, for de handler i bund og grund om, at vi skal genbruge, spise sundt og passe på os selv, hinanden og den verden, vi lever i – og det er de fleste børn med på. Verdensmål 3 om 'sundhed og trivsel' kan omsættes i praksis med sit fokus på, at børn skal have det godt. Verdensmål 12 om 'ansvarligt forbrug' kan oversættes til genanvendelse og genbrug, ligesom de fleste børn i forvejen har et forhold til naturen og dermed verdensmål 14 og 15 om 'livet i havet' og 'livet på land'.

3 Ned på jorden og ind i hverdagen

Jo mere håndgribeligt, jo bedre. Det er især vigtigt for børn i førskolealderen. Lav spireforsøg, der viser, at frø skal have vand, sol og varme for at vokse. Lær om tusindben eller eksperimenter ved at grave plast og æbleskrog ned i jorden for at se, hvad der sker. Tænk højt undervejs, så børnene selv tænker videre. Spørg børnene om deres tanker og inddrag dem i overvejelser og handlinger, så de får en bevidsthed om, at de er en del af et lokalsamfund og en verden, vi alle skal passe på.



5

Gå foran

Børnene ser alt – og efterligner det, de ser. Derfor er det vigtigt, at du selv omsætter det, I taler om, til handling. Spar på vandet, når I vasker hænder, sortér affaldet og udbryd: 'Hov, den her kan vi bruge igen'. Vær et forbillede, for barnet lægger mærke til, hvis du siger én ting og gør det modsatte.

4

Beskyt børnene

Børn er som udgangspunkt ikke bekymrede, men de kan blive det, hvis de overhører voksensnak om oversvømmelse og krig. Derfor er det afgørende at beskytte børnene.

Tal med dem om, at de voksne tager sig af problemerne. Og flyt så fokus fra problemerne over på, at alle kan hjælpe til. Tal om løsninger som elbiler og vindmøller og om, hvorfor barnet måske sidder bag på cyklen i regnvejrs i stedet for at køre i bil. Handling modvirker bekymring. Sortér affald, send aflagt legetøj til genbrug, brug kogler og blade som krea og saml skrald, når I er på tur. Det får børnene til at forstå, at de kan være med til at gøre verden til et bedre sted.



Kilde: Ole Haubo Christensen, pædagogisk konsulent ved VIA Efter- og videreuddannelse Pædagogik og CFU i Aarhus og forfatter til flere undervisningsbøger om verdensmål og pædagogisk arbejde, senest 'Verdensmål.nu', Hauboundervisning og DR Skole og 'Vores Hjem', WWF og Ørsted

Pædagogisk assistent Tina Stub har gennem årene mødt adskillige højtbegavede børn i Trekroner Børnehus. De skal have **hjælp til at blive udfordret** på deres niveau – og til at holde pauser – for at trives.

Af Sofie Janerka ★ foto: Iben Gad

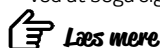
Tinas fornemmelse for de højtbegavede



Puslespillene fra Sydfyns Trælegetøj er komplekse, fordi der ikke er faste kanter eller hjørner. Rammen er diffus, og brikkerne har forskellige størrelser og krogede former. Derfor kræver det et særligt blik at vide, hvor man skal starte for at få det til at gå op.

Højtbegavede børn i dagtilbud

- En del højtbegavede børn mistrives i både børnehave og skole, fordi de er anderledes og ofte er 'ude af trit' med den almene udvikling. De er tit foran på nogle punkter og enten alderssvarende eller direkte bagud på andre områder.
- Ved at stimulere og guide børnene til både at indgå i relationer med de andre børn og samtidig lære og udvikle sig på deres eget niveau opnår Tina Stub og hendes kolleger, at børnene trives bedre og får lettere ved at begå sig socialt.



Læs mere

Fagbladetfoa.dk. Find artikler ved at skrive 'højtbegavede børn' i søgefeltet.

Puslespilsbrikkerne bliver væltet ud på gulvet for på under ét minut at være tilbage i den sorte ramme. Nogle af børnene i Trekroner Børnehus ved Roskilde er vilde med de udfordrende puslespil, som pædagogisk assistent **Tina Stub** indimellem finder frem. Dem bruger hun, hvis hun fornemmer, at et barn på nogle områder opfanger mere eller hurtigere end de fleste.

"Puslespillene er ret komplicerede – jeg kan selv være udfordret i at se, hvordan brikkerne passer sammen. De fleste børn bruger lang tid på dem, imens andre – typisk de højtbegavede – hurtigt kan gennemskue dem. Og har de lagt dem én gang, husker de til næste gang præcist, hvordan brikkerne skal ligge," fortæller Tina Stub, der har været i børnehuset siden 2005.

Tjekliste med opmærksomhedspunkter

Puslespillene er et af mange punkter på den tjekliste, Tina Stub har i sine noter fra et foredrag om højtbegavede børn, som de havde i børnehaven for et par år siden.

Tjeklisten tager hun frem, når et barn får hende til at tænke på, om det mon kan være højtbevæget.

"Et barn kan sagtens være superdygtig til at lægge puslespil eller tegne. Men hvis barnet også har eksempelvis en særlig stor talforståelse, lynhurtigt husker sange og rim og har en tendens til at blive overvældet og trække sig fra stimuli, lægger jeg i en periode lidt ekstra mærke til det pågældende barn og giver også gerne opgaver, som er til en anden aldersgruppe," siger Tina Stub.

Hun arbejder med de 3-4-årige, og lige nu har hun et par stykker på stuen, som

hun holder lidt ekstra øje med. Får hun sin fornemmelse bekræftet, taler hun med pædagogerne på stuen om det, og derefter bliver forældrene inddraget.

"Typisk bekræfter forældrene mine fornemmelser," siger hun.

Støtter børnene i at udvikle sig

Tidligere oplevede hun indimellem at have børn i gruppen, som nogle dage fungerede super og andre dage ikke kunne overskue noget, og enten blev indadvendte eller udadreagerende. Hun husker også en pige, som holdt sig mest for sig selv og helst talte med de voksne.

"Da jeg begyndte at interessere mig for, hvad der sker med de her børn, og hvordan de opfatter verden på en anden måde, blev det meget lettere for mig at hjælpe dem. Enten ved at guide dem i forhold til at forstå og blive forstået af de andre børn, eller ved at tilbyde dem pauser med opgavebøger eller puslespil, når de bliver overtrætte. Jeg oplever nemlig, at de kan virke meget følsomme og sensitive, men typisk er de overstimulerede og har brug for ro og flere pauser." ★

redaktionen@foa.dk

Pædagogisk assistent, Tina Stub gør meget ud af at **spotte højtbegavede børn**, så de både kan blive stimuleret og støttet i deres sociale udvikling. Her lægger hun de komplicerede puslespil sammen med Alexander og Lea.



Lillian Westhausen udviklede PTSD og kronisk angst på jobbet og fik erstatning og førtidspension. Men det er **anerkendelsen, der betyder mest.**

Vejen til godtgørelse

2010 Maj

Lillian Westhausen bliver ansat på Varmestuen i Næstved. Kort tid efter bliver hun udsat for et overgreb af en bruger.

De næste fem år

Hun udsættes for adskillige fysiske, psykiske og seksuelle overgreb begået af brugere. Gentagne gange bliver hun udsat for hån og nedladende udtalelser fra lederen i brugerens påhør.

2015 November

Lillian sygemeldes med angst og stress.

December

Varmestuens leder bliver fyret.

2017 December

FOA anmelder Lillians arbejdsskadesag.

2018 Januar

Hun får anerkendt en arbejdsskade med en mengrad på 15 procent, som udløser en godtgørelse.

Maj

Lillian får udmålt tab af erhvervsevne på 85 procent, som udløser en løbende månedlig ydelse frem til folkepensionsalderen.

2019 Februar

Hun får tilkendt førtidspension.

Maj

Næstved Kommune anerkender erstatningsansvaret og udbetaler maksimal godtgørelse for svie og smerte på 75.000 kr. og et foreløbigt beløb for tabt arbejdsfortjeneste.

November

Erstatningssagen mod Næstved Kommune er endnu ikke afsluttet.

Fik oprejsning efter vold og mobning

Lillian Westhausens vagt på Varmestuen var næsten slut. Hun skulle bare vaske køkkengulvet, mens hendes kollega ryddede op i opholdsstuen. Lillian Westhausen bakkede ud af det smalle køkken og skrubbede gulvet foran sig. Pludselig tog en af varmestuens brugere hårdt fat om hendes hofter og gnubbede længe sit lem mod hende.

“Det var meget ubehageligt, og det gjaldt om at undgå at optrappe en konflikt og komme roligt ud af køkkenet og væk fra ham,” fortæller hun nøgternt om den første af mange episoder.

Min leder passede ikke på mig
Overgrebet i køkkenet skete i 2010 kort efter, Lillian Westhausen var blevet ansat som tilsynsførende assistent og fleksjobber på Varmestuen for udsatte borgere i Næstved.

Trods lederens garanti om at indberette sagen og give brugeren karantæne skete der intet. Og siden blev Lillian flere gange forulempet seksuelt, spyttet på, råbt

ad, slået og truet med at blive skåret i småstykker. Lederen foretog sig intet, og det gjorde Lillian utryg og angst.

“Det var forfærdeligt ikke at blive taget alvorligt, men i stedet hånet og nedgjort i brugerens påhør. Jeg vidste ikke, hvad jeg skulle gøre. Jeg er opdraget til at passe mit arbejde, men jeg fik det så dårligt, at jeg til sidst måtte sygemelde mig.”

FOA hjalp med arbejdsskadesag

Lillian Westhausen er kronisk smertepatient og var derfor fleksjobber. En psykolog på en smerteklinik opfordrede hende til at kontakte sin fagforening.

“Det var en stor lettelse at komme til møde hos FOA i Næstved. Jeg fik også samtaler med min tillidsmand og arbejdsmiljørepræsentant. FOA hjalp mig med at anmelde det som en arbejdsskade og var med til møder på kommunen. Det føltes som en lille oprejsning, da det blev anerkendt som en arbejdsskade med en mengrad på 15 procent og siden tab af erhvervsevne på 85 procent. Desuden blev lederen fyret.”

Men Lillian Westhausen havde det fortsat dårligt, og siden fik hun tilkendt førtidspension.

“Jeg sad mange aftener i sofaen og ledte efter noget at leve for. Hel-



Det var forfærdeligt ikke at blive taget alvorligt.



digvis holdt min datters drøm om at uddanne sig til dyrlæge mig oppe. Jeg ville gerne støtte hende.”

Kommunen anerkender sit ansvar

I 2019 kontaktede FOA Næstved Kommune for at drøfte arbejdsgiveransvaret, og kort efter anerkendte kommunen sit ansvar og udbetalte maksimal godtgørelse for svie og smerte og en foreløbig erstatning for

tabt arbejdsfortjeneste.

“Jeg er meget glad for erstatningerne – og især for anerkendelsen. Men jeg savner en oprigtig undskyldning fra kommunen, hvor de med ord erkender, at de har svigtet.”

I Næstved Kommunes forsikringsenhed er **Søren Bo Lyderik** risikokoordinator. Først da FOA hen-

“Jeg er glad for erstatningerne, men jeg er især glad for at blive anerkendt. **Det giver en slags oprejsning**, selvom det ikke gør mig rask,” siger Lillian Westhausen, 58 år.

vendte sig, blev han klar over alvoren:

“En ekstern rådgiver undersøgte sagen, og

alvorligheden kom bag på os. Jeg kan derfor godt forstå Lillian Westhausens følelser. Det burde være en selvfølge, at hun får en tilbagemelding fra kommunen. Hun er jo et menneske og en kollega. Det skal vi blive bedre til.” ★

Har du brug for hjælp?

- Er du ramt af en arbejds-skade eller tror, du er, så kontakt din arbejdsmiljørepræsentant på arbejdspladsen eller din FOA-afdeling. De kan hjælpe dig videre i systemet.
- Mener du, at din arbejdsgiver har ansvar for arbejdsskaden, kan du få hjælp i din FOA-afdeling.

Læs mere

Læs i øvrigt råd og regler på foa.dk om vold, overgreb og mobning på arbejdspladsen.

#vejtilmitfag

For Mikkel Schultz Nielsen, 34 år, var social- og sundhedsuddannelsen udelukkende tænkt som et **springbræt til at læse videre til sygeplejerske**. Efter otte år som anlægsgartner var det nemlig hans store drøm. Men det ændrede sig.

Læs flere #vejtilmitfag på fagbladetfoa.dk



Det, som udelukkende var tænkt som et pitstop, blev et vendepunkt for mig.

SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT MIKKEL SCHULTZ NIELSEN



“Jeg havde helt forkerte forestillinger om at være sosu”

“Jeg drømte om at blive sygeplejerske, men har ingen gymnasial uddannelse, og mine otte år som anlægsgartner var desværre ikke adgangsgivende. Så jeg måtte finde en vej ind. Sosu-uddannelsen blev den vej.

Da jeg fik mit uddannelsesbevis, syntes jeg alligevel, det var en skam at lægge alt det, jeg havde lært, på hylden og læse videre med det samme. Så jeg fik et job i den sociale hjemmepleje i Københavns Kommune. Det, som udelukkende var tænkt som et pitstop, blev et vendepunkt for mig.

Jeg opdagede, at jeg havde nogle helt forkerte forestillinger om, hvad det vil sige at være social- og sundhedsassistent. Det handlede langt fra kun om

ældrepleje. Pludselig åbnede en ny verden sig for mig. Jeg behøvede ikke læse videre for at arbejde med sygepleje og medicindosering. Det kunne jeg gøre i den sociale hjemmepleje.

Nu har jeg været der i fire år, og det er virkelig spændende at arbejde med så komplekst et borgerklientel. Nogle er aktive eller tidligere alkohol- og/eller stofmisbrugere, og vi har borgere med handicap og forskellige former for psykiatriske lidelser.

Det lyder lidt som en kliché, men jeg kan godt lide tanken om, at jeg gør en forskel. At jeg kan motivere og hjælpe dem til at blive mere selvhjulpne. Jeg har ikke en ambition om, at jeg kan redde alle mine borgere. Det kan jeg ikke.

Men når jeg kan mærke, det flytter bare en smule for dem eller gør deres dag lidt bedre, er det helt fantastisk.

Jeg droppede karrieren som anlægsgartner, fordi jeg manglede faglig udfordring. Det får jeg nu – hver eneste dag. Jeg laver sygeplejefaglige opgaver, som jeg ikke lærte på uddannelsen, og der er en god portion pædagogik og psykologi i jobbet.

Derudover får jeg brugt min sans for drift og koordinering, da jeg blandt andet er med til at planlægge kørelister. Der er mange forskellige muligheder for, at jeg kan udvikle mig i faget. Planen om at læse videre har jeg smidt langt væk.” ★

redaktionen@foa.dk

Af Astrid Graugaard Ingemann ★ foto: Iben Gad

PlusJul.

PlusElektronik.

Spar penge på din næste iPhone, iPad, Mac eller en af de andre lækre produkter i alle 21 butikker og online.

3-10 %

humac |  Premium Reseller

PlusHvidevarer.

Opgradér dine hvidevarer inden jul, så er du klar til julebag og flæskesteg – besøg din nærmeste punkt1 butik.

5 %

punkt1

PlusMagasiner.

Tag et afbræk fra julehandlen, og nyd en hyggestund med underholdning fra kendte ugeblade og magasiner.

Særpris

Aller

PlusFoto.

Lav flotte fotobøger, fotokalendere, vægdekorationer og meget mere til familien i julegave.

10 %

cewe

PlusLys.

Køb lamper fra blandt andre Le Klint, Vipp, Fritz Hansen, Flos, Kartell og mange flere med rabat.

11 %

LAMPE MESTEREN.DK
belysning for livet

PlusElektronik.

Hos Expert finder du et stort udvalg af alle de kendte mærkevarer – besøg en af de 22 butikker i hele landet.

3 %

expert 

PlusJulekalender.

Tilmeld dig på jul.pluskort.dk

Vind flotte præmier for over
100.000 kr.
PlusKort.



"Arbejdsgiverne har forsøgt at køre os trætte i mange år ved at sige, **at der ikke er nogen penge til lokalløn at forhandle om.** Men det passer ikke. Ved systematisk at bruge lønstatistikker kan vi argumentere for, at der er penge i systemet," siger formand for FOA Århus, Inge Jensen Pedersen.

Aarhus-modellen: Her løfter vi fra bunden

Der er ikke nogen penge. Sådan lyder det klassiske argument fra arbejdsgiverne, når der skal forhandles lokalløn. Men i FOA Århus har ny strategi sikret **fem millioner kroner i 2019** på ældreområdet.

Af Merete Nielsen ★ foto: Niels Åge Skovbo

Alle, der har prøvet at plukke havtorn, ved, hvor besværligt det er. Fyldt med torne er de, og udbyttet kan være magert. Til gengæld smager de ret godt.

Sådan nogenlunde er det også med lokalløn, altså de lønkroner, som ikke bliver forhandlet ved de centrale overenskomstforhandlinger, men tillæg der forhandles i kommuner og regioner.

"Der er ikke mange penge at forhandle om, og der skal bruges mange ressourcer på at hive noget hjem, men så længe vi har et system med lokalløn, er vi forpligtet til at kæmpe på medlemmernes vegne."

Sådan siger **Inge Jensen Pedersen**, der er formand for FOA Århus. En formand, som er stolt over, at et langt sejt træk begynder at kaste resultater af sig.

"Vi har lagt en ny strategi. I stedet for, at de fire sektorer i FOA forhandler hver for sig, tænker vi nu i arbejdsfællesskaber," siger hun og henviser til, at på arbejdspladserne er eksempelvis social- og sundhedsansatte kolleger med husassistenter og pedeller.

Fællesskabets styrke

Ved at pulje ressourcerne og forhandle på tværs af faggrupperne kan fagforeningen lettere tilgodese dem, som traditionelt er blevet forbigået ved lokalløn.

"Når vi følger lønudviklingen, kan vi konstatere, at nogle grupper næsten aldrig får noget. Det kan for eksempel være husassistenter, som er en lille faggruppe. Det er ikke rimeligt. Vi mener, at de lavestlønnede skal løftes. Og desuden bliver vi stærkere af at stå sammen. Det gælder både blandt vores tillidsrepræsentanter, som får et større fællesskab på tværs af sektorerne, da de er med i hele forløbet, og det gælder overfor arbejdsgiverne, hvor vi får en større respekt," siger for-

12

millioner kroner har FOA Århus mindst hentet i kvalifikationsløn til deres medlemmer i ældreplejen i Aarhus Kommune siden 2017, hvor afdelingen begyndte at arbejde strategisk med lokalløn.

Kilde: FOA Århus

Store forskelle i lokalløn

Akademikere ansat i kommunerne får i gennemsnit 4.614 kr. i lokalløn om måneden, mens mange FOA-grupper får væsentligt mindre.

- Dagplejere: 1.381 kr.
- Pædagogmedhjælper og pædagogiske assistenter: 962 kr.
- Sosu-personale: 982 kr.

Kilde: KRL, data august 2019

Læs videre på næste side →



Inge Jensen Pedersen, formand for FOA Århus, ser gerne, at flere medlemmer interesserer sig for lokalløn og kommer til medlemsmøder. "Det er vigtigt for os, at vi har et **mandat fra medlemmerne**, når vi forhandler på deres vegne."

→ manden og henviser til de resultater, der er opnået i 2019.

Over 5.000 kroner i årligt tillæg

På ældreområdet har fagforeningen forhandlet godt fem millioner kroner til lokalløn – medregnet pension. Den ene million er givet som engangstillæg og resten som kvalifikationsløn, det vil sige varige tillæg. Puljen er fordelt på 633 medlemmer fra forskellige faggrupper. I gennemsnit har de fået 7.000.-8.000 kroner om året i varigt tillæg.

FOA Århus er stadig i gang med at forhandle rammerne for lokalløn i 2020, men forventningen er stigende lokallønsprocenter for FOAs faggrupper.

Inddrager medlemmerne

Selvom Inge Jensen Pedersen og de fire sektorformænd i FOA Århus er enige om at prioritere det kollektive over individet, er

Sådan får du lokalløn
Side 39

der også plads til at honorere de medarbejdere, der gør en ekstra indsats og har nogle særlige kvalifikationer. Det kan for eksempel være medarbejdere, som ledelsen på den enkelte arbejdsplads gerne vil belønne.

"Det skal vi selvfølgelig lytte til. Derfor kan der sagtens være medarbejdere, som ligger pænt på lønskalaen, der får lokalløn, men det ændrer ikke på den overordnede strategi med, at vi gerne vil løfte de lavestlønnede."

Inden forhandlingerne har fagforeningen indkaldt til fyraftensmøder, hvor medlemmerne bliver præsenteret for strategien.

"Vi oplever faktisk, at der er stor lydhørhed for, at vi løfter fra bunden, og at der er en solidaritet blandt kollegerne på arbejdspladserne. Men vi kunne godt ønske, at der er flere, der interesserer sig for det og kommer til møderne," siger Inge Jensen Pedersen. ★

men@foa.dk

Få FOA-grupper gafler lokalløn

- Eneste FOA-gruppe i kommunerne, der får mere lokalløn end gennemsnittet på 8,12 %, er tekniske service-medarbejdere. De får 12,86 %.
- I regionerne er det kun ledende servicepersonale og sygehusportører, der får mere end gennemsnittet, som er 8,85 %. De får henholdsvis 18,18 % og 9,55 %.

Kilde: KRL og FOA, data fra ultimo 2018

Medlemmer: Ekstra tillæg føles som anerkendelse



TEKNIK & SERVICE

Lasse Elmer, teknisk servicemedarbejder på Plejehjemmet Fuglebakken og tillidsrepræsentant for 15 kolleger i Christiansbjerg, Aarhus.

Ekstra løntrin er en form for skulderklap

Sidst, jeg fik lokalløn, var i 2018. Jeg fik også i 2017, fordi jeg var den suverænt lavestlønnede af mine kolleger, som er plejehjemsbedere. Det er jeg sådan set stadig, men det går jo ikke, at jeg som tillidsrepræsentant stiger hvert år, så aftalen er, at jeg springer over i år og næste år. Det er Teknik- og Service-sektoren i FOA Århus, der forhandler for mig.

Både i 2017 og 2018 fik jeg to løntrin, og det svarer til 837 kroner om måneden. Det er jo ikke nogen formue, men det giver alligevel noget arbejdsglæde og føles som en form for skulderklap.

Jeg har været tillidsrepræsentant i snart to år, og min erfaring er, at de

fleste godt kan forstå, hvorfor de ikke blev tilgodeset ved en lønforhandling, hvis bare de får en ordentlig forklaring. Jeg har heldigvis en fair leder, som er god til at sige til folk: 'Du får ikke i år, der var andre før dig, men du kan gøre sådan og sådan, og så er det din tur næste år.' Så tager de fleste det fint.

Alle vil jo gerne have mere i løn, men jeg kan godt lide FOA Århus' strategi om, at vi primært skal løfte de lavestlønnede. Faktisk synes jeg, at dem i hjemmeplejen skulle have noget mere. Det er jo dem, jeg har et arbejdsfællesskab med i hverdagen, og det er for dårligt, at de tjener så lidt. ★

Vi har altid været lidt glemt

Vi husassistenter er nok et lidt stille folk, der har været ret oversete, når det handler om lokalløn. Vi er jo en minoritet på arbejdspladserne i forhold til dem, der arbejder i plejen. Vi siger ikke så meget og passer bare vores arbejde, så det har virkelig været opløftende at opleve, at vi denne gang er kommet mere på banen og fået del i midlerne. I alt er vi fire husassistenter ud af 20 i Område Nord, der har fået et krone-tillæg her i november 2019.

I kroner og øre betyder det 671,36 kroner om måneden før skat. Det er jo ikke alverden, men man føler sig mere værdsat, når man får et løft.

En af mine kolleger sagde, at hun følte sig bæret over det. Det siger jo lidt om, at det betyder noget.

Det er første gang, jeg har oplevet, at vi husassistenter er blevet løftet på lige fod med andre faggrupper. Det er et resultat af, at sektorformændene i FOA Århus sammen har lagt en strategi om, at man vil løfte fra bunden, så dem, der aldrig er blevet tilgodeset og halter bagud lønmæssigt, kan få noget. Måske ikke i år, men så står de for tur næste gang. Jeg kan godt lide, at der er den systematik i det. ★

KOST & SERVICE



Lone Susan Knudsen, husassistent på Plejehjemmet Hørgården, tillidsrepræsentant for 20 husassistenter i Område Nord, Aarhus Kommune.

→ Vi fik løftet nogle af dem, ledelsen havde sagt nej til

Vi forhandlede lokalløn før sommerferien, og det forløb ganske smertefrit. Vi var godt forberedte, fordi vi havde holdt formøder i FOA inden forhandlingerne. Når vi møder op med en klar plan og har styr på tallene, giver det respekt hos ledelsen. Det endte med, at 23 kolleger fik kvalifikationsløn, og det var faktisk syv mere, end vi havde indstillet. Nogle af dem, der fik et løft, er sygehjælpere, en af de lukkede grupper, som ikke blev tilgodeset ved overenskomstforhandlingerne.

De fleste har fået mellem 6.000-8.000 kroner om året i lønloft. Det er jo ikke en bondegård, men folk giver udtryk for, at det er rart at blive anerkendt. Der er dog også nogle, der hellere så, at deres arbejdsforhold blev bedre.

Min erfaring er, at lønforhandlingerne kan bruges som løftestang i forhold til faglig udvikling. Forrige gang, vi forhandlede, sagde lederen nej til at give lokalløn til nogle af de kolleger, som FOA havde peget på. Lederen mente ikke, de var dygtige nok. Mit svar på det var, at jeg undrede mig over, at ledelsen så ikke havde sørget for, at de pågældende medarbejdere havde fået tilbudt at komme på kursus eller lignende. Hvis de har været her længe, må ledelsen jo sikre, at de har de rette kvalifikationer. Det fik vi skrevet i referatet. Nogle af de medarbejdere fik vi løftet i år, så det var en stor tilfredsstillelse. ★

SOCIAL & SUNDHED



Jeanett Drasbæk, social og sundhedsassistent, tillidsrepræsentant på Plejehjemmet Ankersgade for omkring 80 kolleger, er desuden fællestillidsrepræsentant.

PÆDAGOGISK



Daniel Andersen Millot, pædagogmedhjælper i børnehaven Egetræet i Odder, som er en del af børnehuset Egholmgaard, har været tillidsrepræsentant i knap et år.

Det føles godt at blive anerkendt

I børnehuset Egholmgaard er vi syv pædagogmedhjælpere og en pædagogisk assistent, og her i 2019 er vi flere, der har fået lokalløn givet som kvalifikationsløn. Begrundelsen var engagement. Vi har hver fået et løntrin, og for mig svarer det til 402,75 kroner om måneden.

Det er jo ikke noget, der gør en stor forskel i min økonomi, men det betyder noget at blive anerkendt for det stykke arbejde, jeg laver.

Jeg blev valgt som tillidsrepræsentant i december 2018 og er i gang med mit grundkursus. Derfor sad jeg ikke selv med til lønforhandlingerne.

Ud over kvalifikationsløn er der kolleger, der er på vej til at få tillæg for funktioner, de varetager. To pædagogmedhjælpere vil for eksempel få et tillæg, fordi de har taget livredderprøven. Det er jo nødvendigt, hvis vi skal i svømmehallen med børnene.

Jeg går ind for, at folk skal honoreres for kvalifikationer og funktioner, men derudover mener jeg, at FOA skal sikre, at de lavestlønnede bliver løftet. Jeg kan godt lide tanken om, at vi skal tilbage til mere solidaritet blandt os, der arbejder med mennesker. ★

Sådan fungerer lokalløn

Af Finn Danielsen ★ illustration: Jørgen Stamp

Sådan fungerer lokalløn



1 Frem til OK11 blev der afsat penge i overenskomsten til lokalløn, såkaldt 'forlodsfinansiering'. Ændrede lønforløb var også med til at sikre startkapital for lokallønnen, og de penge er fortsat en del af lønsummen.



2 Den løn, der er aftalt lokalt, udgør cirka otte procent af lønsummen i kommuner og regioner. Det vil sige, at for en gennemsnitlig ansat stammer otte procent af den faste løn-udbetaling fra lokalløn. Hvor mange penge, der hvert år er til nye forhandlinger, afhænger af budgetlægningen.



3 Nogle kommuner/regioner afsætter økonomi til lokalløn i budgettet, for eksempel en procentandel, der udmeldes til arbejdspladserne.



4 På den enkelte arbejdsplads kan lederen budgettere med penge til forhandling af lokalløn. Ændringer i personale-sammensætningen kan for eksempel give luft til nye forhandlinger om lokalløn til medarbejderne.

5 Den enkelte medarbejder kan få tillæg, der er oplyst i forhåndsaftaler eller tillæg, der aftales konkret og individuelt. Lokallønnen kan gives som faste tillæg eller som éngangstillæg.



Sådan får du lokalløn

FOA skal som part i overenskomsten godkende alle aftaler om lokalløn. Overenskomsten (altså de centrale aftaler om lokalløn) giver mulighed for en årlig forhandling om lokalløn, og du kan selv være aktiv i forsøget på at få nogle ekstra lønkroner:

- Tænk over, hvilke af dine arbejdsopgaver der måske kunne udløse et tillæg – til dig selv eller til alle kollegerne.
- Lav forslag til din (fælles)tillidsrepræsentant.
- Lav forslag til din FOA-afdeling.
- Tjek de forhåndsaftaler, FOA har med din kommune.
- Deltag i medlemsmøder eller generalforsamling, hvor lokalløn er til debat.

Fagforeninger vil have lokalløn til servicetjek

FOA har i årevis peget på **problemer med lokallønnen**. Og i et nyt debatoplæg fra Forhandlingsfællesskabet lyder der nu også kritiske toner.

Af Finn Danielsen

Lokalløn fungerer ikke efter hensigten. Det kan man læse i et debatoplæg om Overenskomst 2021 fra Forhandlingsfællesskabet, der indgår overenskomsterne med regioner og kommuner.

Oplægget fra Forhandlingsfællesskabet, som FOA er en del af, peger blandt andet på, at lokallønnen skal passe bedre til de enkelte overenskomster.

FOAs medlemmer arbejder med kernevelfærd og løser vitale opgaver. Det skal anerkendes, og en del af anerkendelsen er altså løn.

THOMAS ENGBAUM, NÆSTFORMAND I FOA

“Lokalløn skal give mening for alle faggrupper,” hedder det i oplægget, og det gør den slet ikke for en stor del af FOAs faggrupper.

Mindre end gennemsnittet
FOA vil have fingrene længere ned i den lokale lønkasse, for kommuner og regioner fedter med kronerne til FOA-faggrupperne, mener FOAs næstformand, **Thomas Engbaun**.

“Vores medlemmer arbejder med kernevelfærd og løser

vitale opgaver. Det skal anerkendes, og en del af anerkendelsen er altså løn.”

Han synes ikke, det er i orden, at lokallønnen for en ansat i kommunerne i snit er godt otte procent, mens FOA-medlemmerne må nøjes med mindre end fem procent. Eller at regionsansatte i snit får næsten ni procent, mens FOA-grupperne spises af med seks procent.

Lokalløn burde eksplodere

Ikke engang social- og sundhedspersonalet, som kommunerne sukker efter, bliver tilgodeset. Beregninger fra FOA viser, at de skulle have cirka 1.000 kroner ekstra om måneden, hvis de skulle op på bare den gennemsnitlige lokalløn i kommunerne.

“Normalt er det sådan, at hvis der for eksempel mangler håndværkere et sted, så stiger timelønnen. Lokallønnen burde jo eksplodere på sosu-området nu, men det kan vi ikke se,” siger Thomas Engbaun.

Han peger på, at FOA skal opnå bedre resultater med lokallønnen, blandt andet ved at arbejde mere systematisk med opgaven.

Fagbladet FOA har spurgt Kommunernes Landsforening (KL), om det er holdbart, at store kommunale faggrupper har forholdsvis ringe udbytte af lokallønnen. Og om, hvorfor lokallønnen ikke bruges mere i indsatsen for at rekruttere sosu-personale.

KL har via sin presseafdeling meddelt, at organisationen ikke på nuværende tidspunkt ønsker at svare på spørgsmålene.

Anders Kühnau, formand for Løn- og Praksisudvalget i Danske Regioner, mener, at den procentvise lokallønsandel ikke afspejler faggruppernes reelle udbytte, og at fordelingen er mere ligelig.

“Vi synes, lokallønnen er i en god udvikling, hvor vi udmønter mere og mere. Men hvis FOA eller andre organisationer ønsker ændringer, er vi parate til at drøfte det. Vi vil dog gerne have nogle konkrete udspil,” siger han.

Send flere penge

Nana Wesley Hansen, lektor og arbejdsmarkedsforsker ved Københavns Universitet, mener, at lokallønssystemet har stået i stampe nogle år. Med de samme rammer, uenigheder og konflikter.

“Der bliver ikke pumpet nye midler ud i systemet, og der er heller ikke kommet nye regler for, hvordan det skal fungere,” siger hun.

Hun peger også på, at der i det nuværende system bruges meget tid på at forhandle om forholdsvis små beløb.

“Parterne bør vurdere, hvad man egentlig vil med lokalløn, og om der skal fyldes flere penge i systemet,” siger Nana Wesley Hansen. ★

FOA på vej med ny strategi

FOAs hovedbestyrelse skal på sit møde i februar 2020 diskutere og beslutte, hvordan FOA kan styrke sit arbejde med lokalløn. Grupper, der har meget små andele, skal især trækkes op, og den samlede lokalløn til FOAs områder skal øges. Spillereglerne i systemet skal kendes bredt i medlemskredsen, og medlemmerne skal vide, hvordan deres rettigheder ser ud.

Kilde: Thomas Engbaun, næstformand i FOA

Sosuer ligger langt under gennemsnit

Social- og sundhedshjælpere skulle have 1.284 kroner ekstra hver måned, hvis de skal ramme gennemsnittet for lokalløn i kommunerne. For social- og sundhedsassistenterne drejer det sig om 805 kroner mere.

Kilde: KRL og FOA, data fra august 2019

Borgmester: Fair lønloft til sosuer

Middelfart Kommune har prioriteret at give **ekstra lønkroner** til en gruppe erfarne social- og sundhedsmedarbejdere.

Af Rikke Jung Rasmussen

Et reelt lønloft til dem, der gør en ekstraordinær indsats, er helt på sin plads. Sådan lyder budskabet i Middelfart Kommune, som har prioriteret penge til en række social- og sundhedsmedarbejdere.

Prioriteringen sker som en del af kommunens rekrutterings- og fastholdelsesstrategi og kommer i første omgang 30 erfarne medarbejdere til gode.



Vi har at gøre med en faggruppe, der er lavtlønnet, så et reelt løft i lønnen er ganske retfærdig.

JOHANNES LUNDSFRYD, BORGMESTER I MIDDELFART KOMMUNE

De var alle indstillet til lokalløn i 2018 og får nu ekstra kvalifikationsløntrin.

Ifølge borgmester **Johannes Lundsfryd** er kommunen meget bevidst om, at løn gør en forskel, når man vil rekruttere og fastholde medarbejdere.

Lokalløn spiller vigtig rolle

“Der er mange måder at anerkende en ekstraordinær indsats på, og her spiller lokallønsmidler en rolle. Samtidig har vi at gøre med en faggruppe, der er lavtlønnet, så et reelt løft i lønnen er ganske retfærdig,” siger Johannes Lundsfryd.

De ekstra løntrin bliver udbetalt med tilbagevirkende kraft fra 2018. Derudover har kommunen tilkendegivet, at der skal afsættes 0,5 procent af den samlede lønsum til lokalløn i 2019. Det svarer til knap en million kroner.

Hvordan pengene skal fordeles og til hvilke medarbejdere, er endnu ikke forhandlet på plads. Det samme gælder næste års lokallønsmidler, hvor kommunen også tilkendegiver, at der skal afsættes et beløb til lokalløn. Hvor stort beløbet bliver, er der endnu ikke taget beslutning om.

FOA: Et godt resultat

I FOA Lillebælt, som har indgået aftalen med kommunen, er faglig sekretær **Bente Wozniak** glad for, at der er landet et resultat.

“Forhandlingerne har været trukket i langdrag, så det er dejligt, at der er fundet en løsning. Tilbagemeldingen fra medlemmerne er også, at man er tilfreds med resultatet,” siger Bente Wozniak. ★

rkjr@foa.dk



Væk fra institutionskultur på plejehjem
Hold livet i gang & hold gang i livet
— med Edén Alternative Kulturtransformation

Besøg os på www.edendenmark.dk

EDÉN 
ALTERNATIVE
DENMARK

Nu' det jul igen ...

Små gaver - store glæder

Familieterapeutens gaveråd: **“Lær dine børn, at en ønskeseddel ikke er en bestillingsliste.”**

Af Lis Hornø ★ illustration: Jørgen Stamp

“Børn har det med at opfatte en ønskeseddel som en bestillingsliste. Og forældre har det med at tro, at julefreden ryger, hvis de trodser forventningspresset. Det gør det ikke nemmere, at alle poster gaver øjeblikkeligt på sociale medier. Barnet kan ikke gå i løbet af juleferien og bearbejde skuffelsen. Chokket rammer her og nu.”

Sådan sammenfatter familieterapeut **Karen Møller Wessel** det ‘gaveræs’, som i nogle – måske mange – familier kan sætte sit præg på julen. Hun siger, det er forældrenes ansvar at skabe gode og realistiske værdier i forhold til gaver. Men hun oplever samtidig, at de tit er konfliktsky.

“De mener, de skal opfylde børns behov for at være en succes. Det kræver mod at hvile i sig selv, have selvværd, tage styringen og sige nej, også selvom ens barn bliver sur på en,” siger Karen Møller Wessel og tilføjer:

“Er pengene små, kan det gøre ondt at sige: Jeg ville gerne, men kan faktisk ikke give dig den iPhone.”

Karen Møller Wessel minder om, at for børn er det vigtige ved julen også traditioner.

“At beslutte at lave noget hyggeligt sammen hver søndag i advent. Måske er vores tid det mest værdifulde, vi kan give hinanden. Børn ønsker at blive hørt, set og forstået. Nærvær er et godt alternativ til at få, hvad man peger på,” siger hun.

Gaver er kærlighed

Karen Møller Wessel fraråder de voksne at indkalde til et familiemøde om gaveregler.

“Man kan godt snakke om det, men tit bliver forældrene kørt over. Jeg tror, de hellere skal skabe nogle traditioner og noget samvær. Lave en gradueret ændring. Gaver skal ikke fra den ene dag til den anden være uldne sokker og geder i Afrika.”

Familieterapeuten råder også til at støtte børnenes glæde ved at give.

“Det gør man ved at modtage gaven på en måde, så barnet får lyst at give igen. Ved at vise glæden og fortælle barnet: Jeg kan se, du har lagt tid i gaven og tænkt på mig, mens du lavede den. At italesætte gavens værdi og det nærvær, der ligger i at give en gave. En gave er en tilkendegivelse af kærlighed.” ★

redaktionen@foa.dk



Gyldne gaveråd

Fra urtiden har gaver været brugt til at opbygge tillid. De sætter altså relationer på spil. Her er de uskrevne regler:



1

Modtager må ikke blande sig i gavens art, og prisen er tabu. Tillid opbygges, når giver gør sig sårbar ved at give noget og risikerer ikke at få noget igen. Bytter man bare 100 kroner, er der intet på spil. I den forstand er ønskesedler snyd.

2



Får du en gave, forventes det, at der kommer en retur. Men aldrig den samme ting. Returgaven behøver ikke koste det samme. En billig returgave kan kompenseres ved brug af tid, anstrengelse og kreativitet.

3

Returgaven skal ikke afleveres med det samme, omvendt må der heller ikke gå for lang tid.



4

Som del af et fællesskab har man pligt til at give, modtage og gengælde gaver, med mindre andet er aftalt. At afslå en gave svarer til at afvise giveren.



Kilde: 'Tillid, magt og offentlige ledelsesreformer' af Steen Vallentin og Niels Thyge Thygesen (2017)

Man bliver glad af at give

En international forskergruppe fandt en klar sammenhæng mellem det at være generøs og at føle glæde, da to grupper af studerende i en måned enten skulle give gaver eller købe ting til sig selv. Resultatet viste, at gruppen, der gav væk, følte sig markant gladere og havde mere aktivitet i de dele af hjernen, der har at gøre med social adfærd og lykkefølelse, end kontrolgruppen. Forskerne fandt endda, at blot det at tænke på at give gaver udløser glædestoffet dopamin i hjernen.

Kilde: Nature.com, juli 2017



Læs mere

[nature.com/articles/ncomms15964](https://www.nature.com/articles/ncomms15964)

Miljøvenlige gaver

At dæmpe forbruget ved at undgå at give ting er snart en gammel tendens. Her er nogle muligheder:

Giv oplevelser. Giv din tid i form af ekspertise, et stykke manuelt arbejde eller slet og ret samvær. Giv et gavekort på en professionel tjenesteydelse eller en digital gave i form af et abonnement. Eller giv mad og drikke, skønheds- og husholdningsprodukter, måske hjemmelavede. Giv kontanter eller et bevis på velgørenhed.

Kilde: 'Zero waste. Gør tilværelsen enkel ved at reducere dit affald' af Bea Johnson (2018)



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.

Vigtigt og relevant fagblad – med plads til forbedring

En ny læserundersøgelse giver pæne karakterer til Fagbladet FOA. En del yngre læsere efterlyser dog **mere spræl og flere unge ansigter**. Andre ønsker mere ro og enkelthed i layoutet.

Af Gitte Hejberg ★ illustration: Emotion

Mere end fire ud af fem FOA-medlemmer har et godt eller endda et rigtigt godt indtryk af deres fagblad.

“Mange oplever, at Fagbladet FOA har både berettigelse og relevans,” konkluderer analysebureauet Epinion, der har gennemført den nye læserundersøgelse af fagbladet.



Færre numre fra 2020

Næste nummer af Fagbladet FOA udkommer i begyndelsen af marts – en smule senere end normalt. Det skyldes, at vi næste år reducerer antallet af udgivelser fra otte til seks blade. Det sker på baggrund af en beslutning i FOAs hovedbestyrelse om besparelser på budgettet. Du kan fortsat læse nyheder fra fagbladet i det ugentlige nyhedsbrev og på Fagbladet FOAs Facebookside.

Mange læsere synes, at bladets artikler er vigtige, og at journalistikken klæder dem godt på til mødet med borgerne, kollegerne og cheferne.

Alligevel er det ikke alle, der får læst så meget i bladet, som de føler, de burde. Det kan skyldes, at de har en travl hverdag. Eller at de savner flere konstruktive artikler eller flere unge interviewpersoner.

For andre handler det mere om layoutet med de mange noter, som de oplever som forvirrende.

Fagbladet FOA inviterede 10.000 tilfældigt udvalgte medlemmer til at deltage i læserundersøgelsen.

En fjerdedel – helt præcist 26 procent – sagde ja, og siden har yderligere 21 medlemmer stillet op til grundige interviews i såkaldte fokusgrupper.

Næste år udkommer Fagbladet FOA med et nyt look og friske artikelformater, og her bruger vi de mange gode input som inspiration – i håbet om, at endnu flere får lyst til at læse med og måske også vil gemme bladet lidt længere. ★

redaktionen@foa.dk

Kilde: Læserundersøgelse af Fagbladet FOA, Epinion 2019.

Jeg vil gerne have de triste historier også, for dem møder vi jo også ude i virkeligheden. De skal bare ikke være på forsiden. Måske på side 2, så det ikke er det første, man ser.
Dagplejer, 25 år



Læserundersøgelse



Hvad er dit generelle indtryk af fagbladet?

Det er meget godt

24 %

Det er godt

59 %

Hverken eller

15 %

Det er dårligt

1 %

Ved ikke

1 %

Hvis du kunne bestemme, hvilket indhold ville du så have mere af?

Fag og faglighed

59 %

Fysisk og psykisk arbejdsmiljø

50 %

Løn og økonomi

39 %

Afdækning af kritisable forhold

29 %

FOAs service og tilbud

27 %

Hvilke kilder til information fra FOA bruger du?

under 40 år

40 år eller mere

Fagbladet FOA (det trykte blad)

36 %

60 %

FOAs nyhedsbrev

36 %

52 %

FOAs hjemmeside

51 %

41 %

Min tillidsrepræsentant

30 %

30 %



Indsendelse af kort i julen

I december kan du indsende dit dagpenge- og efterlønskort lidt tidligere end normalt, nemlig fra torsdag 19. december. Årsagen er helligdagene omkring jul.

På foa.dk/udbetalingsperioder kan du se, hvornår du skal indsende dit kort i 2020.

Nye satser i 2020

Hvert år reguleres det beløb, du får udbetalt i dagpenge- eller efterløn. I år sker det pr. 1. januar 2020. Du kan se samtlige satser på foa.dk/a-kasse/satser-skat-udbetaling

ATP eller ej?

Du bestemmer selv, om du vil indbetale til din ATP-konto, når du går på efterløn. I 2019 betalte du 1,78 kroner pr. time i ATP – det svarer til 285 kroner for måneder med fuld efterløn som fuldtidsforsikret. Som deltidsforsikret var beløbet 231 kroner for måneder med fuld efterløn.

Ønsker du at ændre dit valg, skal du give skriftlig besked til din lokale a-kasse senest 10. januar 2020 via foa.dk/min-post. Valget vil få virkning fra den første udbetalingsperiode i kalenderåret, det vil sige fra og med januar 2020.

Nyt job?

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

Snart kan du nøjes med samtaler i a-kassen

Fra 1. januar 2020 skal de fleste ledige medlemmer af FOAs A-kasse i de 3 første måneder kun til samtale i a-kassen og ikke både til samtaler i a-kassen og i jobcentret. Det skyldes, at FOAs A-kasse er blevet udvalgt til at være med i et forsøg sammen med 8 andre a-kasser. Forsøget varer i 4 år – frem til 31. december 2023.

Som led i forsøget vil FOAs A-kasse styrke samarbejdet med FOAs lokale afdelinger om at skaffe job til medlemmerne. Vi tilbyder også temadage, webinarer,

podcasts og længere forløb med vejledning i jobsøgning og andre ting, det er vigtigt at vide, når man er ledig.

Gælder ikke for alle

Forsøgsordningen gælder ikke for medlemmer, der:

- er under 25 år.
- ikke har en erhvervsuddannelse og ikke har forsørgerpligt over hjemmeboende børn.
- hører til i en af de 15 jobcentre, der ikke er med i forsøget. Det er jobcentre i kommunerne: Aalborg, Allerød, Ballerup, Brønderslev, Fredensborg,

Frederikshavn, Gribskov, Hjørring, Jammerbugt, Læsø, Mariagerfjord, Morsø, Thisted, Rebild og Vesthimmerland.

De medlemmer, der ikke er en del af a-kasseforsøget, skal fortsat både til samtaler i a-kassen og jobcentret. ★



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.

Ny ferielov har betydning for dine feriedagpenge

Du har nok hørt, at der er vedtaget en ny ferielov, som har betydning for dine rettigheder, når du optjener og afholder ferie. Den nye lov har også betydning for din optjening og ret til feriedagpenge fra a-kassen.

Det første nye, du skal være opmærksom på, er, at

du i 2019 maksimalt kan optjene ret til 17 dage med feriedagpenge. Det hænger sammen med, at de feriedagpenge, som du optjener i 2019, skal afholdes i perioden fra 1. maj 2020 til 31. august 2020.

1. september 2020 begynder et nyt ferieår, og fra

denne dato vil ferieåret fremover begynde 1. september.

Vi vil løbende orientere om de nye regler her i Fagbladet FOA og på vores hjemmeside, foa.dk/a-kassen. Du kan også kontakte dit lokale a-kassekontor, hvis du har spørgsmål til reglerne. ★

PERSONLIGT KUNDEMØDE MED PENSAM SIKREDE LIS 23.000 KR. MERE OM ÅRET

Lis Hoffmann bookede en time med en af PenSams kunderådgivere i sin lokale FOA afdeling. Tiden var godt givet ud. For PenSam Bank fik styr på lånene, og nu har Lis og hendes mand råd til nyt tag på deres gamle bondehus.

Tekst og foto: Charlotte Holst

De havde egentlig længe talt om at få kigget økonomien igennem. Men Lis Hoffmann og hendes mand havde ikke rigtigt fået gjort noget ved det.

Da muligheden for et personligt møde med en rådgiver fra PenSam Bank i hendes lokale FOA afdeling dukkede op, greb Lis dog chancen. Hun bookede og mødtes med Jan Møller Larsen, som gennemgik familiens økonomi. Den var tyndet lidt af et boliglån med høj rente og nogle forbrugslån. Blandt andet forbrugslånene betød, at Lis havde været tilbageholdende med at kontakte familiens rådgiver i deres tidligere bank.

- Jeg følte det lidt som om, der var en løftet pegefinger. Jeg ved da godt, det er nogle dumme lån at tage, jeg er jo et voksent menneske. Men det var ikke det, jeg kom for at få at vide. Jeg kom for at få hjælp og rådgivning.

Det fik hun så hos Jan.

TRYGHED OG GOD STEMNING

For få dage efter deres møde ringede han og fremlagde nogle nye lånemuligheder for Lis. Familien kunne samle alt hos PenSam Bank og gå fra et boliglån på 3,5 procent til et lån hos Totalkredit på 0,5 procent i rente. Deres lån kunne også afvikles hurtigere på grund af den lavere rente. I alt en besparelse på 23.000 kroner om året.

- Der var jo ingen tvivl om, at det skulle vi bare, og det skulle vi have gjort langt tidligere. Tænk at vi - bare ved at lægge kreditforeningslånet til boligen om - kunne spare en masse penge. Hvorfor gav vores tidligere bank os ikke de muligheder, spørger Lis.



Lis Hoffmann og hendes mand fik styr på lånene og luft i økonomien, da de skiftede til PenSam Bank.

OM PENSAM BANK

Vi har fokus på personlig rådgivning og tryghed

Vi afholder jævnligt fysiske kundemøder rundt om i landet

Vi har markant bedre renter og priser end andre banker

Læs mere om os på pensambank.dk

Jan spurgte også ind til forbrugslånene under deres personlige møde, men Lis oplevede, at det var i en ganske anden tone.

- Selvfølgelig skal han spørge til det. Men der var ikke noget med, at jeg følte mig dunket oveni hovedet. Han lyttede og fik skabt en god stemning. For en gangs skyld følte jeg mig tryk ved at fortælle om vores økonomi.

FAIR OG ORDENTLIG BEHANDLING

Lis Hoffmann har oplevet dialogen med PenSam Bank som en fremstrakt hånd, hvor hun er blevet taget alvorligt som bankkunde og ikke er blevet efterladt i en blindgyde.

- Det har kørt så fint, og det er meget let at komme i kontakt med Jan. Jeg kan både sende sms'er og ringe, og så vender han hurtigt tilbage. Nu er han på ferie, og det har han også fortalt mig om. Det er virkelig rart. Så hænger man ikke og venter i telefonen uden at komme igennem, siger Lis.

Den nye luft i økonomien betyder, at Lis og hendes mand kan få skiftet stråtaget på deres gamle bondehus fra 1877, når det, om få år, trænger.

PenSam har været med til at gøre renovering af huset muligt, og Lis opfordrer andre til at tage til et fysisk kundemøde.

- Selvom det bare var en enkelt time, så gjorde den personlige kontakt og det, at det var lokalt, en stor forskel for mig. Det var tillidskabende. Jeg har følt mig behandlet fair og ordentligt hele vejen igennem.

det sker

Frederikssund

Sektorerne. 25. marts: Generalforsamling. Der vil senere kunne læses mere på afdelingens hjemmeside.

Seniorklubben. 15. jan. kl. 13.30: 'Nordkap' – Hundested's sidste borgmester Hans Schwenne fortæller om sin og Kirstens skandinaviensur i deres autocamper. 19. feb. kl. 13.30: 'Positivt mindset og trivsel i en travl og stresset hverdag' v. Simon Steenholm. 18. marts kl. 12: Generalforsamling. Vi byder på lidt at spise og drikke kl. 12, dernæst afholdes generalforsamling med dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før. Tilmelding til Anny Lorentzen senest 1. marts af hensyn til forplejning. Traditionen tro afsluttes med bankospil m. gevinster. 15. april kl. 13.30: Cafédag – 'Seniorshow for fuld musik' v. Bertel Abildgaard ('5xKaj').

Guldborgsund

Teknik-Kost og Servicesektoren. 27. feb. kl. 17: Generalforsamling, Gaabensevej 116, Nykøbing F. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være formanden i hænde senest 4 dage inden generalforsamlingen (sendes til afdelingen). Kl. 18 spising. Tilmelding senest 13. feb. på 46 97 17 50.

Holstebro

Afdelingen. 12. marts:

Generalforsamling i Holstebro Musikteater. Alle medlemmer bedes indskrive sig ved indgangen (husk medlemskort). Tilmelding til spising skal ske via aktivitetskalenderen på foa.dk/holstebro. Dagsorden jf. lovene. Dagsorden og tidspunkt; se afdelingens hjemmeside senest 6 uger før. Beretningen og regnskab kan hentes i afdelingen 14 dage før. Indkomne forslag herunder forslag til valg skal skriftligt være afdelingen i hænde senest 4 uger før. Der ydes ikke kørselsgodtgørelse eller daglønstab. **Seniorklubben.** 9. jan. kl. 14: Banko. 23. jan. kl. 14: Kontingentbetaling. Foredrag v. korshærspræst Søren Nielsen. 6. feb. kl. 13.45: Besøg på Holstebro Museum. 20. feb. kl. 14: Sang og musik v. Søren Kristensen fra Dybe Kirke. 5. marts kl. 14: Generalforsamling. Tilmelding senest 28. feb. ift. forplejning på 97 41 40 38/23 67 86 08.

Horsens

Seniorklubben. 6. jan. kl. 14: Nytårskur. Kontingent kan betales. 14. jan. kl. 13: 25-års jubilæum. Vi mødes tidligst kl. 12.30 i Håndværkerforeningen, Allégade 16A. Middag m. 1 øl/vand og kaffe. Stor musikalsk overraskelse. Tilmelding senest 7. jan. Pris 100 kr. For at deltage i seniorklubbens program skal du være medlem. Årligt kontingent 160 kr.

Formand Dorrit Bank på 60 19 70 16. Kasserer Birgit Jakobsen på 60 83 83 08. Begge træffes bedst ml. kl. 17-18.

Lillebælt

Psykatriklubben. 18. feb. kl. 17: Generalforsamling på restaurant Asia, Østergade, Middelfart. Tilmelding senest 12. feb. til Karen Henriksen på 30 86 77 20 af hensyn til spising efter generalforsamlingen. Psykatriklubben yder igen i år et tilskud til FOA Lillebælts tur til Döbeln 8.-12. juni. Tilmelding og betaling skal ske senest 1. marts til Karen Henriksen. Se dagsorden i FOA Lillebælt nyhedsbrev.

Nordsjælland

E+P Klubben Hillerød.

8. jan. kl. 10: Vi skåler nytåret ind og nyder et let traktament. Spiller omvendt banko inkl. kaffe/kranskegale. Medbring gerne en festlig hat. Pris 30 kr. Tilmeldingskupon afleveres til FOA Nordsjælland senest 22. dec. 18. feb. kl. 10: Hyggelig ønskekoncert i selskab med 'JOHN OG H.C.' Pris 30 kr. inkl. brød/amerikansk lotteri. Tilmelding på klubmødet 8. jan. – eller aflever tilmeldingskuponen til FOA Nordsjælland senest 4. feb. 18. marts kl. 12: Generalforsamling i afdelingen. Dagsorden jf. lovene. Forslag skal være formanden i hænde senest 4. marts. Vi slutter med smørrebrød, øl, vand/kaffe. Tilmelding på klubmødet 18. feb. – eller aflever tilmeldingskuponen til FOA Nordsjælland senest 4. marts. 2. april kl. 19: Modeforretningen 'HL

Mode' i Slotsgade fremviser forårets nyheder. Bagefter er der være mulighed for at prøve/købe tøj med rabat. Som sædvanligt vil der være lodtrækning af 10 til 12 gaver på indgangsbilletten. Pris 50 kr. inkl. lidt godt til ganen. Tilmelding på klubmødet 18. feb. – senest på generalforsamlingen 18. marts. (maks. 65).

Odense

Afdelingen. 22. april kl. 19.15: Generalforsamling i Marienlystcentret, Windelsvej 138, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være afdelingen skriftligt i hænde senest 8. april kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid skriftligt afgives stemme fra 15.-22. april kl. 12. Deltagelse i spising kl. 18.15 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 15. april kl. 12. **Servicesektoren.** 11. marts kl. 19: Generalforsamling, Vesterbro 120, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren skriftligt i hænde senest 26. feb. kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid skriftligt afgives stemme fra 5.-11. marts kl. 12. Deltagelse i spising kl. 18 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 4. marts. **Pædagogisk sektor.** 17. marts kl. 19.30: Generalforsamling, Vesterbro 120, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren skriftligt i hænde senest 3. marts kl. 12.

Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid skriftligt afgives stemme fra og med 11.-17. marts kl. 12. Deltagelse i spising kl. 17.30 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 10. marts.

Social- og sundhedssektoren. 26. marts kl. 19: Generalforsamling i Marienlystcentret, Windelsvej 138, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren skriftligt i hænde senest 12. marts kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid skriftligt afgives stemme fra og med 20.-26. marts kl. 12. Deltagelse i spising kl. 18 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 19. marts. **Psykiatrisk Fagklub.** 20. marts kl. 18.30: Generalforsamling, Bowl' fun, Grønløkken 3, Odense. Indkomne forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 20. feb. Efter generalforsamlingen er der jubilæumsmiddag. Der vil måske være en lille egenbetaling. Tilmelding til spising senest 20. feb. til lise lotteduch@gmail.com.

Randers

Social- og sundhedssektoren. 12. marts: Årsmøde. **Pædagogisk sektor.** 18. marts: Årsmøde. **Servicesektoren.** 11. marts: Årsmøde. **Pensionist- og efterlønssklubben.** 19. marts: Årsmøde. Alle årsmøderne afholdes i Medlemshuset. Foreløbige dagsordener kan jf. vedtægterne ses på foa.dk/randers 8 uger

før årsmødernes afholdelse.

Roskilde

Afdelingen. 29. april: Generalforsamling på hotel Scandic i Roskilde. Der indkaldes iht. til FOA Roskildes love.

Silkeborg-Skanderborg

Afdelingen: FOA Huset holder lukket 24. dec. til og med 1. januar. Vi træffes igen torsdag 2. jan. kl. 9. **Seniorklubben.** 6. jan. kl. 12: Nytårskur i FOA Huset, Dalgasgade 24, Silkeborg. Kom og vær med til en hyggelig eftermiddag. Pris medlem 250 kr./gæster 350 kr. Tilmelding og betaling senest 8 dage før arrangementet på 46 97 20 20. Oplys ved tilmelding, om du er diabetiker. **Seniorklubben.** 2. marts kl. 12: Generalforsamling og banko i FOA Huset, Dalgasgade 24, Silkeborg. Pris 10 kr. pr. plade. 2 stk. pr. person. Husk tilmelding senest 8 dage før aht. maden. Oplys ved tilmelding, om du er diabetiker. **Nyhedsbrev.** Modtager du ikke vores nyhedsbrev, bedes du kontakte os for registrering af din mailadresse.

Skive

Seniorklubben. 23. jan. kl. 14: Banko, kaffe m. brød i FOA Skive, Jægervej 12, Skive. Pris 60 kr. inkl. 3 plader. Derudover kan der købes 3 ekstra plader for 10 kr. Sidste tilmelding senest 16. jan. 20. feb. kl. 14: Hyggeeftermiddag, kaffe m. brød. Tag jeres håndarbejde med /vær med til at spille eller hyggesnakke i FOA Skive,

Kontakt FOA

FOA, forbundshuset
Stauings 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/kls
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/randers
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

Jægervej 12, Skive. Sidste tilmelding senest 13. feb. 5. marts kl. 13: Generalforsamling i FOA Skive, Jægervej 12, Skive. Der serveres en let anretning, kaffe m. brød og bankospil. Dagsorden jf. lovene. Forslag skal være formanden i hænde senest 26. feb. Sidste tilmelding senest 27. feb.

Sydfyn

Afdelingen. 18. marts kl. 18.30: Generalforsamling på Hotel Faaborg Fjord. Dagsorden offentliggøres på hjemmesiden.

Sønderborg

Social- og Sundhedssektoren. 9. marts kl. 18-21.30: Årsmøde, Damgade 104, Sønderborg. Deltagelse i fællesspisning - tilmelding senest 2. marts. Se dagsorden på foa.dk/soenderborg - Arrangementskalender.

Seniorklubben. 16. jan. kl. 13: Nytårskur i FOA. Tilmelding senest 10. jan. 6. feb. kl. 14: Lotto i FOA. Tilmelding senest 31. jan. 27. feb. kl. 13: Generalforsamling jf. lovene. Tilmelding senest 21. feb. Dagsorden kan ses på foa.dk/soenderborg eller i afdelingen. Indkomne forslag skal være formanden i hænde senest 6. feb. kl. 12. 12. marts kl. 13.30: Hotel Alsik. Tilmelding senest 6. marts. 23. april kl. 18: Fællesspisning i FOA. Tilmelding senest 17. april. 14. maj kl. 8.20: Sommerudflugt til Korsbæk på Bakken. Afgang kl. 8.20 fra p-pladsen v. Sønderborg politistation. Tilmelding og betaling senest 1. maj. 28. maj kl. 12: 25-års jubilæum, Skovkroen i Nørre Skoven. Tilmelding senest 15. maj. Husk tilmelding

på 46 97 34 00 eller via fagl020@foa.dk. Program for 2020 kan ses på hjemmesiden eller hentes i afdelingen. Bemærk, som efterløner kan du frit benytte dig af seniorklubbens arrangementer.

Sønderjylland

Seniorklubben. 29. jan. kl. 14: Rejseforedrag om Burma v. Ingrid Wehlitz. Tilmelding senest 22. jan. til afdelingen på 46 97 35 00 eller via foasyd.dk under aktivitetskalender. 20. feb. kl. 14: Generalforsamling. Vi starter med et stykke brød kl. 13. Dagsorden jf. lovene. Tilmelding senest 12. feb. på 46 97 35 00 eller via foasyd.dk under aktivitetskalender. 7-11. aug.: 5-dagsturen går til Bornholm. Ret til ændringer forbeholdes. Medlemmer betaler 20 kr. for kaffen, ægtefælle og samlever, som ikke er medlem af FOA, betaler 30 kr., og betaler entréprisen ved arrangementer. Husk du er automatisk medlem af seniorklubben som efterløner og pensionist.

Varde

Efterløns og seniorklubben. 4. feb. kl. 13: Fastelavnssfest med lidt godt at spise og drikke i FOAs lokaler i Varde. Tilmelding senest 30. jan. til aktivitetsudvalget. Sonja 75 26 99 30, Ida 26 48 20 04, Birthe 41 58 40 57, Inge 51 20 46 49, Annemarie 71 75 85 85.

Vejle

Afdelingen. 24. marts kl. 18: Generalforsamling samt valg til sektorområderne og valg af faggrupperepræsentanter til bestyrelsen i DGI-Huset, Willy Størensens Plads 5,

Vejle. Mød op - og gør din stemme gældende. **Nyhedsbrev:** Modtager du ikke vores nyhedsbrev pr. mail, bedes du rette dine oplysninger på FOA Vejles hjemmeside eller kontakte os for registrering af din mailadresse.

Vestsjælland

Tilmelding med NemID: foa.dk/vestsjaelland - ring på 46 97 38 60 ved problemer med tilmelding.

Fagforeningen. 10. og 17. marts kl. 18-20.30 i Slagelse: 'Du er bedre end du tror' - kom og hør hvad stress-coaching kan gøre for dig og dit liv. Pris medlem 75 kr. og ledsager 100 kr. 26. marts kl. 17-20.30 i Slagelse: 'Rolig Nu' v. Jacob Reben med en introduktion til De tre Principper. Gratis. 20., 21. og 22. april samt 23. juni kl. 8-15.30 i Holbæk: NADAKursus - et kompetence- og diplomgivende kursus med instruktør fra NADA Danmark. Pris 1.650 kr. Telefon- og åbningstider: 46 97 38 60 - 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. Akuttelefon faglig: 46 97 21 63 kl. 16-22 på hverdage. A-kassens callcenter: 46 97 10 10 kl. 16-20 på hverdage. **Efterløns- og seniorklubben Holbæk.** 6. jan. kl. 13: Nytårskur. 4. feb. kl. 13: Præst på Orø på godt og ondt v. Kirsten Schmidt. 2. marts kl. 12: Generalforsamling. Tilmelding senest 25. feb. til Marianne, 26 21 45 04. **Efterløns- og seniorklubben Slagelse.** 10. jan. kl. 14: Nytårskur. 12. feb.

kl. 14: Chimpanser & gorillaer v. Aage Brok. 4. marts kl. 16: Generalforsamling. Tilmelding ikke nødvendig. **Efterløns- og seniorklubben Ringsted.** 2. jan. kl. 14: Nytårskur. 6. feb. kl. 14, 3F, Vibevej 12: Ture rundt i Europa v. Elmo Hansen. 5. marts kl. 14: Servicehund v. Hanne Troensegaard. Tilmelding ikke nødvendig. **Efterløns- og seniorklubben Nordvestsjælland.** 29. jan. kl. 11 i Asnæs: Generalforsamling og foredrag om M/S Hedtofts forlis v. Peter Svensson. Tilmelding senest 23. jan. 18. feb. kl. 11 i Kalundborg: Min barndom i Højbyen i Kalundborg. Pris 50 kr. Tilmelding senest 13. feb. 25. marts kl. 11: Overlevede helikopterstyrt v. Søren Benthin. Pris 50 kr. Tilmelding senest 16. marts. Alle arrangementer for efterløns- og seniorklubberne kan ses på foa.dk/vestsjaelland.

Viborg

Afdelingen. 2. april kl. 18: Generalforsamling i Tinghallen, Viborg. Generalforsamlingen starter med spisning kl. 18. Dagsorden jf. lovene. Se mere på foa.dk/viborg. **Teknik- og Service-sektoren.** 12. marts kl. 17: Generalforsamling i FOA Grønnegade 13, kælderen. **Social- og Sundhedssektoren.** 2. april kl. 16: Generalforsamling i Tingstedet, Tinghallen Viborg. Dagsorden jf. lovene. **Seniorklubben.** 19. februar kl. 14: Generalforsamling i FOA Grønnegade 13, kælderen. Se mere på foa.dk/viborg.

HUSK! Fagbladet FOA har færre udgivelser i 2020

Forsideillustration: Jørgen True



DANSKE MEDIERS
OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes
Oplagskontrol

Oplag: 181.225/9. årgang
Tryk: Color Print A/S
ISSN: 1901-0214

Redaktionen sluttet:
27. november

Indlæg til 'det sker' sendes til
Henriette Monrad, hmon@foa.dk
Frist til nummer 1/2020: 6. januar
Frist til nummer 2: 10. februar
Frist til nummer 3: 20. april

Annoncer:
Dansk Mediaforsyning
Telefon: 70 22 40 88
dmfnet.dk

Annoncefrist:
Nummer 1: 3. februar

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

Nummer 1 udkommer:
Uge 10 2020

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

Udgiver:

FOA

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

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

Allerede få timer efter den sidste smøg kan de første helbredsgevinster måles, og du vil **hurtigt opleve bedre kondition** og smags- og lugtesans.

Rygestop: Du bliver sundere fra dag 1

Går du med tanker om, at 2020 skal blive et røgfrit år, så kan det måske være motiverende at tænke på de positive effekter for dit helbred. De kommer nemlig hurtigt.

Et døgn efter du har skoddet din sidste cigaret, har du nedsat risikoen for hjertekarsygdom. Det skyldes, at pulsen og blodtrykket falder, og at kuliteindholdet i blodbanerne falder til det normale.

Mens et rygestop har effekt på kredsløbet og konditionen her og nu, er det anderledes med kræft, fortæller **Niels Them Kjær**, projektchef i Kræftens Bekæmpelse.

“Risikoen for lungekræft afhænger af, hvor mange pakker du har røget i årenes løb. Hver cigaret lægger en lille

smule tjære i lungevævet, og det giver mutationer – og nogle mutationer bliver til kræft,” siger han.

Selv meget syge kræft- og KOL-patienter har dog godt af at stoppe rygning, fordi sårhelingen forbedres, og det lungevæv, der stadig virker, bliver stærkere.

Hold fortsat de små pauser

Hvis man vil stoppe med at ryge, opfordrer Niels Them Kjær til at finde sammen med andre på jobbet, så man kan støtte hinanden. Mange er nemlig mere socialt afhængige af rygning end fysisk afhængige.

“Rygning opleves som en legal pause, et helle. Så aftal, at det fortsat skal være tilladt at tage den lille pause hver anden

time, men tag kaffekoppen med ud i stedet eller sæt jer sammen et særligt sted,” siger han.

Når man stopper med at ryge, er den første måned ofte svær, tilføjer han. Lungerne udvikler stadig slim, og nogle har nikotintrang. Men hurtigt bliver blandt andet lugte- og smagssansen bedre, og efter en måned går det meget bedre. ★

redaktionen@foa.dk

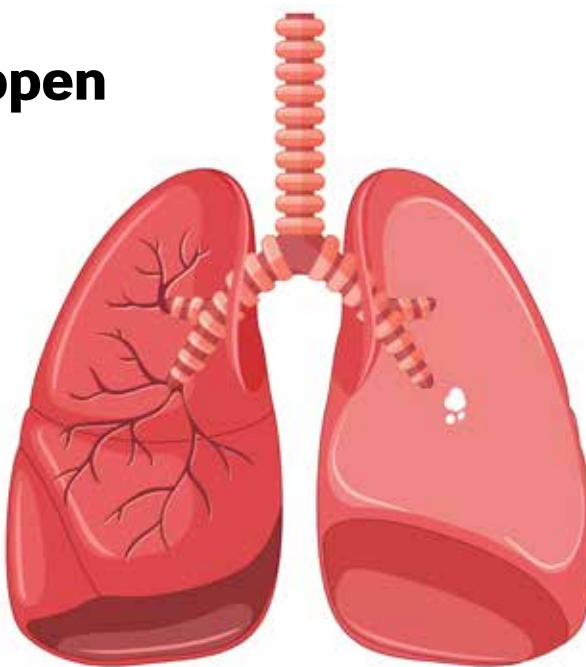
Sådan reagerer kroppen på at blive røgfri

- **20 minutter:** Blodtryk og puls falder til normalt niveau.
- **12 timer:** Kulite i blodet falder til normalt niveau.
- **2-12 uger:** Blodcirkulation og lungefunktion forbedres.
- **1-9 måneder:** Hoste og åndenød aftager.
- **1 år:** Risikoen for blodprop i hjertet er cirka halvt så stor som en rygers.
- **5-15 år:** Risikoen for blodprop og hjerneblødning er som hos en, der aldrig har røget.
- **10 år:** Risikoen for lungekræft halveres i forhold til rygere. Desuden halveres risikoen for kræft i mund, hals, spiserør, blære, livmoderhals og bugspytkirtel.

Andre fordele ved rygestop:

- Risikoen for impotens nedsættes.
- Chancen for at blive eller gøre gravid øges.
- Risikoen for at abortere, føde for tidligt og få børn med lav fødselsvægt nedsættes.

Kilde: WHO og Kræftens Bekæmpelse



Vidste du ...

At skru ned virker ikke

Man skulle tro, at mindre rygning ville betyde bedre sundhed. Men hvis man halverer forbruget, kan effekten næsten ikke måles. Det eneste, der virker, er at stoppe helt.

Stop, før du fylder 30 år

Hvis du stopper helt med at ryge, inden du bliver 30 år, påvirker rygningen ikke levealderen. Kroppen kan dog alligevel være skadet på forskellig vis.

Kilde: Niels Them Kjær, Kræftens Bekæmpelse

quizen

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.

Send dit svar til:
brevkasse@foa.dk senest 13. januar. Du kan også besvare quizen på foa.dk/quiz

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizen i Fagbladet FOA nr. 7/2019 blev **Joan Petersen, Brædstrup.**

1. Næste nummer af Fagbladet FOA udkommer i marts 2020. Hvor mange udgivelser vil der fremover være årligt?

- A. 6
- B. 8
- C. 10

2. Hvor mange penge har FOA Aarhus mindst hentet i kvalifikationsløn til ældreområdet siden 2017?

- A. 2 millioner kroner
- B. 6 millioner kroner
- C. 12 millioner kroner

3. Mikkel Schultz Nielsen havde oprindeligt tænkt, at hans uddannelse skulle være et springbræt til?

- A. Sygeplejerskeuddannelsen
- B. Læreruddannelsen
- C. Psykologuddannelsen

D. 'Ny mesterlære' er en ny vej til at blive social- og sundhedshjælper. Hvilken kommune er den første til at tilbyde forløbet?

- E. Københavns Kommune
- F. Aalborg Kommune
- G. Odense Kommune

4. Pelle Hvenegaard har slået et slag for minimumsnormeringer i daginstitutionerne. Hvor mange følgere har han på Instagram?

- A. Næsten 10.000
- B. Næsten 100.000
- C. Næsten 1.000.000



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

- A. Lunger
- B. Et gevir
- C. Julepynt



Af Jonas Reese Lajer

Medlemspulsen

Vindere i oktober 2019

Hovedpræmie:

Agnes Kirstine Dahl,
FOA Nordjylland

Gavekort til Coop:

Susanne Kure, FOA SOSU
Doris Sørensen, FOA Roskilde
Jane Elin Rasmussen, FOA Roskilde
Gitte Janholm, FOA SOSU
Pernille Schwarz Fuglsang, FOA Århus

Hovedpræmien er et weekendophold for 2 på et Comwell-hotel i Danmark. Desuden har vi hver måned **5 Coop-gavekort** til en værdi af 300 kr.

Nye deltagere er velkomne på foa.dk/medlemspulsen

ER DU UTRYG PÅ DIT ARBEJDE?

- VI ER SPECIALISTER I UDADRETET ADFÆRD OG VI KAN SKABE TRYGHED HER OG NU!

Supervision, kurser og tryghedsskabende vikarer

S · Y · O · P

SIKKERHED · TRYGHED · OMSORG · PÆDAGOGIK

www.s-t-o-p.nu

Landsdækkende service:

Tlf. 7199 3775 • post@s-t-o-p.nu



For **AKUT** assistance
Tlf. 7060 5929
– hele døgnet, hele ugen

INDBOFORSIKRING



OKT. 2019



PenSam Forsikrings indboforsikring er kåret til **"Bedst i test"** af Forbrugerrådet Tænk Penge. Den bliver fremhævet for at have nogle af de bedste dækninger og samtidig være blandt de billigste.

Du kan få indboforsikringen som er en del af FOA Fordele.

Ring på 44 39 39 53