



FAGBLADET FOA

Kend din ret
**FÅ HJÆLP TIL
SUNDHED**

SIDE 24

**TAGER DU OGSÅ
AF STED MED
SNOTNÆSE?**

SIDE 8

DE STØRSTE STJERNESTUNDER

JUL PÅ JOBDET

SIDE 27

Ønsker du at tjene ekstra

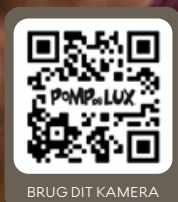
– til ferier og oplevelser?

Bliv fritidskonsulent og sælg børnetøj sammen
med POMPdeLUX.

Bliv en del af et passioneret konsulentteam, som
sælger børnetøj igennem sit netværk i to sæsoner
af 8 uger om året – forår og efterår.

Læs mere her:

pomdelux.com/da-dk/join



BRUG DIT KAMERA

POMP_{DE}LUX



SNAPSHOT
**DEA LAVER
MAD TIL
SYGE BØRN**
SIDE 16

INDHOLD

- 4 Chefredaktørens leder**
- 6 Fag og fremtid**
Her bliver hygiejnisk rengøring taget alvorligt
- 8 FOKUS Syg på arbejde**
Efter corona er snotnæserne tilbage på jobbet
- 14 Formandens klumme & debat**
- 16 Snapshot**
Køkkenansvarlig kræser om børn med nedsat immunforsvar
- 20 Fagligt talt**
- 22 Brug FOA**
Nanna fik tilkendt godtgørelse efter overfald på jobbet
- 24 Kend din ret**
Sundhedsordning i PenSam
- 26 Forskerzonen**
Listeria er stadig en trussel
- 27 INDBLIK Jul på jobbet**
Minder fra julevagterne
- 34 Kollegakram**
- 35 Tæt på**
Så mange ønsker Arne-pension
- 36 A-kassen**
Frister for at indsende kort i 2023
- 37 Mad på farten**
- 39 Min vej**
Den helt rigtige beslutning at arbejde med børn
- 40 Det sker**
- 42 Quiz**

FOKUS
SNOTNÆSERNE
ER TILBAGE
PÅ ARBEJDE
SIDE 8



KOLLEGAKRAM
"WINNIE TOG
MIG UNDER SINE
VINGER"
SIDE 34



**SÅ FARVER JEG MIT HÅR LYSERØDT OG PUTTER GULDELEFANTER I.
DET HØRER SIG TIL. ELLERS HAR DET IKKE VÆRET NYTÅRSAFTEN. SIDE 27**

KARINA JENSEN
AMBULANCEBEHANDLER - OG 'STATIONENS GERTRUD SAND'

FOA

Ansv. chefredaktør Gitte Hejberg
gith@foa.dk · 46 97 24 58
Redaktionschef Allan Wahlers
alwa@foa.dk · 46 97 26 44
Udgiver FOA · Staunings Plads 1-3
1790 København V · 46 97 26 26
foa.dk · foa@foa.dk

HØJTIDENS HELTE GØR DET IGEN

VELKOMMEN | Julen står ikke længere for døren. Julen nærmest sparker den kranseprydede hoveddør ind.

Lige om lidt skal vi samles med vores allerkæreste og sætte tænderne i julemaden. Og så skal mange velfærdsmedarbejdere ellers på arbejde. Det skønnes, at tre ud af fire FOA-medlemmer skal på job hen over jul og nytår.

Det er i høj grad jer, der holder samfundet kørende og holder modet oppe hos de ældste og sygeste, mens andre danser om træet, pakker gaver ud og skåler nytåret ind. Det er jer, der med jeres faglighed og engagement holder jul og nytår med de mange, som har behov for hjælp og pleje.

Det er for eksempel den ældre, der skal fejre jul for sidste gang. Den nyligt opererede, der er for svag til at komme hjem fra sygehuset. Den uheldige, der har brug for kørsel med udrykning efter en ulykke. Den handicappede, som får et veltilberedt julemåltid på institutionen. Og mange, mange flere.

Fagbladet har talt med nogle af dem, der holder jul på arbejdet. De fleste har det fint med vagterne. De oplever, at deres arbejde giver mening. Nogle har det sjovt med at give den maksimale juleglimmergeas på jobbet til glæde for borgere og kolleger. Andre kan tænke tilbage på stjernestunder, der nok var alvorlige, men som i den grad gav stof til eftertanke. Som satte deres eget liv i relief.

Tak for jeres indsats til hverdag og i julen – den giver så meget mening! ★

Gitte Hejberg
GITTE HEJBERG
ANSV. CHEFREDAKTØR

”

TAK FOR JERES INDSATS TIL HVERDAG OG I JULEN – DEN GIVER SÅ MEGET MENING!



@GITTEHEJBERG

&

Se reglerne for løn og frihed hvis du skal arbejde i julen – se på side 30.

LÆS
VORES FOKUS
OM AT GÅ SYG
PÅ ARBEJDE
SIDE 8-13

HVAD MENER DU?

Hvad gør du, hvis en af dine kolleger møder tydeligt sløj på arbejdet?

AF ALLAN WAHLERS
OG JOHANNE HVIID LANGE



Hellere 1 end 10
Nana Gertsen Leer
Tilsynsførende assistent og tr,
Ikast-Brande

Jeg siger, de skal gå hjem. Man kan både smitte sine kolleger og de borgere, vi skal passe på. Selvfølgelig kan vi blive pressede, når man mangler 1, men det er værre, når man mangler 10.



De bliver sendt hjem
Per Kjærsgaard Nielsen
Portør og tr, Regionshospitalet
Nordjylland, Frederikshavn

Hvis nogle møder syge op, bliver de sendt hjem. Det er helt sikkert. Vi er dog ikke så pressede på personale, men hvis der er andre steder, som har rekrutteringsproblemer, kan jeg godt forestille mig, at folk strækker sig lidt længere.



'Er det en god idé?'
Heidi Lund Kongeskov
Serviceassistent og tr i Køge
Kommune, Servicekorps Boform
Hvis man er lidt småforkølet, synes jeg godt, man kan arbejde. Men hvis folk bliver ved med at være forkølede eller har feber, vil jeg nok spørge, om det er en god idé, de er der.



Bilka

ANNONCE

Business

SALG TIL ERHVERV OG INSTITUTIONER

Køb alt ét sted til Bilka priser

Med et Salling Group Business Card kan I
handle ind i Bilkas store udvalg.
Ingen ekstraomkostninger, kontanter eller udlæg.
Læs mere og ansøg på www.bilka.dk/business

Kortet kan også benyttes i A-Z, føtex, Netto, BR, Carl's Jr. og Starbucks.
Salling Group Business Card kan ikke anvendes på bilka.dk, bilkamadudafhuset.dk,
br.dk, foetex.dk, foetexudafhuset.dk, salling.dk & carlsjr.dk



Scan koden
og læs mere

Bilka
100% Danskejet

salling group

”Rengøring er meget andet end at tømme affaldsspande”

I Køge satser de voldsomt på hygiejnisk rengøring. Anført af serviceleder Maria Nielsen skal alle rengøringsassistenter i Servicekorpset løbende uddanne sig.

TEKST OG FOTO: MORTEN BRUUN

Næste år kan to af de kommunalt ansatte rengøringsassistenter i Servicekorpset i Køge se frem til, at de skal på skolebænken og uddanne sig til serviceassistenter.

Samtidig får 36 kolleger at vide, at de i løbet af året skal på et kursus, hvor de kan få opdateret og skærpet deres viden om hygiejnisk rengøring.

I 2024 gentager det sig med nye medarbejdere, og sådan bliver det ved i Servicekorpset, hvor rengøring og hygiejne virkelig er blevet prioriteret de seneste år. Serviceleder Maria Nielsen er den centrale figur i en strategi, hvor uddannelse og vedligeholdelse af viden er nøgleord.

”De ansatte skal vide, at rengøring ikke bare handler om at vaske gulv og tømme affaldsspande. Vi motiverer dem til at tage de faglige briller på, så de for eksempel ved, hvad de skal gøre for at undgå at bringe smitte og bakterier videre,” siger Maria Nielsen.

Selvtilliden vokser

Allerede i ansættelsessamtalen fortæller hun ansøgere til ledige stillinger som rengøringsassistenter, at de godt kan regne med, at det på et tidspunkt bliver

deres tur til at tage uddannelsen som serviceassistent. De får også at vide, at de hvert andet år skal på et opfølgningskursus, så Køge kan indfri vilkårene i den servicestandard for rengøring – DS/Insta 800, hedder den – som kommunen følger. Og derudover sørger Maria Nielsen for at arrangere andre relevante, interne kurser.

”Medarbejderne er både kloge og kvikke, men ikke alle er lige begejstrede for kurserne. En del har haft det svært med lange skoledage og teksttunge bøger, men når vi gør undervisningen konkret og nærværende og gennemfører den på arbejdspladsen, så bliver det nemmere,” siger hun og tilføjer:

”Jeg oplever, at selvtilliden vokser hos mange. Den øgede faglighed betyder, at det bliver nemmere for dem at gå i dialog med andre faggrupper om hygiejniske spørgsmål.”

Tæt på 100 hygiejneambassadører

Konsekvent og løbende uddannelse af rengøringsassistenterne er kun den ene del af Køges hygiejnepolitik. Den anden del handler om at brede opmærksomheden om hygiejne ud i alle kroge af kommunen.

ÅRETS HYGIEJNEPRIS

Maria Nielsen er uddannet serviceassistent, men er via en akademiuddannelse nu leder af Servicekorpset i Køge Kommune. Hun står i spidsen for 80 medarbejdere – herunder 25 i fritvalgsafdelingen og 42 i boformsafdelingen. Hun blev tidligere på året hædret med Hygiejneprisen 2022.

& Læs mere her
fagbladetfoa.dk/hygiejneprisen2022



Forankret i en hygiejneorganisation er der foreløbig udnævnt tæt på 100 hygiejneambassadører på alt fra dagtilbud og kontorer til kulturinstitutioner, skoler og plejeområdet. Samtidig er det tværgående samarbejde mellem blandt andre Maria Nielsen og kommunens hygiejnesygeplejerske, Omong Mortensen, intensiveret.

"Vi har i mange år haft vores opmærksomhed på hygiejnen, så vi var godt klædt på til at imødegå pandemien. Det er så vigtigt, at kommunen ser hygiejne som en vigtig, fælles opgave. Vi har fået et fælles sprog, når vi taler om de her ting," siger Omong Mortensen.

FOA: Gør som Køge

Flere kommuner er i gang med at kopiere Køges hygiejnestrategi, og det bifaldes af Pia Heidi Nielsen, der er formand for Kost- og Service-sektoren i FOA.

"Jeg kan kun anbefale andre at gøre som Køge og give rengøringspersonalet uddannelse og flere kompetencer," siger hun og fortsætter:

"Covid-19 lærte os værdien af god hygiejne. Og vi ved, at multiresistente bakterier bliver en kæmpe udfordring i fremtiden, og derfor bliver det helt afgørende med en faglighed, som den, der er tale om her." ★

MOER@FOA.DK

Serviceleder Maria Nielsen (th.) og hygiejnesygeplejerske Omong Mortensen går i takt, når det gælder rengøringsstandarden i Køge Kommune: "Filosofien er, at rengøringspersonalet ikke bare er ansat til at gøre rent. Vi er alle ansat til at gøre vores bedste for borgerne," siger Maria Nielsen.

39%

af ansatte i velfærdsfag kan
finde på at møde på job,
selvom de er syge – for
ikke at belaste kollegerne.

KILDE: SUNDHEDSSTYRELSENS
UNDERSØGELSE, NOV. 2022



SNOTNÆSER PÅ ARBEJDE

Efter coronapandemien er løjet af, er det igen blevet almindeligt at gå på arbejde med symptomer på sygdom, viser undersøgelse.

FOKUSSIDERNE ER SKREVET AF MORTEN BRUUN OG STINE ANDERSEN, MOBR@FOA.DK | FOTO: JØRGEN TRUE

Bliv hjemme, når du er syg. Det dur ikke at gå på job, hvis du risikerer at smitte dine kolleger med en eller anden træls virus.

Sådan lyder det velmenende råd, som sundhedsmyndighederne de seneste knap tre år – siden starten på coronapandemien – har forsøgt at plante hos alle borgere i Danmark.

Men det er ikke alle, der har taget rådet til sig. Ifølge en ny undersøgelse fra Sundhedsstyrelsen svarer lige godt halvdelen af de adspurgte, at de i kølvandet på coronakrisen er mødt op på deres job eller studie med ondt i halsen. Og tæt på 40 procent fortæller, at de

har negligeret symptomer som ømhed i kroppen og løbende næse.

Vil ikke belaste kolleger

Forklaringerne er mange, men svarene fra de ansatte i velfærdsfagene afslører, at det kan være nemmere sagt end gjort at blive hjemme. Her svarer 4 ud af 10 – eller helt præcist 39 procent – at de møder på job trods sygdom, fordi de ikke ønsker at belaste deres kolleger.

Det indikerer, at der er tale om et reelt dilemma, siger arbejdsmiljøkonsulent i FOA Charlotte Bredal.

”Mit bud er, at medarbejderne tager det hensyn, fordi de i forvejen er pressede,





fordi sygefraværet nogle steder allerede ligger lidt højt på grund af et belastende arbejdsmiljø, og fordi velfærdsfagene i forvejen er præget af mange vikarer og problemer med at rekruttere nye kolleger,” siger Charlotte Bredal og fortsætter:

”Alle de omstændigheder belaster den enkelte arbejdsplads. Og når nogle medarbejdere derfor løber risikoen og går på job trods sygdom, ønsker de at tage hensyn til både deres kolleger og de borgere, de er tæt på. Samtidig er det værd at hæfte sig ved, at eksempelvis social- og sundhedsassistenter og pædagogmedhjælpere ikke bare kan vælge at arbejde hjemmefra.”

Efterlyser præcis definition

I Sundhedsstyrelsen har enhedschef Line Raahauge forståelse for de overvejelser, men hun hæfter sig ved, at det handler om at undgå at smitte andre – i dette tilfælde både kolleger og borgere.

”Vi ved fra vores undersøgelser, at danskerne har accepteret ændret adfærd, når det for eksempel handler om at vaske hænder og bruge håndsprit. Den slags anbefalinger er nemmere at følge. Det er anderledes med symptomer, hvor det er op til den enkelte at vurdere, hvor syg man er,” siger hun.

Netop den kendsgerning understreger ifølge Charlotte Bredal dilemmaet. Som eksempel nævner hun de anbefalinger, Sundhedsstyrelsen formulerede i forbindelse med covid-19. Her blev de tre varianter ’ingen’, ’lette’ og ’betydelige’ symptomer beskrevet, og Charlotte Bredal efter-

55 %

angiver, at ’min leders opfattelse af mig har stor eller nogen betydning, når jeg melder mig syg’.

KILDE: SUNDHEDSSTYRELSENS
UNDERSØGELSE, NOV. 2022

lyser samme præcise definitioner, når det gælder almindelig snue og ondt i halsen.

”Mere tydelighed vil gøre det nemmere for den enkelte at vurdere, hvornår man skal melde sig syg,” siger hun.

Frygt for at blive fyret

Sundhedsstyrelsens undersøgelse viser også, at lederens håndtering og frykten for at blive fyret spiller ind, når man skal melde sig syg. Derfor er det, understreger både Line Raahauge og Charlotte Bredal, vigtigt, at arbejdspladsen accepterer, at de ansatte bliver hjemme, når de er syge – og at det er legitimt at tale om det.

”Det er afgørende, at arbejdspladsen har klare retningslinjer for, hvornår man melder sig syg – og samtidig tydeligt fortæller medarbejderne, hvordan der skal prioriteres, hvis der mangler en medarbejder. Den slags er med til at skabe øget tryk,” siger Charlotte Bredal og tilføjer:

”Og så er det jo vigtigt at huske, at mindre smitte giver mindre sygefravær.” ★

30 %

angiver, at frykten for firing har stor eller nogen betydning ved sygefravær.

KILDE: SUNDHEDSSTYRELSENS
UNDERSØGELSE, NOV. 2022





For kort tid siden blev Casper Nielsen selv ramt af corona. Så stod han med det valg, mange af hans medarbejdere indimellem også skal træffe: Hvornår var han rask nok til at gå på arbejde igen?

En sygt svær grænse

Som pædagogisk leder i en fritidsordning kunne Casper Nielsen godt tænke sig klarere retningslinjer for sygdom. Men det skal ikke være som under corona, mener han.

Han har selv lige været syg. Midt i november blev Casper Nielsen ramt af corona. Og som leder skulle han lave den vurdering, han også forventer, medarbejderne foretager, når de i begyndelsen og afslutningen af et sygdomsforløb skal beslutte, om det er forsvarligt at tage på arbejde.

"Jeg følte mig ikke syg mere, og jeg tænkte, at jeg godt kunne tage på arbejde – men jeg hostede stadig. Så det var lidt på vippen, men jeg synes godt, jeg kunne," fortæller han.

Casper Nielsen er pædagogisk leder af Københavns Kommunes fritidsordning

ved Ellebjerg Skole. Her lyder anvisningen til medarbejderne i forbindelse med sygdom, at man bliver hjemme, hvis man er syg, og at man først kommer tilbage, når man er rask.

"Som leder og menneske tror jeg på, at folk kan bedømme, om de er syge og selv kan træffe beslutningen," siger han.

Som udgangspunkt fungerer det også. Men Casper Nielsen har alligevel lagt mærke til, at der er nogle medarbejdere, som dukker op på trods af, at de virker småsløjede.

"Der er medarbejdere, som ikke bliver hjemme, hvis de er syge, og nogle som



”

DER ER MEDARBEJDERE, SOM IKKE BLIVER HJEMME, HVIS DE ER SYGE, OG NOGLE SOM OGSÅ KOMMER TILBAGE FRA EN SYGEMELDING, INDEN DE ER BLEVET RASKE

CASPER NIELSEN
PÆDAGOGISK LEDER



også kommer tilbage fra en sygdoms-
melding, inden de er blevet raske.”

Heldigvis bliver der lyttet, når han selv eller andre påtaler det. Men det er alligevel noget, der sætter tanker i gang. For lige nu er der ingen klare retningslinjer for, hvornår man er så syg, at man ikke skal tage på arbejde.

Det er en svær grænse at finde, og den ligger i høj grad hos en selv, når man overvejer, om man skal melde sig syg, mener Casper Nielsen.

”Det er en vurdering, som medarbejderen selv skal tage, og det kan godt blive lidt uklart. Som rettesnor vil jeg gerne have, at man bliver hjemme, hvis man føler sig syg.”

Ikke som corona

Under corona var retningslinjerne fra sundhedsmyndighederne konkrete: Hvis man mærkede symptomer, blev man hjemme. Det havde sine fordele.

”Hvis man hostede, havde hovedpine eller andet, ringede man og meldte sig syg. Det er noget, man kan forholde sig til,” siger Casper Nielsen.

Alligevel er det ikke noget, han mener, man skal gå tilbage til.

”Under corona oplevede vi, at friske medarbejdere måtte blive hjemme, fordi de havde et enkelt lille symptom på noget, som egentlig ikke gjorde det nødvendigt at blive hjemme.”

Derfor ville det være optimalt at finde en balance mellem retningslinjerne fra corona og de mere flydende grænser, der er vendt tilbage, mener han.

Han erkender dog også, at det bliver svært med helt firkantede retningslinjer.

Vil gerne aflaste kolleger

Han tror, at en af grundene til, at man tager på arbejde for tidligt, ligger i den kollegiale følelse. Man vil gerne aflaste de kolleger, som man pålægger mere arbejde, når man ikke er der.

”Men man præsterer ikke bedre, når man er halvsyg. Det er jo godt, at man gerne vil tage på arbejde, men det skal ikke vægte højere end at blive rask,” siger Casper Nielsen.

I første omgang vil han drøfte problemstillingen med TR og AMR på fritidsinstitutionen ved Ellebjerg Skole for at få arbejdspladsen godt igennem vinter- og influenzasæsonen. ★



GUIDE 5 RÅD TIL HÅNDTERING AF SYGEFRAVÆR

1. Et fælles anliggende

Sygefravær skal opleves som et fælles anliggende på arbejdspladsen. Lederen skal inddrage medarbejderne – gerne i samarbejde med tillids- og arbejdsmiljørepræsentanterne – i, at det er i alles interesse, at ingen går syge på arbejde. Parterne skal tale om de udfordringer, der kan opstå.

2. Tal om retningslinjer i god tid

Det kan skabe uro, hvis arbejdspladsens retningslinjer for håndtering af sygefravær ikke er kendt af alle. Derfor er det en god idé at genopfriske/repeterer dem i ’fredstid’ og altså i god tid inden eksempelvis en forkølelsessæson.

3. Medarbejdernes rolle

De ansatte skal indbyrdes kunne tale om de udfordringer, sygefravær kan give. Det er vigtigt at undgå en kultur, hvor kolleger, der melder sig syge, bagtales. Det kan for eksempel være unge kolleger, der ud over eget helbred også kan være fraværende på grund af børns sygdom.

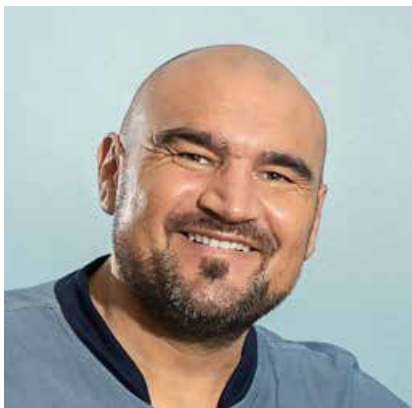
4. Tydelig ledelse

På dage med sygefravær skal lederen være tydelig og huske at anerkende dem, der er på arbejde. Lederen skal også kunne prioritere og fravælge de opgaver, som der eventuelt ikke er medarbejdere nok til at klare.

5. Forkølet ledelse

Lederen skal huske, at vedkommende er en rollemodel, og derfor skal lederen også blive hjemme under sygdom.

KILDE: DITTE LINDVIG, ERHVERVSPSYKOLOG OG SENIORKONSULENT, HUMAN HOUSE.



MAN HAR JO IKKE LYST TIL AT FÅ ET FOR HØJT SYGEFRAVÆR

Zacharias Gregers Hvidkjær
Husassistent på plejehjem
Odense Kommune

Der skal meget til, før jeg bliver hjemme. Det sker kun, hvis jeg har det så dårligt, at jeg ikke kan udrette noget. Og det er ikke fordi, jeg ikke tænker over min adfærd – for jeg tænker over smittefare, og jeg vil altid konsultere med en leder, men personligt skal der meget til.

Jeg tror, man vælger at tage på arbejde, selvom man er småsyg på grund af det pres, der kommer flere steder fra. Man har jo ikke lyst til at få et for højt sygefravær, for det sætter gang i en bekymring om, at man kan risikere en fyring. Når jeg overvejer, om jeg skal melde mig syg eller tage lidt halvsidst på arbejde, tænker jeg også fremad. For jeg har jo nogle opgaver, og hvis jeg ikke løser dem, er det ikke sikkert, de bliver gjort. Det kan gøre mig nervøs, at jeg måske har flere opgaver, når jeg kommer tilbage.

Under corona mærkede man, at der blev set anderledes på det at dukke op med symptomer på sygdom. Nogle af kollegerne kiggede lidt skævt til hinanden og påtalte det, hvis én var mødt halvsøj på arbejde. Men som det er nu, mindes jeg ikke, at der har været nogen markante holdninger til, at man er taget småsyg på arbejde. ★



VI ER TILBAGE VED DE GAMLE VANER

Heidi Holst Knudsen
Social- og sundhedshjælper
Vordingborg Kommune

Jeg er taget på arbejde på trods af, at jeg var lidt sløj og hostede. Det er lidt en udbredt ting at gøre, og det er der flere grunde til. Vi er ikke i en pandemi på samme måde, som vi har været, og derfor ser man lidt lettere på sygdom.

Det gør, at man ikke i samme grad er nervøs for at tage på arbejde med sygdomstegn. Man glemmer lidt de risici, der følger med, og tænker ikke så meget over, at man kan smitte andre. Og det skyldes nok, at vi er kommet tilbage til de vaner, vi havde før corona – at man godt kan tage på arbejde med forkølelse eller andre sygdomme.

Det handler også om, at man ikke vil have for mange sygedage. Det er noget, vi virkelig bliver slået i hovedet med i øjeblikket. Når man melder ind til sin leder, at man er syg, kan man få spørgsmålet: 'Hvornår er du tilbage?' Og det kan jo godt få en til at tage på arbejde, inden man er helt rask.

Men jeg tænker også på mine kolleger, når jeg skal melde mig syg. Jeg kan godt få dårlig samvittighed, for jeg ved, at der er nogle, der skal løbe hurtigere. Det spørger lidt, at man ikke synes, man kan være det bekendt. ★



JEG SIGER: 'BURDE DU IKKE GÅ HJEM?'

Bettina Liv Boraso
Serviceassistent i psykiatrien
Region Sjælland

Jeg lægger mærke til det, når kolleger tager småsyge på arbejde. Tit spørger jeg dem, hvorfor de ikke er blevet hjemme, eller siger, at jeg synes, de burde gå hjem for ikke at smitte andre.

Jeg tager ikke selv på arbejde med symptomer, men der er altid nogle, der tænker, at de godt kan være her på trods af ondt i halsen eller en næse, der løber.

Under corona fungerede det bedre, for der var der tydelige retningslinjer: 'Bliv hjemme, hvis du har symptomer', og det var folk gode til at følge. Men jo længere tid, der går, jo mere glemmer man de gode vaner.

I mit job omgås vi både med hinanden og med sårbare patienter. Men selvom vi risikerer at smitte hinanden, så oplever jeg, at arbejdspresset gør, at nogle møder op, selvom de burde blive hjemme. Der er også noget i den måde, man bliver set på, hvis man melder sig syg. De retningslinjer, der var under corona, er ikke længere gældende, og derfor er der en opfattelse af, at man ikke længere kan ringe og melde sig syg hele tiden. ★

DET ER NU, DER SKAL RYKKE PÅ LØNNEN

STRIIBEN | I skrivende stund er forhandlingerne om en ny regering stadig i gang. Vi følger det tæt, fordi mange af de forbedringer, FOAs medlemmer har brug for, afhænger af, hvad der kommer til at stå i et nyt regeringsgrundlag. Jeg har en klar forventning om, at det vil komme til at indeholde et varigt lønloft til den offentlige sektor – et udspil, som den tidligere S-regering kom med under valgkampen.

I udspillet er der lagt op til et varigt løft af lønrammen i den offentlige sektor på ekstra tre milliarder kroner om året – penge, der er tiltænkt at afhjælpe rekrutterings- og ligelønsproblemer. De ekstra midler er et nødvendigt bidrag til, at vi kan få rettet op på skævheder. Desuden blev der under valgkampen givet et løfte om, at de ekstra midler ikke skal belaste reguleringsordningen. Så vi kan noget, hvis vi vil.

Vi har altså en historisk chance for at rykke på lønnen i den offentlige sektor, men det er ikke en let øvelse. Det syder og bobler bag linjerne, mens vi venter på, at lønstrukturkomitéen kan genoptage sit arbejde. Det skal gøres færdigt, så vi har et faktuel grundlag at stå på. Der er et mylder af uenigheder, men for mig at se er det en bunden opgave at finde frem til løsninger i fællesskab.

Ingen kan sige med sikkerhed, hvordan eller hvornår inflationen flader ud. Men håbet er, at vi i 2024 kan indhente den tabte købekraft med de ekstra midler og med en mere solidarisk løndannelse. Bliver det svært? Ja – der er ingen grund til at skjule, at det er komplekst, når organisationer på tværs af 567.000 medlemmer skal forhandle sig til løsninger og bagefter blive enige med både regering og arbejdsgivere. Er det umuligt? Nej, jeg tror på, at vi kan. En af forudsætningerne er, at vores fællesskab står stærkt og solidt, og at vi er indstillet på at finde løsninger. Husk at spørge dine kolleger, om de er en del af løsningen. Vi skal have alle organiseret. ★


MONA STRIIB
FORMAND

”

VI HAR ALTSÅ EN HISTORISK CHANCE FOR AT RYKKE PÅ LØNNEN I DEN OFFENTLIGE SEKTOR, MEN DET ER IKKE EN LET ØVELSE.



@STRIIBMONA

HVAD
MENER
DU?



I hvert nummer af Fagbladet FOA plukker vi en kommentar fra en debat på Facebook.

Denne gang har vi ringet til Hanne J. Staal for at høre, hvad der fik hende til at kommentere på et opslag, der handler om at fastholde seniorer på arbejdsmarkedet.

Hanne J. Staals kommentar til opslaget:



Hanne J. Staal

10.000 kr ekstra. Hallo skatten tager det halve. Nej tak mit helbred er mere værd end det. Jeg går når jeg kan. Vi har været nok til grin i lønforhandlinger mv. Og det kan ikke komme som en overraskelse. Det er en viden man har haft siden 1970'erne.

Synes godt om Svar

HANNE J. STAAL

DET LUGTER AF NØDLØSNING

Det virker lidt provokerende, at man tror, man kan få seniorerne til at blive længere på arbejdsmarkedet ved at spise dem af med et engangsbeløb på 10.000 kroner. Efter skat er der ikke meget tilbage, så hvordan skulle det kunne forsøge min tilværelse? Jeg agter i hvert fald ikke at blive én dag mere, efter jeg kan gå på pension. Men skulle der komme flere hænder, ordentlige arbejds-vilkår og nogle ledere, som er bedre uddannede og bedre rustet til at sige fra over for det politiske system, så kunne jeg fint se mig selv i faget, til jeg måske er 70 år i stedet for 67. Og hvis der var en større bonus, kunne det også give mening. Hvis jeg kunne få råd til lidt ekstra fys-behandlinger til min hofte, og jeg endda kunne gå til kiropraktor – så ville det være en gulerod. Jeg synes, man skal se på løsninger for den enkelte medarbejder i stedet for, at man fem minutter i lukketid kommer med en nødløsning, der ikke rigtig gavner nogen. ★ SAKD@FOA.DK



ANDRE SKREV OM SAMME OPSLAG

22. NOVEMBER

Dorte Hansen

Hvis pensionsalderen stadig var 65 år, så kunne der være en lille chance for, at jeg blev lidt længere, men når den hedder 69 år for mit vedkommende, så er jeg for længst gået på efterløn.

22. NOVEMBER

Dorte Sanderhoff Pedersen

Penge er ikke alt, men gode at have. Bedre arbejdsforhold er nr. 1 for mig. Vi bliver efterhånden slidt op alle steder.



Deltag i debatten
facebook.com/foadanmark
Vi forbeholder os ret til at forkorte indlæggene.



Et pusterum fra sygdom

Børnehuset Siv i Farum er et dagtilbud for børn med nedsat immunforsvar. Her er det normalt at være syg og for eksempel have mistet håret. Køkkenet, som er Dea Muslis domæne, er husets samlingspunkt og udsender dufte af ovnstegte kartofter og andre livretter. ”Vi vil jo gerne skærme vores børn, så det er dejligt at kunne snakke med andre voksne her,” siger Kristina, mor til Ellie.

TEKST OG FOTO: SIMON JEPPESEN





FRA RENGØRING TIL MADLAVNING

Køkkenansvarlig Dea Musli har arbejdet i Børnehuset Siv siden 2011 – de første 10 år som rengøringsmedarbejder.

Tidligere har hun arbejdet som hospitalsmedhjælper, pædagogmedhjælper og i et kantinekøkken. Hun har sideløbende taget AMU-kurser i rengøring og madlavning.

Hun nyder at servere livretter for børnene, som kan være alt fra fiskefrikadeller til tomat-suppe med hvidløgsbrød.



HUN ELSKER SIT ARBEJDE i Børnehuset Siv. At lave mad, der kræser for sårbare børn og deres forældre. At give sig tid til at lytte. Og bidrage til at skabe en varm og hjemlig stemning i køkkenet, som er placeret i hjertet af børnehuset.

For køkkenansvarlig Dea Musli handler arbejdsdagen om at gøre det så godt som muligt for de børn, som kan have svært ved at spise. Nogle får sondemad og kan slet ikke spise. Alligevel får de små kartoffelbåde – 'Siv-kartofler' – og andet mad på tallerkenen, så de kan røre, måske smage og være en del af det sociale fællesskab, som måltidet udgør.

Børn i Siv er her med en forælder. De er en del af dagligdagen og spiser med. Man meddeler, om man kommer dagen i forvejen, men det er helt afhængigt af børnenes dagsform. Der kan være fire tilmeldte børn, og så kommer der otte. Eller fem tilmeldte – og så kommer der ét. Derfor skal Dea være fleksibel i sin planlægning og lave mad, der kan gemmes – og være forberedt på at lave ekstra med kort varsel.

"Hvis der kommer et barn, som ikke er her så tit, laver jeg så vidt muligt en af barnets livretter – det kan være kyllingelår eller pomfritter," siger Dea Musli.

Hun gør sig hver dag umage med at servere mad, som kommer ned i maven. "En gang havde jeg en dreng, der kun ville spise chips. Så fik han chips."

Lige nu er der to børn, der kun spiser bondebrød fra Rema. Dea vil gerne undgå hvidt toastbrød, så bondebrødet med en tredjedel rugmel er et blødt kompromis: "Jeg har det bedst med, at de får noget sundt." ★ REDAKTIONEN@FOA.DK





ET HELT SÆRLIGT BØRNEHUS

Børnehuset Siv er det eneste af sin art i Danmark. Det er et dagtilbud med særligt hygiejniske rammer for 0-6-årige børn med nedsat immunforsvar. Det er for eksempel børn, som er for tidligt fødte, eller som har en kræftdiagnose.

Sivs hovedformål er at skabe normalitet – ”en boble af tryghed” for både børn og forældre. For børnene er det normalt at være syge. De spejler sig i hinanden og siger for eksempel: ’Har du også cvk?’ (centralt venekateter). De leger ofte med en lægekuffert, og for nylig sagde en dreng til et andet barn: ’Kom her, du skal lige have en hurtig kemo’.

KILDE: ANJA ENDERSLEV, LEDER I BØRNEHUSET SIV

HYGIEJNISK RENGØRING ER REN WIN-WIN

FAGLIGT TALT | Corona, influenza og RS-virus. Den sidstnævnte er allerede blusset op blandt helt små børn, og de to andre kan vi forvente en større spredning af i de kolde måneder, der kommer. Når temperaturen falder, stiger smitten – akkurat som sidste år, året før, før corona og i det forrige århundrede.

Det er sygdomme, der stjæler menneskeliv. Det er sygdomme, der koster sundhedsvæsenet svimlende summer; sygdomme, der får vagtplaner til at smuldre på grund af sygefravær. Men optimisten vil sige, at der således er meget at vinde ved at forebygge netop disse sygdomme. Og det vil jeg gerne skrive under på.

God hygiejne forebygger smitte. Men der skal mere til end blot at spritte hænder af, inden man henter sit barn i børnehaven eller besøger sin gamle far på plejehjemmet. Rengøring af hygiejnisk standard redder liv og sparer samfundet for anselige summer. Og det er ikke nok, at det ser rent ud – det skal også være rent. For vi kan ikke se bakterier og vira med det blotte øje, og der kan derfor gemme sig meget smitte i pæne omgivelser.

Statens Serum Institut har lavet et sæt retningslinjer for, hvordan kvaliteten af rengøring bør være på blandt andet ældreområdet. Desværre viser en undersøgelse, som KL og FOA har lavet, at alt for få følger disse retningslinjer. Vi har brug for, at ledere og andre, der lægger rengøringsbudgetter, forstår, at hygiejnisk rengøring betaler sig. Man kan med rette kalde det en fornuftig investering – der tilmed redder liv. ★

Pia Nielsen
PIA NIELSEN
SEKTORFORMAND



”

**OG DET ER IKKE NOK,
AT DET SER RENT
UD – DET SKAL
OGSÅ VÆRE RENT.**



@KOSTOGSERVICE

KORT
OG
GODT

FORBUD MOD TRANS- FEDT = FÆRRE DØDE

I 2004 blev der sat et endeligt stop for industrielt fremstillet transfedt i danske fødevarer – eksempelvis i pommes frites og popcorn fra mikrobølgeovnen. Og det tiltag kan ses på antallet af hjertedødsfald. Ny forskning viser, at der er 11 procent færre dødsfald i forbindelse med hjertesygdom. Ifølge Kirsten Schroll Bjørnsbo, der er forsker ved Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse ved Bispebjerg og Frederiksberg Hospital, er det en meget stor risikofaktor i samme størrelsesorden som det at ryge, som man har fjernet fra maden.

KILDE: KOST.DK



HJEMMELAVET MAD PÅ RETUR

Vi laver mindre mad end tidligere, vi gør det på kortere tid, og det er blevet mindre vigtigt for os at spise hjemmelavet mad. Det er nogle af resultaterne fra årets madkulturundersøgelse om danskernes madlavningsvaner. Undersøgelsen viser blandt andet, at 47 procent af alle måltider var 'helt og aldeles hjemmelavet' i 2022. I 2016 var det 55 procent.

& Læs mere
madkulturen.dk



FOTO: JACOB NIELSEN

”Jeg er glad og stolt”

Rengøringsassistent Anette Irene Christensen blev valgt som arbejdsmiljørepræsentant (AMR) for fire år siden, og det tillidshverv klarer hun så godt, at hun var nomineret til 'Årets arbejdsmiljørepræsentant' – en pris, der blev uddelt af A4 Medier i november. ”Anette er nysgerrig, grundig og løsningsorienteret,” skrev hendes leder i indstillingen.

”Selvom jeg ikke vandt, er jeg stolt over at være med. Da jeg startede som AMR, vidste jeg ikke

engang, hvad et MED-lokal (Medindflydelse og samarbejde, MED-systemet, red.) er, så jeg har lært det hen ad vejen. Og så er jeg glad for, at rengøringsområdet var repræsenteret. Under corona var vi åh så vigtige, men nu fylder det nærmest ingenting i medierne,” siger Anette Irene Christensen, der arbejder som rengøringsassistent på et sundhedscenter i Tårnby Kommune.

FÅ HJÆLP TIL JOBSØGNING

Hvordan skriver man den gode ansøgning eller får en god jobsamtale? Det og meget mere kan du få gode råd til af FOAs A-kasse, som blandt andet afholder webinarer. På FOAs hjemmeside kan du se tidligere webinarer og datoer for de kommende.

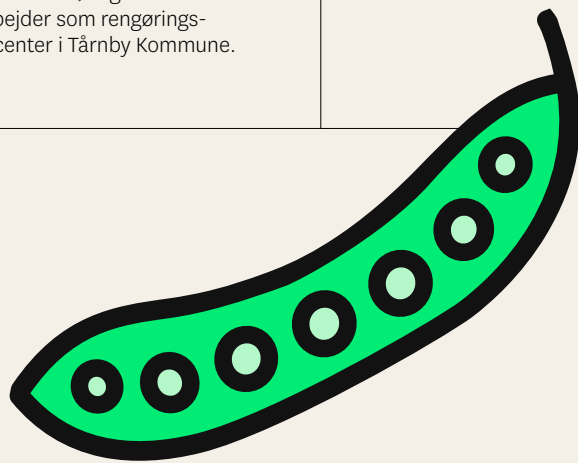


Se mere
foa.dk/nyt-job

28 %

af FOAs medlemmer svarer, at de bruger mindre tid på rengøring i dag end under covid-19-pandemien. 45 procent bruger cirka den samme tid, og 14 procent svarer, at de bruger mere tid.

KILDE: FOA-MEDLEMSUNDERSØGELSE, OKTOBER 2022, 4.492 DELTOG



ER DU KLAR TIL AT HYLDE BÆLGFRUGTERNE?

100 gram bælgfrugter. Så meget anbefaler Fødevarestyrelsen, at vi dagligt spiser af bønner, linser og kikærter. Langt de fleste danskere er ikke i nærheden af at spise så meget, og det vil Rådet for sund mad gerne lave om på. Derfor fejres bælgfrugterne 10. februar 2023. Bælgfrugternes Dag er en international FN-dag til at anerkende vigtigheden af bælgfrugter som en klimavenlig fødevarer.



Læs mere
raadetforsundmad.dk



Selv når vi oplever at lave et helt hjemmelavet aftensmåltid, har halvdelen af os alligevel brugt et eller flere convenience-produkter.

JUDITH KYST
DIREKTØR, MADKULTUREN
[Altinget.dk](https://altinget.dk)

”Det var ren overlevelse”

Nanna Madsen blev syg af at arbejde i et farligt arbejdsmiljø. Med FOAs hjælp har Region Syddanmark erkendt sit ansvar.

AF RASMUS HANDBERG | FOTO: HEIDI LUNDGAARD

KEND DIN RET

TIL ET SIKKERT ARBEJDSMILJØ

1. Gå til den nærmeste leder eller jeres tillidsvalgte, hvis I oplever problemer med arbejdsmiljøet.
2. Tal med kollegerne og registrer gerne de konsekvenser, arbejdsmiljøet har for jer og borgerne.
3. Kontakt jeres FOA-afdeling, så de kan understøtte jer i dialogen med arbejdsgiver.
4. Klag til Arbejdstilsynet, hvis ledelsen ikke handler på problemerne. Rådfør jer gerne med FOA-afdelingen, når I udformer klagen. Arbejdstilsynet behandler altid en klage anonymt og må aldrig sige, at de kommer på tilsyn på grund af en klage.



Læs mere
at.dk

Gidseltagning. Spark, slag og døds-
trusler. Personaleflugt og under-
bemanding. Social- og sundheds-
assistent Nanna Madsen har mange uro-
vækkende fortællinger fra de tre år, hun
nåede at arbejde på retspsykiatrisk afsnit
P2 i Middelfart.

”Utryghed var en del af hverdagen, og
det var, som om vi medarbejdere på gul-
vet bare måtte acceptere det,” siger hun.

I sommeren 2018 er hun med til at åbne
et nyt retspsykiatrisk afsnit i Middelfart.
Mange af kollegerne har ingen psykiatrisk
erfaring, men der er ’no mercy’, som
Nanna Madsen formulerer det.

”Det væltede ind med patienter fra
første dag. Selvom det var spændende,
var det meget voldsomt,” siger hun.

Truede med kokkekniv

I løbet af de første tre måneder bliver
Nanna Madsen både skubbet hårdt, spyt-
tet på og truet adskillige gange. En man-
dag i december er det tæt på at gå helt
galt. Om morgenen hilser hun på en af
sine patienter, der er i varetægtsurrogat
for at have knivstukket en anden mand
11 gange i maven. Senere ser hun patien-
ten komme gående op ad gangen, mens
han har fat om skulderen på en ergotera-
peut. Nanna opdager, at patienten bag sin
anden arm skjuler en 20 centimeter lang
kokkekniv. Hun trykker på sin alarm, og
politiet bliver tilkaldt.

”Det bliver lidt sort for mig, men jeg får

hjulpet ergoterapeuten ind på kontoret,
mens patienten får truet sig til nøgler og
bil fra en kollega på parkeringspladsen.”

Politiet når frem, og der opstår voldsom
tumult, inden Nanna træder til og hjælper
med at få manden bæltefikseret.

”Adrenalin pumper, og jeg føler, jeg
har overblikket. Men det er ren overlevel-
se. Da jeg er hjemme, og en kollega rin-
ger og spørger til mig, knækker filmen
fuldstændig,” siger Nanna, der bliver syge-
meldt samme dag.

I alt fem medarbejdere ender med at
komme til skade i løbet af episoden, står
der i Arbejdstilsynets efterfølgende rap-
port, som Fagbladet FOA har fået akt-
indsigt i. Sygehuset får to strakspåbud,
fordi arbejdsmiljøloven er overtrådt.

Efter få ugers sygemelding er Nanna
Madsen tilbage på arbejde. På det tids-
punkt har flere af hendes kolleger sagt op.

”Men jeg er stædig, og det er jo det her
speciale, jeg ønsker at arbejde med.”

Angsten vokser

I april 2019 får sygehuset et nyt straks-
påbud, fordi risikoen for fysisk og psykisk
vold fortsat ikke er tilstrækkeligt fore-
bygget. I alt får afsnittet syv påbud af
Arbejdstilsynet på to år, men Nanna
oplever ikke, at sikkerheden bliver bed-
re. Hun bliver udsat for nye voldsomme
og potentielt farlige episoder, mens ang-
sten vokser i hende. I slutningen af 2020
bliver hun sygemeldt på ny. Otte måneder

”

Adrenalin pumper, og jeg føler, jeg har overblikket. Men det er ren overlevelse.

NANNA MADSEN
SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT

efter sin sygemelding bliver hun opsagt på grund af langvarigt sygefravær.

I mellemtiden har Arbejdsmarkedets Erhvervssikring (AES) anerkendt Nannas angst og PTSD som arbejdsskade. FOA mener, at hun også bør have erstatning for tabt arbejdsfortjeneste samt godtgørelse for svie og smerte. Det kræver, at Region Syddanmark påtager sig ansvaret for Nannas psykiske arbejdsskader.

Derfor sender FOA et brev med krav om, at regionen påtager sig et erstatningsansvar. Ganske ekstraordinært i denne type sager vedkender regionen sig ansvaret uden yderligere forhandling. Den melding betyder meget for Nanna Madsen:

”Jeg kunne godt have en følelse af, at jeg bare ikke var robust nok. Så det var rart at få at vide, at andre er skyld i, at jeg har fået PTSD og angst,” siger hun.

Hendes lyst til at gøre en forskel for mennesker med sindslidelser er intakt, og hun arbejder i dag i børne- og ungdomspsykiatrien på OUH. Her er arbejdsmiljøet mere trygt, og Nannas håb er, at hun kan klare en 32 timers arbejdsuge.

Region: Det var vores ansvar

I Region Syddanmark var man aldrig i tvivl om sit erstatningsansvar, siger chefsygeplejerske på psykiatrisk afdeling Isabel Gindeberg.

”Gidselstagningen i 2018 var en ekstraordinær og forfærdelig episode, der ikke må ske. Uden at gå ind i den konkrete sag, så er det meget simpelt: Regionen har som arbejdsgiver ansvaret for sikkerheden, og derfor er de fejl, der blev begået, vores ansvar.” ★ RAHBN@FOA.DK

Nanna Madsen er glad for den hjælp og støtte, hun har fået fra FOA, efter hendes arbejdsgiver svigtede sit ansvar om sikkert arbejdsmiljø. Hun har fået 65.575 kroner i godtgørelse for svie og smerte. Desuden har hun fået et foreløbigt beløb på 135.000 kroner for tabt arbejdsfortjeneste.

236 MILLIONER KRONER TIL FOA- MEDLEMMER

I løbet af 2022 har 461 FOA-medlemmer fået afsluttet behandlingen af deres arbejdsskadesag, og tilsammen har de fået knap 236 mio. kr. i erstatning og godtgørelser fra Arbejdsmarkedets Erhvervssikring (AES). Langt størstedelen – tæt på 210 mio. kr. – dækker tab af erhvervsevne, mens resten handler om blandt andet erstatning for tabt arbejdsfortjeneste.

Antallet af afsluttede sager og det samlede erstatningsbeløb ligger en del under resultatet for 2021. Her lykkedes det at færdigbehandle 775 sager med en samlet erstatning på 275 mio. kr. En række af FOAs sagsbehandlere og jurister forklarer forskellen med, at de i stigende omfang oplever, at AES udskyder afgørelsen. Den forklaring er Maria Melchiorson, der er forbundssekretær i FOA og selv sidder i AES's bestyrelse, ikke glad for: ”Det handler om mennesker, der gerne vil have en afgørelse, så de kan komme videre med deres liv.” Siden FOA systematisk begyndte at registrere disse afgørelser for fire år siden, er der i alt afsluttet 1.635 sager med en samlet erstatning på knap 750 mio. kr. ”Det viser, at det virkelig kan betale sig at være medlem af en rigtig fagforening, når der er brug for hjælp,” siger Maria Melchiorson. ★

MOBR@FOA.DK



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

FÅ HJÆLP TIL SUNDHED

Du kan få dækket udgifter til blandt andet kiropraktor og psykolog med PenSams nye sundhedsordning.

AF ALEXANDER PILGAARD KJÆR | ILLUSTRATION: ISTOCK

Døjer du med smerter i muskler og led? Eller har du igennem længere tid været så presset, at du har følt dig nødsaget til at tage nogle sygedage? Så kan der være hjælp til dig, der er på en FOA-overenskomst.

I oktober 2022 trådte PenSams sundhedsordning nemlig i kraft. Den er et tilbud til dem, der indbetaler pension i PenSam, og som har svært ved at fastholde jobbet af helbredsmæssige årsager. Det

gælder problemer af både fysisk og psykisk karakter. FOA-medlemmerne får tilkendt førtidspension langt oftere end akademikere, og det går ud over alderspensionen.

”Sundhedsordningen er tænkt som en forebyggende indsats, så vi kan hjælpe folk med at bevare tilknytningen til arbejdsmarkedet og på den måde opbygge mere pension til den enkelte, når man går på alderspension,” siger Torsten Fels, der er administrerende direktør i PenSam. ★ ALPK@FOA.DK

1

FYSISK NEDSLIDNING

Ofte er det muskler og led, der er den store udfordring. I PenSams sundhedsordning er der derfor mulighed for at få betalt behandling hos blandt andet fysioterapeut, kiropraktor og fysiurgisk massør.

KILDE: PENSAM

2

PSYKISK NEDSLIDNING

Er du ramt af stress, kan du få samtaler med en stresscoach kombineret med et online forløb, som indeholder inspirationsvideoer, konkrete værktøjer og hjemmeøvelser. Der kan også i nogle tilfælde være mulighed for at få dækket udgiften til psykolog.

Lider du af angst, depression eller andet, har du mulighed for at få betalt psykologsamtaler.

3

HVEM ER OMFATTET?

Du er omfattet af sundhedsordningen, hvis du for eksempel har haft mindst 10 sygedage inden for de seneste 6 måneder, er sygemeldt, eller hvis der er andre forhold, der gør, at du er i fare for at miste dit job.

4

SÅ MANGE BEHANDLINGER KAN DU FÅ

Du kan maksimalt få 12 behandlinger pr. hændelse i løbet af en periode på 12 måneder.

De 12 behandlinger kan godt fordeles på eksempelvis 7 besøg hos en fysioterapeut og 5 hos en massør, hvis begge indgår i behandlingen.

De 12 måneder tælles fra det tidspunkt, hvor hændelsen indtræder, og hvis der er vedvarende problemer – for eksempel med skulderen – kan du maksimalt få 12 behandlinger 3 år i træk.

5

DU KAN FÅ HJÆLP TIL FLERE HÆNDELSER

Hvis du får tildelt behandling til eksempelvis en dårlig skulder, og du samme år får et andet problem, kan du godt søge om hjælp igen. De enkelte hændelser er altså uafhængige af hinanden.



SUNDHED I PENSAM

Sundhedsordningen kan bruges af PenSam-medlemmer, der har længerevarende sygdom eller er i fare for at miste deres job af helbredsrelaterede årsager. Du kan søge på Pensams hjemmeside, og der er frit valg af behandler.



Læs om de nærmere betingelser på pensam.dk/sundhedsordning eller brug denne QR-kode.



Foto: KU FOOD

Susanne Knøchel
Professor og sektionsleder

Fødevaremikrobiologi
og Fermentering, Institut
for Fødevarevidenskab,
Københavns Universitet.
Medlem af Rådet for
Bedre Hygiejne.

MANGE ER SÅRBARE

Listeria er en patogen bakterie med en høj dødelighed sammenlignet med andre fødevarerelaterede bakterier. Flere grupper regnes som sårbare overfor listeria-infektion. Det gælder især helt små børn, kræftsyge i kemoterapi og skrøbelige ældre, men i disse år rettes der også særligt fokus på gravide og deres fostre.

Afhængigt af hvilken specifik stamme af bakterien, der er tale om, kan konsekvenserne spænde lige fra almindelig feber og ubehag til invasive sygdomme som blodforgiftning og hjerneindebetændelse. I værste fald kan man dø af det.

KILDE: SUSANNE KNØCHEL, PROFESSOR
PÅ KØBENHAVNS UNIVERSITET

LISTERIA

HOLD KØLESKABET KOLDT

Listeria er en af de farlige bakterier, der kan vokse selv ved køleskabstemperatur.

AF MORTEN BRUUN

Midt i november kom det frem, at syv danskere hen over efteråret var blevet smittet med listeria. En af dem – en person på over 70 år – var tilmed død, formodentlig på grund af infektionen, der stammede fra vakuumpakkede fiskefrikadeller.

I Odense slog en række daginstitutioner alarm, efter at der også her var serveret fiskefrikadeller med listeria for børnene. Og endelig blev der advaret mod et parti færdigstegte fiskefileter, fordi der var påvist listeria – og ligesom i de første tilfælde kunne det spores tilbage til producenten.

Det er ikke første gang – og næppe sidste – at listeriaudbrud præger nyhederne, og det gode spørgsmål er, hvorfor den slags tilfælde bliver ved med at dukke op. Susanne Knøchel, der er professor på Institut for Fødevarevidenskab og medlem af Rådet for Bedre Hygiejne, har et bud på årsagen:

”Sådan er mennesket jo indrettet. Vi bliver ved med at gentage de samme fejl.”

Vær obs på hygiejne og holdbarhed

Og de fejl handler især om manglende opmærksomhed på temperaturer og hygiejne i både produktionsmiljøer og i køleskabene. For det er blandt andet her, at listeriabakterien trives.

Den udmærker sig ved, at den kan vokse selv ved temperaturer under fem grader. Bliver det bare en smule varme-

re, vokser den med voldsom hast – og er der mange, bliver den sværere at komme af med, og den inficerer nemmere. Bakterien dør dog, hvis den under varmebehandling når en temperatur på 75 grader eller derover.

”I produktionsmiljøerne – fabrikker og storkøkkener – er det særlig vigtigt at være opmærksom på hygiejnen de steder, hvor der produceres ’ready to eat’ – altså mad, der spises uden yderligere opvarmning som eksempelvis pålæg. Selvom der de steder er stor opmærksomhed på hygiejne og rengøringsprocedurer, sker det alligevel nogle gange, at der ikke bliver gjort tilstrækkeligt rent, eller der er fugtige områder i kølerummene, hvor listeria kan vokse frem,” siger Susanne Knøchel.

Pas på pålægget

De store listeriaudbrud stammer typisk fra de steder, hvor fødevarerne produceres, men væksten af listeria sker ofte i forbrugernes køleskabe. Her udspringer problemet ikke kun af mangelfuld hygiejne, men også af manglende opmærksomhed på fødevarernes holdbarhed. Eventuel listeria i vakuum- eller gaspakket pålæg vokser meget hurtigere, hvis temperaturen i køleskabet er for høj, eller når pakkerne er blevet åbnet.

”Mange ældre, som er alene, har det problem, at de ikke kan spise en pakke pålæg så hurtigt, og måske er de opdraget til ikke at smide mad ud. Som ansat i hjemmeplejen er det derfor ekstra vigtigt jævnligt at tjekke borgerens køleskabe,” understreger Susanne Knøchel. ★ MOBR@FOA.DK

INDBLIK
JUL PÅ JOBBET

**FOA-MEDLEMMER
FORTÆLLER:
6 GODE MINDER
FRA JULEVAGTEN**



JUL PÅ



Julen er som bekendt hjerternes fest. Og måske fylder varmen og næstekærligheden endda lidt ekstra, når man er på arbejde i løbet af højtiden. Fagbladet FOA har samlet seks af medlemmernes gode minder fra en julevagt på jobbet.

DEN DØENDE MANDS SIDSTE JUL

Der er nogle ting, man aldrig glemmer. For Therese Holgersen gælder det for eksempel, da hun som en del af hjemmeplejen i Greve Kommune var med til at fejre juleaften med en døende, kræftsyg mand.

”Familien var samlet, og plejesengen stod i stuen, så han også var en del af denne her juleaften.”

Det blev mandens sidste jul. Therese Holgersen fortæller, at han døde omkring to uger senere. Men juleaften kunne han stadig tale og være med. På trods af de triste omstændigheder var det også en livsbekræftende oplevelse, siger hun:

”Jeg var kommet i hjemmet i et stykke tid. Og pludselig blev jeg en del af nogle andres værdier og traditioner. De var fantastisk søde, og det var smukt at opleve, at familien kunne stå sammen og fejre julen.”

”Det var en fantastisk vagt. Da jeg gik, havde jeg en rigtig god fornemmelse. Jeg følte ikke, jeg gik glip af juleaften med min egen familie. Den kunne vi jo holde dagen før eller dagen efter.”

Det højtidelige, som også er forbundet med julen, var i høj grad med til at sætte tanker i gang bagefter.

”Livet kan lige pludselig have en ende, og derfor er det vigtigt at holde fast i traditionerne, og at de, der står hinanden nær, ses. Det er det spejl, man får smækket op i synet nogle gange, når man arbejder med det, vi gør.”



Therese Holgersen
Sosu-assistent

Therese Holgersen arbejder i dag som social- og sundhedsassistent i dag-hjemmet på pleje- og ældrecentret Møllehøj i Greve Kommune. ★

JOBDET



TEMA: MORTEN BRUUN, MALIN SCHMIDT, IDA ØSTERLUND OG ALLAN WAHLERS, REDAKTIONEN@FOA.DK | ILLUSTRATION: GITTE SKOV

JULEN VARER LIGE TIL EID

På Røde Kors' modtagecenter for asylsøgere holder de dansk jul for beboerne. Men de husker også at markere den muslimske eidfest og andre højtider og festdage. "Vi vil gerne vise, at vi respekterer dem," siger køkkenmedarbejder Gulnara Dokujeva, der selv kom til Danmark som flygtning fra Tjetjenien.

For 21 år siden flygtede Gulnara Dokujeva fra Tjetjenien til Danmark. Her oplevede hun sin første danske jul som asylsøger og beboer på Center Sandholm i Nordsjælland.

Efter 15 måneder fik hun sin opholdstilladelse, men siden er det alligevel blevet til flere juleaftener på Røde Kors' modtagecenter.

I 2009 vendte Gulnara nemlig tilbage som køkkenmedarbejder, og nu er hun med til at skabe julestemning for flygtningene fra centrets industrikøkken med de skinnende maskiner og de gode kolleger.

"Vores julemenu er helt traditionel. Vi serverer and og brune kartofler og risalamande. Og der kommer også chokolade og slik på bordene," fortæller Gulnara.

Og nytåret bliver også pakket ind i danske traditioner med god mad og hygge.

"Men uden spiritus og fyrværkeri," tilføjer hun.

Center Sandholm rummer mange nationaliteter, kulturer og traditioner, så fejringen af religiøse højtider og festdage står nærmest i kø.

På Sandholm markerer de for eksempel ramadanen, den muslimske fastemåned, der afsluttes med eidfesten. Kvindernes Internationale Kampdag 8. marts bliver også fejret. Og personalet siger heller ikke nej, hvis der for eksempel blandt beboerne er et ønske om at markere en betydningsfuld iransk nationaldag.

"Vi vil gerne gøre noget for at sige både 'glædelig jul' og 'Eid Mubarak'. Det er lige meget, om man er muslim, kristen, ukrainer, russer eller noget helt femte," siger Gulnara og understreger, at alle på Sandholm skal føle sig velkomne og respekterede.

Det kommer for eksempel til udtryk under ramadanen, hvor muslimerne kun må spise mellem solnedgang og solopgang.

"I dagtimerne forbereder vi maden, som de så kan spise senere. Og det sker også, at jeg møder kl. 1 eller 2 om natten for at forberede morgenmad til dem. Vi får

at vide af flygtninge, som også har været i andre lande, at det kun er i Danmark, de oplever, at vi respekterer ramadanen, som det sker her på centret," siger Gulnara.

Men lige nu handler det om julen og nytåret. Og på Sandholm begrænser fest-

lighederne sig ikke kun til 24. december. I hele julemåneden bliver der skruet helt op for julestemningen med julemænd, julemad, julepynt, juletræer, gran og ekstra megen hygge.

"Alle beboerne får en julepose med slik og chokolade, og de får også en julehætte," fortæller Gulnara – og svarer med et bekræftende grin, da vi spørger, om en julehætte er det samme som en nissehue.

Hun er selv muslim, men har i den grad taget de danske traditioner til sig. Privat pynter hun også op, og hendes barn snydes hverken for julegaver, gran eller godter.

"Hver dag skal jeg tænke over, hvad der skal i julesokken." ★



Gulnara Dokujeva

Køkkenmedarbejder



SØGNEHELLIGDAG ELLER EJ?

Sådan er reglerne for
for døgnområdet:

- I år er 24. december en lørdag. Det gør, at juleaften får status af søgnehelligdag (fra dagstjenestens begyndelse).
- Det samme gælder for 2. juledag, mandag 26. december.
- 1. juledag (25. december) og nytårsdag (1. januar) regnes ikke for søgnehelligdage, fordi begge falder på en søndag. Man får derfor søndagsbetaling for de to dage.
- Ved søgnehelligdage træder helligdagsbetalingen i kraft: Udover at få 50 procent oven i den almindelige løn, skal du have nedskrevet normtimer og have en frihedsperiode på 35 timer på et andet tidspunkt.
- En frihedsperiode på mindst 35 timer betyder, at du skal holde fri i 35 timer, før du kan gå på arbejde igen. De 35 timer ligger ikke nødvendigvis i forlængelse af den søgnehelligdag, du har arbejdet på.
- Der er en del ledere i kommuner og regioner, der glemmer at nedskrive tiden, som de skal. Får du ikke nedskrevet dine normtimer, arbejder du for mange timer i din normperiode.
- Hvor mange timer, du skal have nedskrevet, afhænger af, om du arbejder fuldtid eller deltid.
- Nytårsaften falder ligesom juleaften på en lørdag. Medarbejdere skal – så vidt det er muligt – holde fri fra kl. 12 med løn.

KILDE: FOA OVERENSKOMST, LIS SVANBERG

LIVETS VALG

Lone Helligsø Christoffersen havde egentlig besøgt Hanne én gang den juleaften for snart mange år siden.

Men rækken af besøg var kortere end normalt, fordi mange fejrede jul med deres familier. Så sosu-assistenten svingede forbi Hanne en ekstra gang inden fyraften, fordi hun vidste, at Hanne sad helt alene.

Det var i forbindelse med det andet besøg, at Hanne sagde noget, der overrumplede Lone. Nogle ord, hun aldrig har glemt.

”Jeg kom hos Hanne igennem flere år og havde egentlig sådan lidt ondt af hende, fordi hun skulle sidde alene juleaften,” husker Lone.

På det tidspunkt var Hanne midt i 80'erne. Hun var psykisk syg og mor til et barn, som hun kun havde sporadisk kontakt med – slet ikke i en grad, som betød besøg juleaften. I stedet fik Hanne flere gange i døgnet besøg af hjemmeplejen på Bornholm, som Lone er en del af, og hun havde sin gang på et dagcenter.

”Jeg kan huske, at Hanne sidder i sin stol, da jeg kommer denne her ekstra gang. Hun kigger lidt overrasket på mig, for hun kunne jo godt huske, at jeg allerede havde været forbi,” fortæller Lone.

”Jeg skulle bare se, om du var o.k.,” siger jeg til hende. Og så vinker hun mig hen til sig og siger: ’Jeg har det godt. Jeg har jo selv valgt – det er mine egne valg, der gør, at jeg sidder her.’”

Og de ord sidder stadig i Lone. For i situationen repræsenterede de en dyb mening, hun har taget med sig.



**Lone Helligsø
Christoffersen**
Sosu-assistent

”Hun havde truffet nogle valg i livet, og det tog hun konsekvensen af. Det er en rigtig god læresætning,” siger Lone.

”Mange andre kunne have godt af at have den samme tankegang, synes jeg.

Unge mennesker træffer mange valg, men tænker ikke helt over de konsekvenser, de har. De må også selv gøre noget for, at tingene ændrer sig. Det sker ikke af sig selv.”

Den juleaften bedyrede Hanne, at hun var helt afklaret med at sidde alene – og at Lone ikke skulle bruge mere tid på hende, men i stedet skynde sig hjem og holde jul med sin familie.

Hanne har været død i mange år nu, men mindet om hende og hendes ord lever stadig.

”Hun dukker op hver eneste jul. Så tænker jeg på hende. Jeg har været i branchen i 35 år, og det er ikke mange, der sidder fast, men hun sidder der,” siger Lone. ★

JULEN ER EN BALANCEAKT

De troede på det denne gang. At det ville gå godt at fejre jul derhjemme med familien. Der var en risiko, og det vidste den unge godt, men forventningens glæde var alligevel stor.

Sådan husker pædagog Maria Nielsen en juleaften på akutinstitutionen Udsigten i den københavnske forstad Søborg.

”Sent om aftenen fik jeg opkaldet. Den unge ringede og græd, så jeg kørte ud for at hente den unge,” husker Maria. Den unges mor var blevet alt for fuld. Igen.

”Den unge var virkelig ked af det – men også lettet over, at der var en vej ud. Jeg sagde, hvor godt det var, at vedkommende havde passet på sig selv. Det er nogle gange det, de unge hos os har sværest ved.”

Og det er sådan, julen er i villaen, hvor Udsigten holder til. Her er op til 10 unge mellem 13 og 18 blevet akut anbragt i kortere eller længere tid, fordi de ikke kan være i familien længere. Nogle kommer ind med paraderne oppe, fordi de har været anbragt mange gange før og føler, at ’du kan ikke gøre en skid for mig’. For dem er man bare den 20. pædagog i rækken.

For andre er det første gang.

Stort set alle er i krise. På grund af vold i hjemmet, konflikter, der er eskaleret, eller misbrug, der har taget overhånd. Nogle har forældre med psykisk sygdom, eller de har været udsat for social kontrol eller vold.

Man bliver nødt til at føle sig frem. Give dem livliner og balancere – for at finde ud af, hvad de unge har brug for, så de får bare en smule tillid til, at de voksne vil dem noget godt, og at de kan bruge dem til noget. Det er ikke noget, man kan fortælle dem – det skal erfares.

Der var også en anden ung på Udsigten, der bare ville have juleaften overstået. For den unge var julen kun dårlige minder,

så da julemaden var spist, var det bare op på værelset igen med en lukket dør.

”Vi gik derop ... anerkendte, at det var svært, og fik så den unge til at komme ned og være sammen med os andre, uden at det blev så juleagtigt.”

Det er bittesmå skridt. Her er julen ekstra svær med alle sine forventninger. De unges egne eller familiens, som de føler, de skal leve op til. Der er minder, skyldfølelser og bebrejdelser. Derfor er det også op til de unge, hvor meget de vil være med til at fejre med traditionel julemad, gaver og juletræ. For de fleste er det vigtigt, at de har en gave til deres små søskende, der måske stadig er derhjemme eller anbragt et andet sted.

”Vi forsøger at være stabile, når alt

andet er ustabil.

Vi føler os lidt frem, gætter på, hvad det måske handler om. Ikke fordi de skal sige ’ja, lige præcis sådan har jeg det’. Måske kommer det først nogle dage senere. Vi kræver ikke noget af dem, men vi forsøger at hjælpe dem til

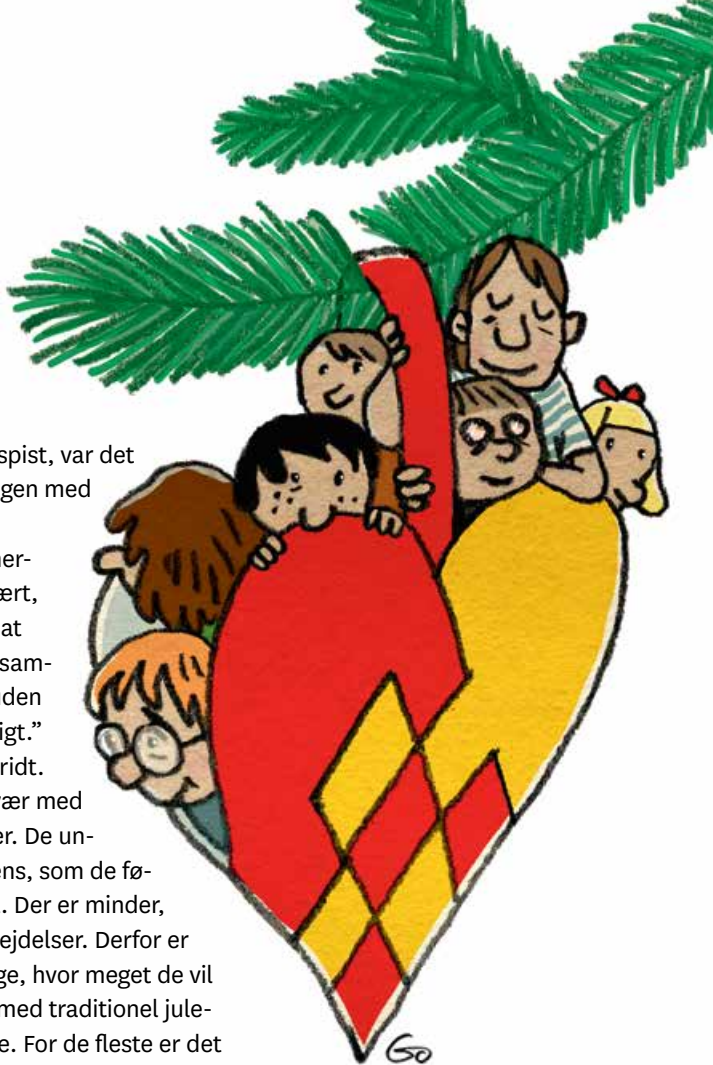


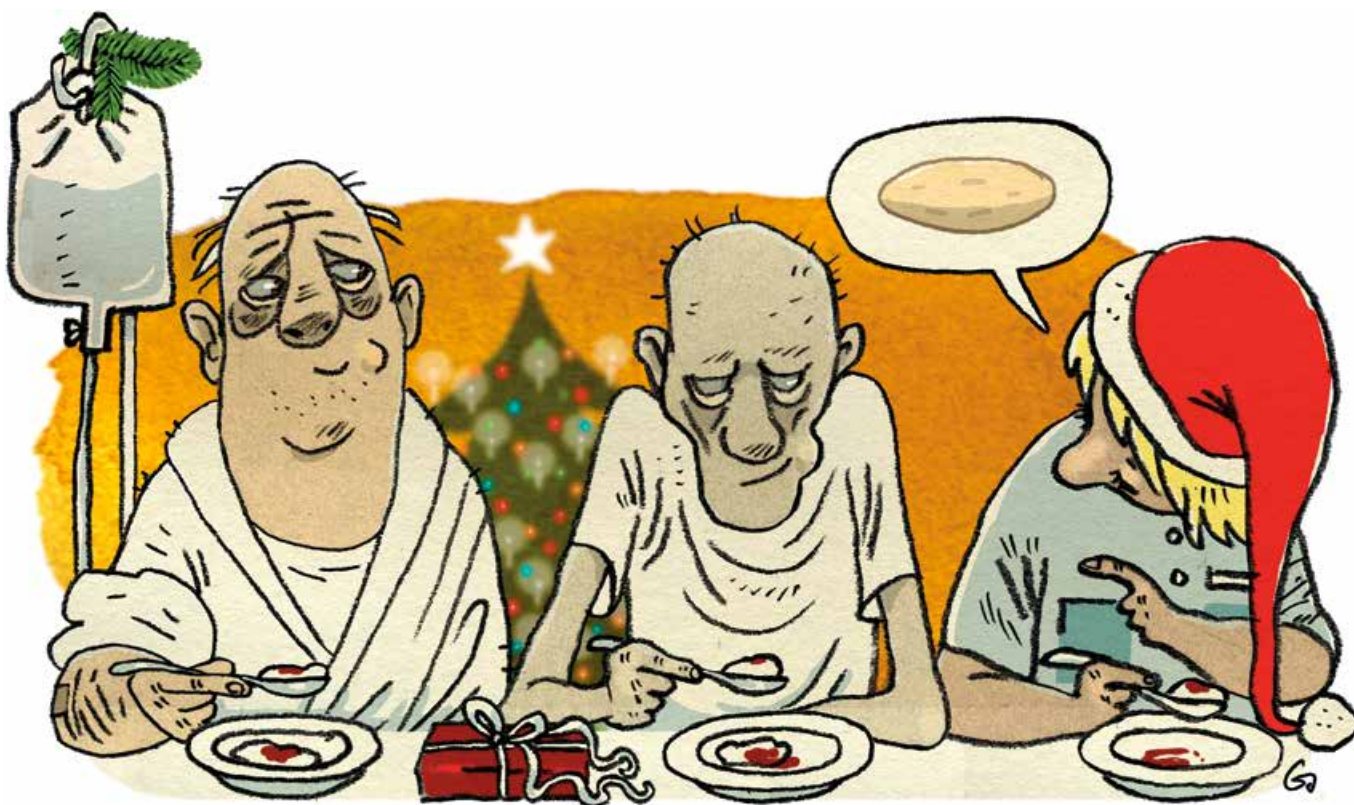
Maria Nielsen
Pædagog

at mærke efter,” siger Maria Nielsen.

For hvor skulle de vide det fra, sagde én til hende. De kan vaske tøj og lave mad. Men de har ikke lært deres følelser at kende.

”Vi formår ofte at komme ind til de unge og få lidt af deres tillid. Vi sår nogle frø og ser ikke altid høsten af det arbejde. Men der er noget håb og perspektiv, selvom de kommer med en svær bagage.” ★





LIDT EKSTRA JULEGLIMMER I HÅRET

Når det er juleaften, sker der hvert år den samme forvandling på en afdeling af Center for Sundhed i Holstebro.

”Der bliver pyntet pænt op. Vi har et flot julepyntet bord og batteridrevne julelys, og der bliver arrangeret julemad – andesteg med det hele. Brune og hvide kartofler. Og franske kartofler. Risalamande og knas, som hvis man var derhjemme. Og alkoholfri øl og vin eller æblecider, som vi hælder op i vinglas for at gøre det lidt mere festligt,” siger Camilla Louise Egebjerg.

Hun er sosu-assistent på afdelingen, som huser borgere på akutpladser eller pladser til midlertidige ophold.

Her er borgere, der har fået en ben- eller hofteopera-

tion. Nogle er blevet ramt af en blodprop eller en infektion. Og andre bor her på den sidste del af livets rejse i stedet for at bo på et hospice.

Nogle opholder sig på afdelingen i få dage, andre i ugevis. Så det er et blandet ’juleselskab’.

Nogle borgere er i stand til at komme hjem og fejre jul. Men mange af dem, der må blive på afdelingen, er ’syge og dårlige’.

”Så sætter vi julemusik på og finder salmebøgerne frem. Og de familier, der er på besøg, sidder klar med lidt julepakker.”

For Camilla Louise Egebjerg handler jul på jobbet især om ens eget mindset.

”Hvis man synes, det er træls og kommer med den indstilling, skaber man også en dårlig stemning. Men hvis vi møder på arbejde med positivt sind og juleglimmer i håret – så skaber vi god stemning og hygge. Det er jo ikke kun os, det er en anderledes jul for. Borgerne

har jo også en anderledes juleaften.”

Hun fremhæver det gode samarbejde, der er på afdelingen i Holstebro.

”Der er selvfølgelig stadig noget dokumentation, der skal laves. Så vi prioriterer det, der skal gøres, men holder det til et minimum og gemmer det, vi kan, til borgerne er kommet i seng.”

Det betyder, at der også er tid til indslag fra en typisk jul.

”Vi går for eksempel rundt om juletræet. Det er ikke sikkert, alle kan komme rundt. Der er også nogle, som kommer rundt med rollator. Det er så hyggeligt at gøre. Vi har også en mandelgave, og det går de jo også veldigt op i, de ældre. Det bliver en god, traditionel jul, selvom de er indlagt. De er dårlige, men de afledes kort fra sygdommen. For det er ikke bare en almindelig dag,” siger sosu-assistenten.

Afdelingen har 24 pladser til midlertidige ophold. ★



Camilla Louise Egebjerg
Sosu-assistent

AMBULANCESTATIONENS GERTRUD SAND

”Jeg er nok stationens juletosse. Eller Gertrud Sand fra The Julekalender,” konstaterer ambulancebehandler Karina Jensen.

For på Den Præhospitale Virksomhed i Nørresundby skal Karinas kolleger også mærke, det er jul. Derfor starter julemåneden med, at Karina pynter stationen op med granglimmer, julelys og nisser overalt.

Heller ikke ambulancen går fri. Førerhuset pyntes med lyskæder, og på instrumentbrættet sætter Karina et lille juletræ fast med sugekop.

”Jeg bager også småkager hele december, så kollegerne altid har friskbagte småkager, når de er på arbejde. Vi skal jo have det lidt godt i december,” siger hun.

Med sine 32 år i jobbet har hun haft flere end 10 juleaftener i ambulancen. Senest sidste år. Og normalt er det særligt to typer patienter, som ambulancerne bliver kaldt ud til i højtiden.

”Først på aftenen er det de ældre, der er på hjemmebesøg fra plejehjemmet, som har forspist sig. Men omkring klokken 22 skifter det. I Aalborg er der tradition for, at byens unge mødes i Jomfru Ane Gade, når julen derhjemme er overstået, og så fester de hele natten. Der får vi for alvor travlt.”

Derfor forsøger de to kolleger, der har juledøgnvagten på stationen i Nørresundby, at planlægge efter, at der fra spisetid bliver travlt til ud på natten.

”Vi hygger os altid helt vildt og giver hinanden julegaver. Vi laver brunch om morgenen med æg, og vi får god frokost. Og så får vi julesnolder i løbet af dagen. Hvis der er mulighed for det, spiser vi julemad omkring kl. 18, for helvede bryder altid løs efterfølgende.”

Mange af patienterne i julen er fest-

gæster, der er kommet galt af sted, men julemåneden er også der, hvor selvmordsraten er højst.

”Det er der, det gør mest ondt at være på arbejde. At se, hvor trist det kan være for dem, som opdager, hvor alene de er. Man får jo lyst til at tage alle med hjem,” siger Karina.

”De sidste mange år har jeg lavet en julekalender, jeg deler ud på et værested for hjemløse i Aalborg omkring juleaften. Jeg fylder juleposer med bittesmå ting, for eksempel rejsetandpasta, tandbørster eller en lille deodorant,” siger hun.

”Og så kan det jo være, at lige netop dem, som fik en julekalender, ikke er dem, ambulancen skal ud til senere på natten, fordi livet har været for surt,” siger Karina.

Selvom december kan byde på triste stunder, sørger hun altid for at slutte året med et brag. Samtlige år har Karina været på arbejde nytårsaften, og årsskiftet 2022/23 bliver ingen undtagelse.

”Så farver jeg mit hår lyserødt og putter guldelefanter i. Det hører sig til. Ellers har det ikke været nytårsaften.” ★



Karina Jensen
Ambulance-
behandler





Anette Christensen, rengøringsassistent i Sundhedscentret i Tårnby Kommune, har peget på sin tidligere kollega, Winnie Holm, Plejehjemmet Pyrus Allé, Tårnby Kommune.

ANETTE CHRISTENSEN:

WINNIE TOG MIG UNDER SINE VINGER

AF MERETE NIELSEN | FOTO: JACOB NIELSEN

Hvorfor fortjener Winnie et kram?

For 14 år siden flyttede jeg fra Skagen til København og fik arbejde med at gøre rent på et plejehjem. Her mødte jeg Winnie, og hun fik mig hurtigt til at føle mig hjemme. Jeg kunne altid gå til hende, når jeg havde oplevet både gode, sjove og underlige ting hos beboerne.

Hvis min rengøringsvogn var blevet 'kid-nappet' i frokostpausen, eller der var smidt underbukser op i spanden, kunne jeg lige spørge Winnie, hvad der var på færde. Hun var også god at snakke med, når jeg var ked af, at en borger var gået bort. Man bliver jo glad for de gamle, og så pludselig en dag er de væk.

Jeg har skiftet job, men Winnie er stadig lidt som en mentor. Hun har 31 års erfaring på plejehjemmet og er tidligere sikkerhedsrepræsentant, som det hed dengang. Da jeg selv blev arbejdsmiljørepræsentant for fire år siden, var det rart at kunne spørge hende til råds, så jeg har hendes ord i tankerne: 'Man skal tænke sig godt om og vælge sine kampe med omhu'. ★

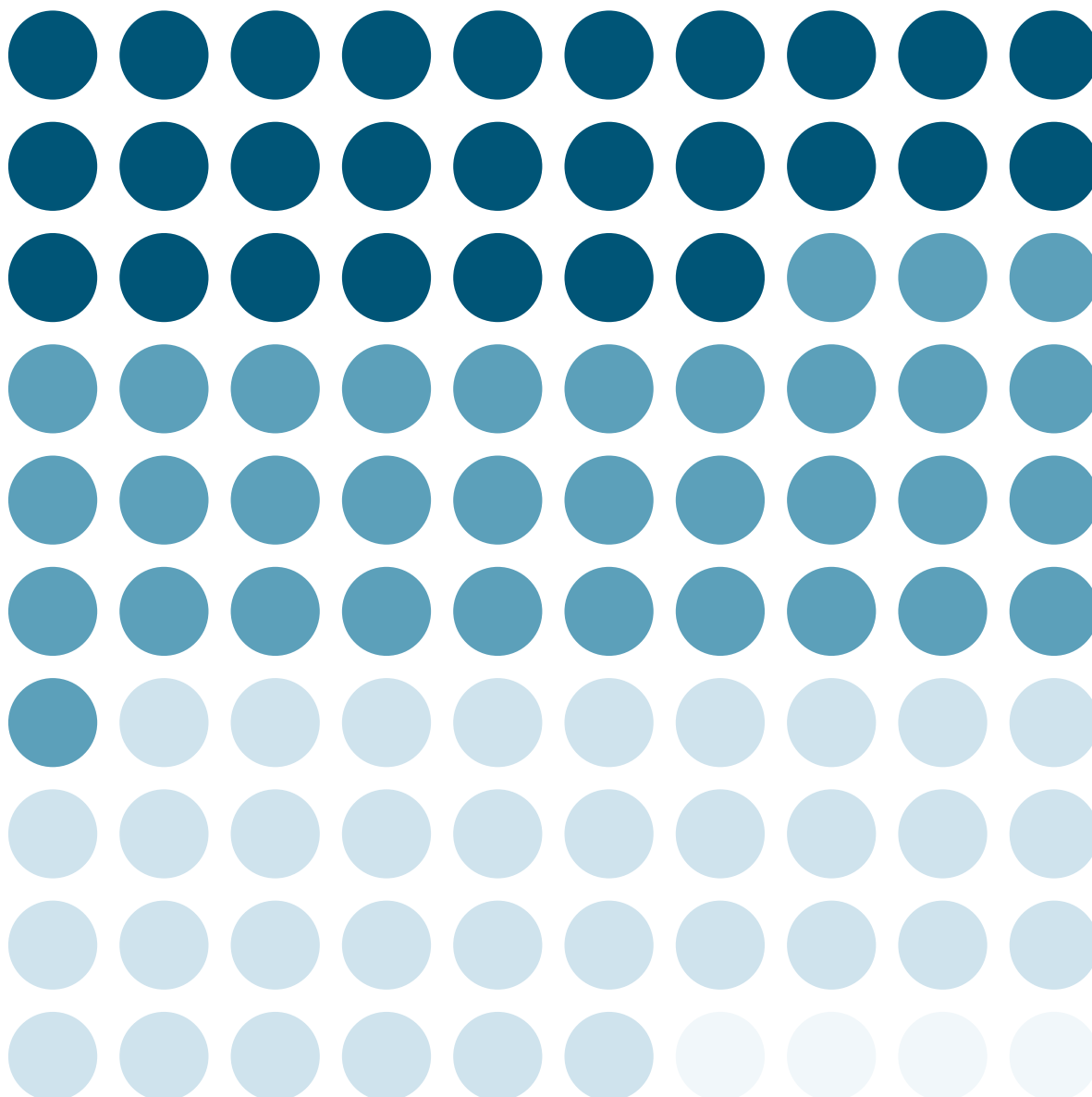


**KRAMMET
GÅR TIL**

Winnie Holm
rengøringsassistent
og teamkoordinator

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

Arne-pension: Cirka hvert fjerde medlem af FOA, der er fyldt 55 år, forventer at gøre brug af tidlig pension, hvis de får mulighed for det, viser en medlemsundersøgelse.



- **JA-STEMMER (27 %)**
- **NEJ-STEMMER (34 %)**
- **VED IKKE (35 %)**
- **IKKE RELEVANT (4 %)**

KILDE: FOA-UNDERSØGELSE BLANDT MEDLEMMER, DER ER FYLDT 55 ÅR. SPØRGSMÅLET ER STILLET TIL MEDLEMMER, SOM HAR VÆRET FAST TILKNYTTET ARBEJDSMARKEDET SIDEN 16-19-ÅRSALDEREN, 1.590 DELTOG.

HUSK!**22. december**

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

Husk at udfylde din Joblog

Mindst en gang om ugen skal du skrive de job, du søger, i en digital joblog – enten via foa.dk/akassen eller jobnet.dk. Du skal logge flere job hver uge. Jo flere ledige stillinger, der er, desto flere skal du søge og registrere i din joblog. Derudover skal du hver måned gemme mindst én af de ansøgninger, du har sendt, i din joblog. Du kan miste dagpengene, hvis du ikke opfylder disse krav.

Nyt job?

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

Digital post

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

A-KASSENS CALLCENTER – en udvidet service til dig

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

SE DATOER FOR AT INDSENDE KORT I 2023

Her kan du se, hvornår du skal indsende dit kort, hvis du er på dagpenge eller efterløn i 2023.

AF METTE WIEDERHOLT PEDERSEN

Du vil som udgangspunkt få udbetalt dine dagpenge eller din efterløn den sidste hverdag i hver måned.

INDSENDELSES DATOER 2023

24. januar	24. juli
21. februar	24. august
24. marts	22. september
21. april	24. oktober
23. maj	23. november
23. juni	20. december

Hvis du vil være sikker på at have dine penge til tiden, skal du udfylde dit kort senest 2 dage efter, det kan indsendes.

Du skal senest indsende kortet 1 måned og 10 dage efter månedens udgang. Dagpenge- og efterlønskort samt øvrige blanketter finder du på foa.dk/find-blanketter.

Find flyer med datoer

På siden foa.dk/a-kasse/pjecer/hvornaar-kan-jeg-indsende-mit-kort kan du bestille eller printe en flyer over datoerne for 2023.

Satser 2023

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

ATP eller ej?

Som efterlønnør bestemmer du selv, om du vil indbetale til din ATP-konto, når du går på efterløn. I 2022 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.

Før du gik på efterløn, traf du valget, om du ville indbetale til ATP eller ej.

Ønsker du at ændre dit valg, skal du give skriftlig besked til din lokale a-kasse senest 10. januar 2023 via foa.dk/min-post. Valget vil få virkning fra den første udbetalingsperiode i kalenderåret, det vil sige fra og med januar 2023. Har du spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte os. Du kan finde din lokale a-kasse på foa.dk/kontakt-akassen. ★

SPICY SANDWICH

Savner du inspiration til en velsmagende madpakke, der kan holde energien oppe, så kig med her. Steg en ekstra svinekotelet, når du laver aftensmad til en krydret vietnamesisk sandwich.

AF KATRINE KLINKEN | FOTO: LINE FALCK



Forfriskende salat med appelsin, lidt olivenolie, hakkede valnødder og mynte



TIP!
Skyl krydderurter i koldt vand og lad dem dryppe af



Sandwich med kotelet og pickles

2 stk.

1 flute eller 2 store sprøde boller

Lynpickles

125 g gulerod
125 g fennikel
1 tsk. groft salt
1 dl eddike
½ dl vand
2 spsk. sukker

Fyld

2 håndfulde frisk basilikum og koriander
⅓ agurk
4 spsk. mayonnaise
½ spsk. fiskesovs
½ spsk. sojasovs
1-2 rød chili
1 spsk. olie
1 stor svinenakkekotelet

Sådan gør du

Lynpickles: Skræl gulerod og skyl fennikel og skær dem ud i tynde stave. Massér dem med salt, til de slipper væske. Rør eddike, vand og sukker sammen og hæld det over grøntsagerne. Lad dem hvile mindst 30 min. eller til næste dag.

Fyld: Skyl koriander og basilikum. Skær agurk og chili i skiver. Varm en pande godt op og brun koteletten i olie 1-2 min. på hver side. Krydr med peber. Skru ned til middelvarme og steg den færdig ca. 5 min. på hver side.

Sandwich: Skær kødet i skiver. Lad pickles'en dryppe af. Lav et snit ned i det halve flute eller bollerne uden at skære igennem. Dryp inde i brødene med en blanding af fiske- og sojasovs og smør med mayonnaise. Fordel kødet og fyldet i brødene.

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



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

Benyt dit PlusKort, og få rabat på tøj og tilbehør

– se alle rabatterne på pluskort.dk

PlusSport.

Shop alt indenfor sneakers og styles, sportstøj, sportssko og tilbehør hos adidas med rabat.

Op til 35 %



PlusHerretøj.

Shop populære brands såsom Lindbergh, Martinique og JBS på toejeksperten.dk og i udvalgte butikker landet over.

4 %

TØJ | ekspertten

PlusMode.

Få rabat på gavekort til Zalando, og brug det på tøj, sko, accessories, sport og beauty fra flere tusinde brands.

10 %



PlusFritid.

I Friluftsland finder du et kæmpe udvalg af beklædning og udstyr til friluftslivet fra nogle af verdens førende outdoorbrands.

9 %



GODT UDSYR - BEDRE OPLEVELSER

PlusBriller.

Benyt alle Synoptiks gode tilbud, og få 5 % PlusKort rabat oveni. På ikke nedsatte varer får du 20 % på normalprisen.

5-20 %

Synoptik

PlusSport.

Sports- og fashionbrandet hummel® tilbyder et stort udvalg af træningstøj, sports-styles, sko og livsstilsprodukter til både herrer, damer og børn.

10 %



FOA PlusKort.



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



PÆDAGOGISK ASSISTENT YILDIZ ÜCLER:

JEG SKAL IKKE SIDDE PÅ KONTOR

AF ULLA ABILDTRUP | FOTO: JACOB NIELSEN

Min drøm var at blive teknisk assistent, så jeg begyndte på handelsskolens grundforløb på bygge- og anlægslinjen, men halvvejs i uddannelsen fandt jeg ud af, at der var alt for meget matematik. Så blev jeg sekretær på en sprogskole og senere i et familiehushold for børn med særlige behov. Efter et par år fik jeg lyst til at læse videre og tog uddannelsen til tandklinik-assistent. Jeg arbejdede på forskellige tandklinikker, indtil jeg fik problemer med ryggen, da jeg var midt i 30'erne.

Jeg har altid haft stor kærlighed til børn. Jeg elsker deres mimik, deres sprog og måde at bevæge sig på – for eksempel når de danser eller triller rundt på en legeplads. Derfor valgte jeg at blive pædagogmedhjælper i en daginstitution. Her syntes en kollega, at jeg var megadygtig og opfordrede mig til at læse til pædagogisk assistent. På det tidspunkt havde jeg arbejdet som medhjælper i 11 år, så jeg fik merit og kunne færdiggøre uddannelsen med blot 13 måneder på skolen. I dag arbejder jeg i Børnehuset Lyngholm, hvor jeg også er tillidsrepræsentant, efter jeg har taget TR-uddannelsen. Jeg nyder at give børnene omsorg og nærvær. De er så livsglade, og vi griner tit højt.

Jeg skal ikke sidde på kontor, og jeg ved nu, at jeg har truffet den rigtige beslutning om at arbejde med børn. Jeg har fået sat min ryg på plads og er aktiv med at dyrke motion og gå til yoga. I min fritid har jeg uddannet mig til bydelsmor og hjælper piger med anden etnisk baggrund end dansk med for eksempel at komme i gang med en uddannelse. For nylig modtog jeg Furesø Kommunes integrationspris, som var et billede med titlen 'En moders omsorg'. ★

| CV |

2018-: Børnehuset Lyngholm

2006-2018: Børnehuset Farumsødal, tog uddannelsen til pædagogisk assistent i 2011

1996-2006: Uddannelse til tandklinikassistent og derefter ansættelser på flere tandklinikker

1992-1996: Sekretær på sprogskole og i et familiehushold

1989-1991: HG og teknisk assistentuddannelse

FREDERIKSSUND

Seniorklubben. 18. jan. kl. 13.30: 'Seniorshow for fuld musik' v. Bertel Abildgaard (5 x Kaj), kommer med et syng med-foredrag om dagligdagen tilsat komik og musik. | 15. feb. kl. 13.30: 'Når dørene åbnes'. Hør Annette Hallefs fortælling om, hvordan det lykkes at finde sporløse slægtninge. | 15. marts kl. 11.30: Generalforsamling med lidt at spise og drikke kl. 11.30 og derefter generalforsamlingen med dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være bestyrelsen i hænde senest 14 dage før. Tilmelding til kasserer Anny Lorentsen

på 29 69 02 39 eller annylorentzen@hotmail.com senest 1. marts af hensyn til forplejning. Traditionen tro afsluttes med et bankospil.

**LILLEBÆLT
MIDDELFART**

Psykiatriklubben. 23. januar 2023 kl. 17: Generalforsamling på restaurant Asia, Østergade, Middelfart. Efter generalforsamlingen vil der være spisning. Af hensyn til dette bedes du tilmelde dig senest 9. januar til Karen Henriksen på 30 86 77 20. Se dagsorden i FOA Lillebælt nyhedsbrev.

MIDTJYLLAND

Seniorklub Skive. 19. jan. kl. 14: Banko i FOA Midtjylland, Skive afd., Jægervej 12, Skive. Der serveres kaffe m. brød. Pris 60 kr. inkl. 3 plader. Derudover kan der købes 3 ekstra plader for 10 kr. Sidste tilmelding skal ske senest 12. jan. | 9. feb. kl. 14: Fastelavnsfest i FOA Midtjyl-

land, Skive afd., Jægervej 12, Skive. Vi hygger med sjov, kaffe og fastelavnsboller – sidste tilmelding senest 2. feb. **Seniorklubben Viborg.** 11. jan.: Lotterispil, se program. | 8. feb. kl. 14: Generalforsamling og efterfølgende lotterispil. Evt. forslag skal være formanden i hænde senest 25. jan. på seniorklubbenviborg@outlook.dk eller 22 96 87 50. Tilmelding senest 1. jan. til Birthe Olesen på birtheogernst@privat.dk eller 29 24 51 12. Indkaldelse kan ses på FOA Midtjyllands hjemmeside under Seniorklubber.

ODENSE

Afdelingen. 19. april kl. 19.30: Afdelingsgeneralforsamling i Marienlystcentret, Windelsvej 138, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være afdelingen skriftligt i hænde senest 5. april kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid skriftligt afgives stemme fra 13.-19. april kl. 12. Det er dog også muligt – efter forudgående aftale – at afgive stemme uden for afdelingens åbningstid i samme periode. Deltagelse i spisning kl. 18.30 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 12. april kl. 12. **Servicesektoren.** 28. marts kl. 19: Generalforsamling i Salen, FOA Odense, Vesterbro 120, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren skriftligt i hænde senest 14. marts kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens

åbningstid – eller efter aftale – skriftligt afgives stemme fra og med 22.-28. marts kl. 12. Deltagelse i spisning kl. 18. forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 21. marts. **Social- og sundhedssektoren.** 29. marts kl. 19: Generalforsamling i Marienlystcentret, Windelsvej 138, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren skriftligt i hænde senest 15. marts kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid – eller efter aftale – skriftligt afgives stemme fra og med 23.-29. marts kl. 12. Deltagelse i spisning kl. 18 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 22. marts.

Pædagogisk sektor. 30. marts kl. 19: Generalforsamling i Salen, FOA Odense, Vesterbro 120, Odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være sektoren skriftligt i hænde senest 16. marts kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingens åbningstid – eller efter aftale – skriftligt afgives stemme fra og med 24.-30. marts kl. 12. Deltagelse i spisning kl. 17.30 forudsætter tilmelding på foa.dk/odense senest 23. marts. **Seniorklub.** 3. jan.: Nytårskur, FOA 1 sal, Vesterbro 120, Odense. Klubben er vært med Asti, kranskeg og kaffe/te. | 17. jan. kl. 10-12: Underholdning v. 'Rock duo' m. Margit og Bjarne på Vesterbro 120, Odense, FOA 1. sal. Klubben serverer

kaffe og kage. | 7. feb. kl. 10.45: Bowling i Odense Bowlinghal. Pris medlem: Bowling + smørrebrød 120 kr. uden Bowling 90 kr. pris Ikke-medlemmer bowling + smørrebrød 130 kr. | 21. feb. kl. 10-12: Banko på Vesterbro 120, Odense, FOA 1. sal. Der spilles om 45 gevinster + 4 ekstra gevinster. Pris: 1 plade 35 kr. 2 plader 50 kr. Der serveres kaffe og kage i pausen.

RANDERS

Social- og sundhedssektoren. 14. marts, **Pædagogisk sektor** 15. marts, **Service-sektoren** 15. marts og **Pensionist- og efterlønsklubben.** 23. marts. Årsmøder i Medlemshuset – foreløbige dagsordner kan jf. lovene ses på foa.dk/randers 8 uger før års-mødernes afholdelse.

ROSKILDE

Social- og sundhedssektoren. 12. april, **Servicesektoren** 20. april og **Pædagogisk sektor** 20. april. Generalforsamlinger med dagsordner jf. lovene.

SYDFYN

Afdelingen. 22. marts kl. 18-22: Afdelingsgeneralforsamling. Tilmelding via foa.dk/afdelinger/foa-sydfyn/arrangementer/afdelingsgeneralforsamling-2023.

SØNDERBORG

Seniorklub. 12. jan. kl. 13: Nytårskur, FOA Sønderborg. Tilmelding senest 5. jan. | 26. jan. kl. 14: Foredrag med hospitalskløven Liva, FOA Sønderborg. Til-

melding senest 12. jan. | 16. feb. kl. 14: Lotto, FOA Sønderborg. Tilmelding senest 9. feb. | 16. marts kl. 13: Generalforsamling, FOA Sønderborg. Indkomne forslag til formanden senest 23. feb. kl. 12. Tilmelding senest 10. marts. | 13. april kl. 13: Fællesspisning, FOA Sønderborg. Tilmelding senest 4. april. | 11. maj kl. 8.45: Udflygt til Ærø. Afgang fra Sønderborg Politistation. Tilmelding og betaling senest 30. marts. | 1. juni kl. 11: Sommerhygge, Jollmands Gaard. Tilmelding senest 25. maj. Husk tilmelding på 46 97 34 00 eller faglo20@foa.dk. Program for 2023 kan ses på hjemmesiden/ i afdelingen. Bemærk, at du som efterlønnør kan benytte dig af seniorklubbens arrangementer.

SØNDERJYLLAND

Seniorklubben. 19. jan. kl. 14: Foredrag 'Fremtidsfuldmagt og testament' i FOAs mødelokaler, Brundevvej 2, Rødekro. Tilmelding senest 13. jan. på hjemmesiden foa.syd.dk. | 27. feb.: Generalforsamling i Seniorklubben i FOAs mødelokaler, Brundevvej 2, Rødekro. Vi starter med et stykke brød kl. 13. Generalforsamlingen starter kl. 14. Dagsorden jf. lovene. Bagefter kommer Sydfyn og fortæller om Rejseplan, Flextrafik og rejseplan. Tilmelding senest 22. feb. på foa.syd.dk. Ret til ændringer forbeholdes. Ved møder i afdelingen er kaffen

MEDLEMSPUSEN**Vindere i oktober 2022****Hovedpræmievinder**

Arnarke Magdalene P. Trans, FOA Vest

Gavekort til Coop

Suzy Helmer Mainz, FOA Frederikssund
Marianne My Egemose, FOA Sydfyn
Bente Schoubo Paulsen, FOA Århus
Lone Tenzone, FOA Randers
Tina Bach Kastberg Bengtsen, FOA Midtjylland

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/medlemspuls

KONTAKT FOA

FOA, forbundshuset
Staaings Plads 1-3
1790 København V

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

FOA-afdelinger

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

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

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

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

gratis for alle. Ægtefælle og samlever betaler entréen ved arrangementer ud af huset. Husk, at du som efterløner og pensionist automatisk er medlem af seniorklubben.

VEST

Seniorklubben

Esbjerg. 5. jan kl. 14: Nytårstaffel. Kom og hyg jer med et glas vin/kranssekage, mens vi lytter til Folmer og Bas-serne, der underholder med harmonika og sang. Tilmelding 1. dec. eller til Lis Dastrup. | 2. feb. kl. 14: Generalforsamling. Dagsorden jf. lovene. Tilmelding 5. jan. eller til Lis Dastrup.

Seniorklubben Varde.

9. jan. kl. 14: Bankospil med mange fine præmier i FOAs lokaler Ndr. Boulevard 78. Kaffe/brød 25 kr. Tilmelding senest 3. jan. til Anna Lise Nielsen på 30 66

01 75. | 6. feb. kl. 14: Hans Ole Fisker fortæller om sin vandring på Caminoen. Kaffe/brød 25 kr. Tilmelding senest 31. jan. til Anna Lise Nielsen på 30 66 01 75. | 6. marts kl. 13.30: Årsmøde jf. lovene i FOAs lokaler, Ndr. Boulevard 78. Der serveres kaffe/brød. Efter årsmødet kommer bedemand Hans Peter Nielsen og fortæller om sit arbejde.

Seniorklubben Vejen.

9. jan. kl. 14: Nytårskur i Sognegården, Nørregade 98, Vejen. Vi ønsker hinanden godt nytår med et glas bobler, kaffe/kage. Nogle læser op, og har du en god historie eller noget sjovt at fortælle, så tag det med.

I TVIVL OM DIN LØN?

Find dit eget løntrin for kommune, region og stat i det nye lønmagasin



foa.dk/loenmagasin

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

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

PMF-afdelinger

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

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

Redaktionen sluttet

1. december

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

Frist til nummer 1

3. januar

Frist til nummer 2

30. januar

Annoncer

Media-Partners

Telefon: 28 57 08 57

jorgen@media-partners.dk

Annoncefrist

Nummer 1

11. januar

Nummer 2

8. marts

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

Nummer 1 udkommer

Uge 7 2023

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

Vi tager ansvar for indholdet og er tilmeldt

PRESSE NÆVNET

Medlem af Danske Medier

DANSKE MEDIERS OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes Oplagskontrol

Oplag:

169.153/12. årgang

Tryk: Stibo Complete

ISSN: 1901-5712



Udgiver:

FOA

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

QUIZ



1. Hvor mange har ifølge Sundhedsstyrelsen negligeret symptomer som ømhed i kroppen og løbende næse?

- A. 25 procent
- B. 40 procent
- C. 63 procent

2. Ambulancebehandler Karina Jensen julehygger om sine kolleger med ...

- A. Friskbagte juleboller
- B. Julemandskostume hele december
- C. Lyskæder i førerhuset på ambulancen

3. Hvor mange år har Winnie Holm arbejdet på Plejehjemmet Pyrus Allé?

- A. 22 år
- B. 27 år
- C. 31 år

4. Yildiz Ücler har i sin fritid uddannet sig til ...

- A. Førstehjælpsinstruktør
- B. Bydelsmor
- C. Hundetræner



5. Vi er gået tæt på en af illustrationerne i dette nummer af Fagbladet FOA.

Hvad forestiller det?

- A. Farvet neonlys
- B. Et malet plankeværk
- C. Et kunstværk i skoven

KAN DU DIT FAGBLAD?

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

svar i dette nummer af Fagbladet FOA. Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen. Besvar quizzen på fagbladetfoa.dk/quiz senest **16. januar**.

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 5/2022 er **Britta Snog, Randers**

ANNONCE

STYRK FAGLIGHEDEN. DET BETALER SIG.

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

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

Find nærmeste VUC på www.vuc-erhverv.dk

VUC-ERHVERV
MERE END UDDANNELSE

Scan og læs mere



Kompetence-
løft på alle
niveauer

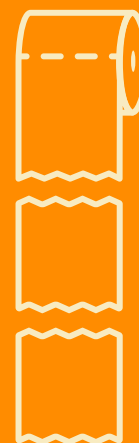
LAVER DU MAD TIL ANDRE?

Og har du symptomer
på roskildesygge med
opkast eller diarré?

Så bliv hjemme.



Kom tidligst på arbejde
igen 48 timer efter, at
symptomerne er væk.



Roskildesygge skyldes norovirus, som er ekstremt
smitsom. Du og dine kolleger kan smitte med
roskildesygge via den mad, I laver!



Ministeriet for Fødevarer,
Landbrug og Fiskeri
Fødevarestyrelsen



www.fvst.dk



Kurser når det passer jer

Har I som virksomhed eller institution brug for faglig online opkvalificering inden for social- og sundhedsområdet eller måske dagtilbudsområdet? Så har vi en bred vifte af online kurser, der kan tages, når det passer bedst for jer.

Se alle de aktuelle kurser på kurser.zbc.dk eller scan QR-koden:

