

Fagbladet **FOA**

3

**FORDOMME**  
om mænd i kvindefag  
SIDE 37

**fokus:**

**UDLICITERING I BLINDE**

Forskere kan ikke se nogen  
økonomisk gevinst  
SIDE 8-11

**131.000 KRONER  
I ERSTATNING**

Rengøringsleder blev syg af skimmelsvamp  
SIDE 30

**OVERVÆGTIGE KRÆVER  
SÆRLIG INDSATS**

To plejepersoner er ikke altid nok  
SIDE 22

Michael Hansen ryster ikke når demente går amok

**'JEG KAN TÅLE  
MOSTEN'**

Sosu-assistenten bruger sin  
maskulinitet i jobbet **SIDE 34**

## Stop udlicitering i blinde

Det er over 20 år siden, at de første FOA-medlemmer mærkede begrebet udlicitering på egen krop. Og selv om det kan synes som fjern fortid, at Rigshospitalet som den første offentlige arbejdsplads i 1990 udliciterede rengøringen, kan emnet stadig bringe sindene i kog.

Flere kommuner har på det seneste valgt at sende den bløde velfærd som plejecentre, hjemmepleje og daginstitutioner i udbud. Øvelsen er yderst tvivlsom. Ifølge nyeste forskning er der nemlig ikke er belæg for, at der kan opnås besparelser ved at udlicitere de bløde velfærdsområder.

I den forbindelse er det gode toner, at den nye indenrigsminister gør op med VK-regeringens ideologisk fastsatte krav om, at præcis 31,5 procent af alle offentlige opgaver skal konkurrenceudsættes i 2015.

Udlicitering i blinde holder ikke. Der skal være plads til fleksibilitet og nytænkning i samarbejdet mellem det offentlige og det private. Vi skal både have mest muligt ud af skattekrone og en høj kvalitet med tilfredse borgere og medarbejdere. ★

*Gitte Hejberg*

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

Finn Olsen  
redaktionschef  
fino@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 97

Rie Schmidt  
redaktionssekretær  
ries@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 28

Britta Lundqvist  
journalist  
brlu@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 20



## Ældrepleje i udbud

Sosu-hjælper **Lilian Moody** er bekymret for den faglige standard, hvis Holbæk Kommune udliciterer hendes arbejdsplads

Side 8

# OVERVÆGT

# KRÆVER

# FLERE HÆNDER

Som 170.000 andre danskere er Lene svært overvægtig, og hjemmeplejen må være to om at hjælpe hende.

**Tema side 22-27**

## Så er der kål!

Katrine Klinken foreslår den rå, marineret eller som pakke.

**Side 47**



### På tystysbesøg hos borgerne

Medarbejdere i hjemmeplejen holder tæt med, at de besøger borgerne i deres fritid.

**Side 6**

**tema**  
Mænd i kvindefag

## Mænd vil være mænd

Mænd i omsorgsfag kan lide at udvise mandighed på jobbet

**Side 34-39**

### I hvert nummer

Dennis K	14
Karriere	19
Fagligt talt	20
FOA hjælper	30
Spørg løs	32
Mad med Klinken	47
Quizzen	50

UDGIVER

**FOA**  
FAGGARBEJDE

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

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

Maj Dahl-Rasmussen  
journalist  
mdar@foa.dk  
Tlf.: 46 97 25 65

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

Joe Anderson  
grafiker  
joe001@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 22

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

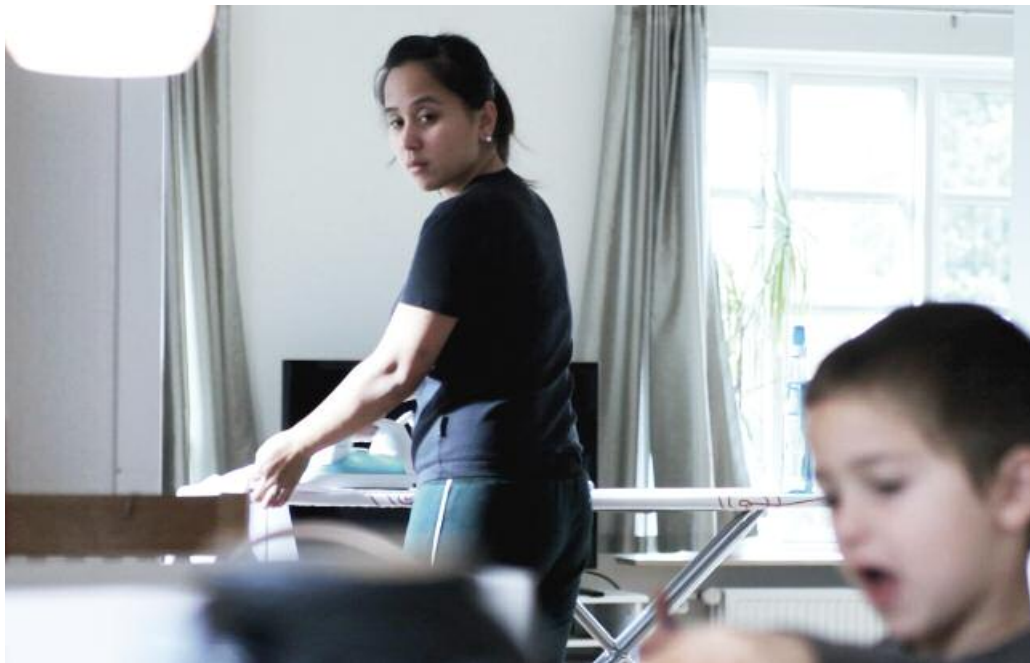
Solveig Kolstad  
journalistpraktikant  
sokl@foa.dk  
Tlf.: 46 97 24 19

# nyt



Øv, øv, øv og atter øv! Den følelse havde jeg på valgaftenen, da det stod klart, at vi tabte efterlønnen og dagpengeperioden.

PERNILLE ROSENKRANTZ - THEIL,  
SOCIALDEMOKRAT



**Au pair.** En ny dansk dokumentarfilm skildrer hverdagen for tre filippinske au pair-piger, Matet, Theresa og Roselie. Her er Matet i gang med strygingen. FOA har støttet filmen økonomisk med 70.000 kroner. Filmen med titlen Au pair vises i tv den 15. november i DR2 Dokumania.

## Mød FOA på Facebook

Deltag i diskussioner med dine kollegaer fra hele landet om alt fra efterløn til ligestilling og vær med til at påvirke din fagforening. Du kan følge med i debatter, arrangementer og kampagner.



[facebook.com/fagogarbejde](https://facebook.com/fagogarbejde)

# 12

procent af FOAs medlemmer er mænd.

## Betyder det noget i dit job, at du er en mand?



**Brian Jønsson Overgaard,** Kolding, under uddannelse til pædagogisk assistent:

### Noget for de vilde drenge

Jeg kan godt lide at starte fysisk udfordrende aktiviteter. Det tiltaler ofte de vilde drenge. Dem tror jeg i nogle tilfælde, at mænd er bedre til at håndtere end kvinder.



**John Krogh,** køkkenmedarbejder, Idrætsvuggestuen Ajax, København:

### Den praktiske gris

Jeg er den praktiske gris på arbejdet og hænger måske hylder op eller løfter de tunge ting. Så får jeg hjælp til nogle andre ting. Jeg synes, det er mægtigt fint med mange kvindelige kolleger.



**Andreas Toldam,** sosu-hjælper, Plejehjemmet Sølund, København:

### Kørekort til minibussen

Jeg tager mere initiativ. Vi er for eksempel to på afdelingen, der har kørekort til minibussen. Men det er næsten altid mig og ikke min kvindelige kollega, der kører den, og det er helt fint med mig.



**Tom Sjøqvist,** sosu-hjælper, hjemmeplejen i Gentofte:

### Opmærksomheden varmer

Jeg får mere opmærksomhed, fordi jeg er mand, især fra de ældre, og så tror jeg ikke, at jeg er lige så hård i filteren som kvinderne. Det er suverænt dejligt at være mand i hjemmeplejen.

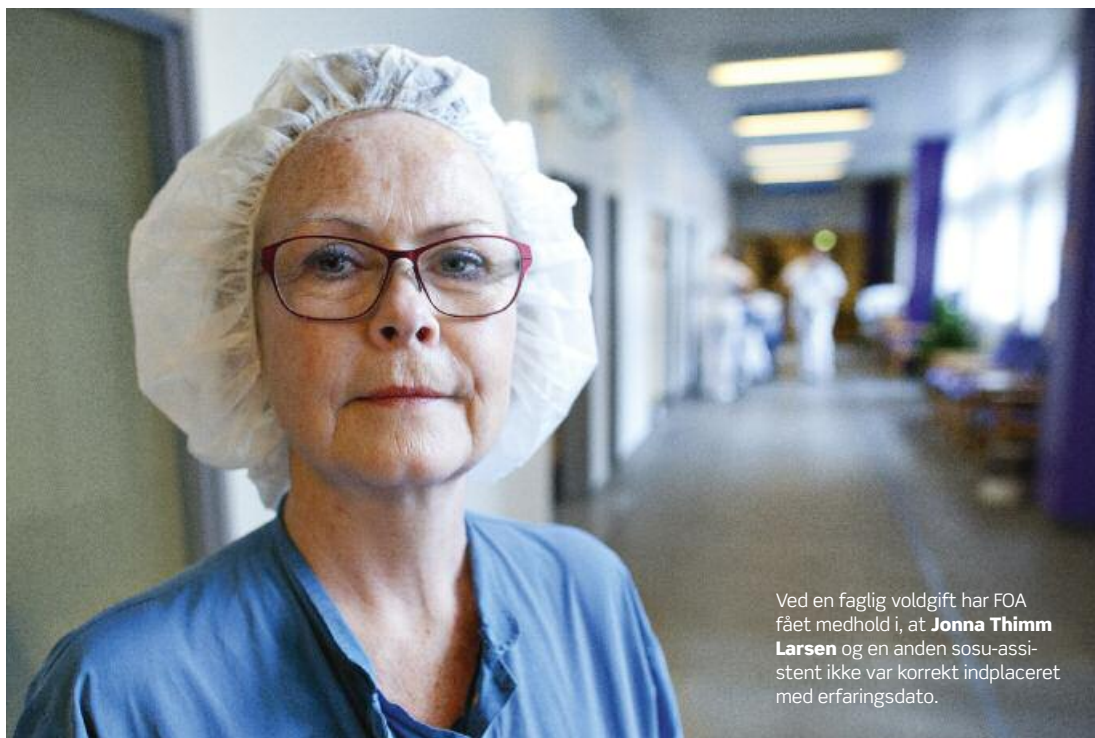
Mænd i kvindefag

Se temaet side 34

# FOA vinder sag om fejl i lønnen

To sosu-assistenter har i årevis været **forkert indplaceret** i anciennitet. De får nu efterbetalt store beløb.

Af Britta Lundqvist ★ foto: Niels Åge Skovbo



Ved en faglig voldgift har FOA fået medhold i, at **Jonna Thimm Larsen** og en anden sosu-assistent ikke var korrekt indplaceret med erfaringsdato.

To social- og sundhedsassistenter på Aalborg Sygehus har gennem flere år fået for lidt i løn. Fejlen blev afsløret ved et løntjek, og da det ikke lykkedes at opnå et resultat ved lokal forhandling, gik sagen videre til faglig voldgift, som 12. oktober gav FOA medhold.

“Jeg er meget glad for resultatet. FOA har trods alt forhandlet en overenskomst hjem til os, og så skal man have det, man har ret til,” siger **Jonna Thimm Larsen**, der oprindeligt er sygehjælper og siden er blevet opskolet til social- og sundhedsassistent.

Også hendes kollega på sygehuset, sosu-assistent **Benedikte Jensen**, har i årevis fået for lidt i løn.

“Det var lidt et tilfælde, at fejlen i min løn blev opdaget. Vi havde fået en ny tillidsrepræsentant, og hun skulle på kursus i løntjek. Hun lånte mine



**Det var lidt et tilfælde, at fejlen i min løn blev opdaget.**

SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT  
BENEDIKTE JENSEN

lønsedler, og så viste det sig, at jeg ikke havde fået den løn, jeg havde krav på.”

## Indviklede regler

Fejlen opstod, da ny løn blev indført i 1998. Både Jonna og Benedikte afsluttede uddannelsen i 1997, og de blev lønindplaceret efter de daværende regler. Men i 1998

lavede lønkontoret en ny indplacering med en ny og yngre erfaringsdato. I afgørelsen fra den faglige voldgift slås det fast, at der ikke kan beregnes en ny dato for allerede indplacerede.

I efterbetaling og morarente får Jonna Thimm Larsen omkring 150.000 kroner og Benedikte Jensen omkring 160.000 kroner. ★

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)

## [kort sagt]

Da ny løn blev indført i 1998, blev de opskolte sygehjælperes lønindplacering ændret. Men de to sosu-assistenter havde allerede fået beregnet deres lønanciennitetsdato, da de var færdige med uddannelsen i 1997. Den faglige voldgift slår fast, at der ikke kan beregnes ny lønanciennitetsdato for allerede indplacerede.

Gælder det dig?

Måske er der flere sager end de to i Aalborg. To forhold skal være til stede – du skal:

- være opskolet før 1. april 1998
- stadig være ansat hos samme arbejdsgiver, du er opskolet hos.

Hvis du kan sige ja til det, skal du kontakte din lokale FOA-afdeling

## [bag om ordet]

En faglig voldgift har til opgave at afgøre en uenighed om fortolkning af overenskomsten. En faglig voldgift består af en ommand – ofte en højesteretsdommer, der også sidder i Arbejdsretten – og to repræsentanter fra henholdsvis lønmodtager- og arbejdsgiverside.

# Sosu'er tier om fyraftensbesøg

Hver femte sosu-hjælper har besøgt borgere, de arbejder hos, i deres fritid.

Af Maj Dahl-Rasmussen

Ansatte i hjemmeplejen tager af og til på private besøg hos de borgere, de arbejder hos. En ny FOA-undersøgelse viser, at hver femte ansat i hjemmeplejen har besøgt eller jævnligt besøgt en af deres borgere.

Men det er tys-tys og bestemt ikke noget, som medarbejderne taler højt om. Kun én ville stå frem og fortælle, at hun tager på besøg hos nogle af sine borgere. Resten sagde nej, fordi de mente, at ledelsen eller visse kolleger ville se skævt til dem, hvis det kom frem.

At private besøg kan få konsekvenser viser et tilfælde fra i sommer. Her blev en medarbejder i hjemmeplejen på Bornholm midlertidigt suspenderet, fordi hun deltog i en borgers runde fødselsdag.

## Ingen regler

FOAs undersøgelse viser også, at kun tolv procent af medarbejderne kender til, at deres arbejdsplads har en politik for, hvilken kontakt de må have til borgerne i deres fritid. Det betyder, at langt størstedelen af medarbejderne ikke ved, hvordan de kan styre uden om problemer og konflikter.

Sektorformand **Karen Stæhr** mener, at arbejdspladserne bør udarbejde politikker for området, så medarbejderne ved, hvad de har at forholde sig til. Samtidig opfordrer hun til smidighed – og ikke bare rigide forbud.

“Det må være muligt at lave retningslinjer, der giver plads til varme og medmenneskelighed. Og hvor man kan håndtere, at en medarbejder besøger en borger.” ★

mdar@foa.dk

## Kritik af besøg

**5,9 %** af de medarbejdere, der har besøgt en borger i fritiden, har fået kritik fra nærmeste leder. **6,5 %** har fået kritik fra kolleger.



Læs mere

FOAs medlemsundersøgelse 'Det siger medlemmerne i ældreplejen om besøg hos borgerne i deres fritid': [foa.dk/fagbladet/ekstra](http://foa.dk/fagbladet/ekstra)

## Politik for borgerbesøg

Over halvdelen af de adspurgte ved ikke, om deres arbejdsplads har en politik for at besøge borgere uden for arbejdstid.

**Kilde:** FOAs medlemsundersøgelse

## Så mange deltog

752 FOA-medlemmer deltog i undersøgelsen. Fagbladet FOA har ringet og talt med 20 deltagere.



# Vibeke har hjemmebag med

Af Maj Dahl-Rasmussen ★ foto: Niels Åge Skovbo

Sygehjælper Vibeke Madsen har lagt et par kanelnegle i en skål og er parat til sit besøg. Hun er på vej hen til en af de borgere, hun kommer hos gennem sit arbejde i Frederikshavn Hjemmepleje. Men i dag foregår besøget i Vibeke Madsens fritid.



Selv siger hun, at det er et udtryk for menneskelig interesse. Og fordi hun synes, det er hyggeligt:

“Ellers gjorde jeg det ikke,” understreger hun.

Det sker cirka en seks-syv gange om året, at Vibeke tager på sådan et besøg.

“Så tager jeg måske forbi med et stykke hjemmebagt kage, og så sidder vi lige og snakker og får en kop kaffe. Og så går jeg igen,” siger Vibeke Madsen.

En gang er hun blevet inviteret med til en fødselsdag sammen med borgerens familie og ven-

ner, men det sagde hun nej tak til, fordi hun synes, at den slags er for forpligtende. Hun er meget bevidst om ikke at komme for tæt på en borger og tager ikke imod gaver.

“Hvis jeg gør det, så kan jeg komme til at skyldte dem noget, og dét vil jeg ikke.”

#### Leder siger ikke noget

På Vibeke Madsens arbejde er der delte meninger blandt kollegerne, om den slags er i orden.

Nogle synes,

Sygehjælper Vibeke Madsen har af og til lyst til at besøge en borger efter arbejdstid – og så gør hun det.

det er fint. Andre synes, det er at forkæle borgerne.

Efter Vibekes

mening må det være op til den enkelte at finde ud af, hvad der er rigtigt for dem.

Vibekes leder ved godt, at hun af og til besøger sine borgere.

“Det siger hun ikke noget til,” fortæller Vibeke.

Arbejdspladsen har ikke en politik for området. ★

[mdar@foa.dk](mailto:mdar@foa.dk)



I hjemmeplejen i Grenå Kommune har de en politik for, hvordan medarbejderne skal forholde sig til at besøge borgere i deres fritid. Se deres politik på: [foa.dk/fagbladet/ekstra](http://foa.dk/fagbladet/ekstra)



**Jeg besøger en borger i fritiden. Og det gør flere kolleger også, men vi siger det ikke til nogen, for ledelsen vil ikke ha' det.**

DELTAAGER I FOA-UNDERSØGELSEN

## Sakset fra foa.dk

14.10

### FOA'ere vil ikke sige farvel til efterløn

Kun hvert tyvende FOA-medlem vil helt sikkert have sit efterlønsbidrag udbetalt og dermed frasige sig efterlønnen, når Folketinget har vedtaget den såkaldte tilbagetrækningsreform. Det gør FOAs medlemmer til nogle af de mindst interesserede i at hæve pengene.

11.10

### FOA vil gå rettens vej om efterløn

FOAs hovedbestyrelse har besluttet at føre retssag ved Menneskerettighedsdomstolen for de medlemmer, der mister mest ved, at efterlønnen bliver forringet.

11.10

### Seniorer må vente på ekstra ferie

I Helsingør har ansatte fra 60 år hidtil kunnet holde en ekstra ferieuge ifølge en lokal aftale. Men det er slut fra nytår. Byrådet har vedtaget at skyde den ekstra uge, så man først kan få den, når man er fyldt 63 år.

06.10

### 25.000 færre ansatte i regioner og kommuner

Nye tal fra Det Fælleskommunale Løndatakontor fortæller, at der i juli 2010 var ansat 605.876 personer i kommuner og regioner. I juli 2011 var tallet faldet til 580.709 – et samlet fald på 25.167.

04.10

### FOA støtter ekstra hjælp hos kommunen

Ældre, der har behov for mere praktisk hjælp end den, de er visiteret til, skal kunne købe den hos deres kommune. Det foreslår den nye regering, og forslaget bliver – med visse betænkeligheder – vel modtaget hos FOA.

Læs flere nyheder på [foa.dk](http://foa.dk)



"Personalet er specialiserede til vores beboere med hjerneskade og demens, og jeg er bekymret for den **faglige standard**, hvis vi bliver udliciteret," siger sosu-hjælper Lilian Moody, Plejecentret Kastaniely.

# Tvivlsom gevinst ved udlicitering

Flere kommuner sender ældrepleje i udbud, selvom den **nyeste forskning** ikke kan dokumentere en økonomisk gevinst.

Af Finn Danielsen og Britta Lundqvist ★ foto Jørgen True

## Her er plejecentre udliciteret

- Gribskov
- Solrød
- Kolding
- Vejle
- Syddjurs

## Her er ældrepleje i udbud

- Holbæk
- Randers
- Lyngby-Taarbæk
- Viborg (praktisk hjælp til borgere i eget hjem.)

## Tilfredsheden daler

De danske undersøgelser viser generelt, at medarbejdertilfredsheden falder. De internationale undersøgelser er mere entydigt negative med for eksempel lønnedgang efter udlicitering.

**Kilde:** AKF

# 16

procent af landets kommuner vil konkurrenceudsætte de store velfærdsområder.

**Kilde:** KL's nyhedsbrev Momentum 2011/1

I Holbæk Kommune er der fuld fart på processen med at sende driften af et plejecenter og et hjemmeplejeområde i udbud. Kommunen forventer at kunne spare cirka fem millioner om året.

En del kommuner har lignende planer, oplyser Kommunernes Landsforening. Til januar sender Randers Kommune driften af Kristrupcentret i udbud med det mål at få en besparelse på 10 procent under driftsudgifterne i 2010. Også Lyngby-Taarbæk Kommune forventer en 10 procents besparelse ved at udbyde et områdecenter inklusive levering af praktisk og personlig hjælp til hjemmeboende ældre.

“Ældreplejen er klart det område, der rører sig mest i forhold til udbud af velfærdsopgaver. Mange kommuner har overvejelser, dels af økonomiske grunde og dels for at tænke i nye baner og få friske øjne på, hvordan man løser opgaverne,” siger **Rikke Haahr**, chef for Udbudsportalen.

## Ikke generelle besparelser

Men om regnestykkerne kommer til at holde er tvivlsomt. For der er

ikke belæg for, at man kan få besparelser ved at udlicitere ældrepleje og daginstitutioner. Det dokumenterer en ny rapport fra Anvendt KommunalForskning (AKF), som har gennemgået 80 internationale og danske undersøgelser af effekterne af udlicitering.

“Der er ikke dokumentation for, at der generelt kan spares ved at udbyde ældrepleje, og der har hidtil kun været meget få eksempler på besparelser ved at udbyde plejecentre,” siger **Ole Helby Petersen**, forsker ved AKF og medforfatter til rapporten.

“Erfaringerne tyder desuden på, at når der påvises gevinster ved at udlicitere, så skabes de ofte i forbindelse med den konkurrencesituation, et udbud giver anledning til, og ikke ved om opgaven i sidste ende løses i offentligt eller privat regi,” siger Ole Helby Petersen. ★

[fida@foa.dk](mailto:fida@foa.dk) og [brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk)

## [kort sagt]

Tidligere har det især været områder som teknik, service, køkken og rengøring, der er blevet udliciteret. Nu er flere kommuner i gang med eller overvejer at sende **bløde velfærdsområder** i udbud.

Se regnestykket fra Holbæk  
Side 11

## fokus Udbud i ældreplejen

### Udlicitering undersøgt

Anvendt KommunalForskning (AKF) har gennemført den hidtil mest omfattende danske forskningsoversigt om effekterne af udlicitering. Undersøgelsen omfatter 80 danske og internationale studier fra 2000-2011.

### Læs mere

Rapporten ‘Effekter ved udlicitering af offentlige opgaver’ på [akf.dk](http://akf.dk)

### [bag om ordene]

Ved **konkurrenceudsættelse** får private firmaer mulighed for at byde på en arbejdsopgave i det offentlige. Opgaven sendes i **udbud**, hvor både private firmaer og kommunen selv kan byde på opgaven. Hvis et privat firma vinder, er det en **udlicitering**.

## Vestager gør op med konkurrencekrav

“Kommunerne skal ikke have en lovbestemt pligt til at sende en bestemt andel af deres opgaver i udbud. Så der kommer ikke en ny ideologisk fastsat procentgrænse

for, hvor meget kommunerne skal konkurrenceudsætte,” svarer økonomi- og indenrigsminister **Margrethe Vestager** (R) på Fagbladet FOAs spørgsmål om, hvorvidt

regeringen vil fastholde VK-regeringens målsætning om, at 31,5 procent af offentlige opgaver skal konkurrenceudsættes i 2015. ★

[brlu@foa.dk](mailto:brlu@foa.dk) →



# Vi skal i udbud

Holbæk Kommune vil sende ældrepleje i udbud. Medarbejderne tvivler på, at kommunen kan spare det, de forventer.

Af Britta Lundqvist \* foto: Jørgen True

Konkurrence er ikke et nyt ord på Plejecentret Kastaniely i Svinninge, for køkkenet var i udbud for et par år siden, og dengang vandt medarbejderne selv arbejdet. Nu er turen kommet til plejen, og de omkring 50 medarbejdere skal prøve, om de også kan leve op til kommunens krav om "bedst og billigst", eller om de skal overtages af et privat firma.

"Lige da vi hørte om kommunens planer om at sende os i udbud, blev kollegerne opskræmte og bange for at miste deres arbejde. Hvad vil der ske med arbejdstider og løn, spurgte de," siger **Lilian Moody**, sosu-hjælper og tillidsrepræsentant.

"Senere har vi talt om, at det også kan være spændende at prøve privatansættelse. Der

kan være goder, vi ikke har som kommunalt ansatte, julefrokost og julegaver, som vi hører, de får i private firmaer."

Kastanielys beboere er mennesker med demens og hjerneskade, og personalet er specialiserede til den beboersammensætning.

Lilian Moody er bekymret for, om den faglige standard kan holde, for hun har hørt, at privatisering kan føre til flere uuddannede medarbejdere. Den erfaring har kolleger på et bosted, kommunen har privatiseret.

## Tvivler på besparelsen

Kommunen forventer at kunne spare 5-10 procent om

året på driften af plejecentret. Men det tvivler fællestillidsrepræsentant **Margrethe Manley** på. Kommunen beregner besparelser ud fra 2010-tallene, og siden er der sket store ændringer med faldende sygefravær. Generelt efterlyser hun grundigere beregninger. Netop de mange usikkerheder om økonomien påpegede medarbejderne i det høringssvar, der blev afleveret lige efter sommer.

"Det er som om, kommunen vil udlicitere for enhver pris. Uanset om der vil være en reel besparelse," konstaterer Margrethe Manley.

Hvis Kastaniely skal i udbud, har ældrechefen, som



## Hjemmepleje i udbud

Holbæk Kommune vil sende Hjemmeplejeområde Øst i udbud. Det omfatter 110-120 medarbejdere, svarende til en fjerdedel af hjemmeplejen. Kommunen anslår, at der kan spares knap 10 procent på driften.

**Gitte Damm**, fællestillidsrepræsentant i hjemmeplejen: "Grundlaget for beregningerne duer ikke. Vi er gennem de sidste fire år blevet mere effektive og rentable. Og jeg synes ikke, hjemmepleje egner sig til udlicitering. Vi har ikke søgt ind i den offentlige sektor for at blive privatiseret." ★



Vi har ikke søgt ind i den offentlige sektor for at blive privatiseret.

GITTE DAMM, FÆLLESTILLIDSREPRÆSENTANT

## Udbud kan gøre os klogere



Fire spørgsmål til **Kenn Thomsen**, direktør for voksne, ældre og sundhed i Holbæk Kommune.

### Hvorfor vil I udlicitere et plejecenter og et hjemmeplejeområde?

Vi har foreløbig kun besluttet at konkurrence-udsætte. Byrådet har vedtaget en udbuds-strategi, som indebærer, at vi hele tiden skal finde områder, hvor det giver mening at skabe konkurrence. Vi ved ikke, om det ender med udlicitering, for arbejdspladserne kan også selv byde ind.

### Har den nye undersøgelse fra AKF om udlicitering afskrækket jer?

AKF-undersøgelsen viser, at konkurrence kan give besparelser, mens udlicitering ikke kan. Det har ikke afskrækket os. Men vi kikker selvfølgelig på rapportens resultater, og den vil indgå i vores videre arbejde. I vores beregninger ligger der en masse forudsætninger, og man kan diskutere, om de holder. Vi har gjort politikerne opmærksom på, at det er en teoretisk beregning.

### Gør I det selv godt nok, hvis private både kan hente overskud og løse opgaven bedre og billigere?

Private leverandører skal vise, at de kan gøre det smartere end os. Det betyder ikke nødvendigvis, at vi har gjort noget forkert. Hvis vi undlader konkurrence-elementet, så er der noget, vi ikke får øje på. Udbud kan være med til at gøre os klogere og skabe dynamik og udvikling.

### Er utryghed på arbejdspladserne en pris, der er værd at betale?

Det vil vise sig. Det er under alle omstændigheder vigtigt at sikre, at vi leverer servicen til den rigtige omkostning. Hvis det koster en halv million at spare en hel, så er det godt nok. Omvendt kan det jo vise sig, at vi bagefter kun er blevet klogere, ikke rigere. ★

fida@foa.dk

Sygehjælper Lone Røpke (i midten) tror ikke, udlicitering forandrer så meget, "for jeg kan **ikke løbe hurtigere**," fastslår hun i en snak med tillidsrepræsentanterne Lilian Moody og Margrethe Manley.

tidligere har arbejdet i Falck Healthcare, givet grønt lys til, at medarbejderne kan udarbejde et kontrolbud.★

brlu@foa.dk

Efter fagbladets deadline har byrådet i Holbæk truffet den endelige afgørelse om udbud. Læs afgørelsen på foa.dk

Hvad mener du?

Tror du, din arbejdsplads skal konkurrenceudsættes?

Sig din mening på foa.dk/fagbladet

### Sådan regner de i Holbæk

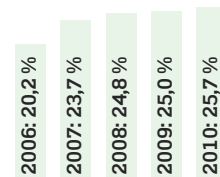
Kommunen anslår, at der kan spares 5-10 procent ved udlicitering af Plejecenter Kastaniely.

### Forventet besparelse:

- 5% besparelse: **750.000 kr**
- 10% besparelse: **1.500.000 kr**
- Forventede udgifter: **150.000 kr** (omkostninger til udbudsrunder)
- Årlige omkostninger: **570.000 kr** (til brugerundersøgelser, kontrol, dialogmøder m.v.)

Kilde: Holbæk Kommune

### Stigning i opgaver, der konkurrence-udsættes



Kilde: www.noegletal.dk

### Få hjælp i FOA

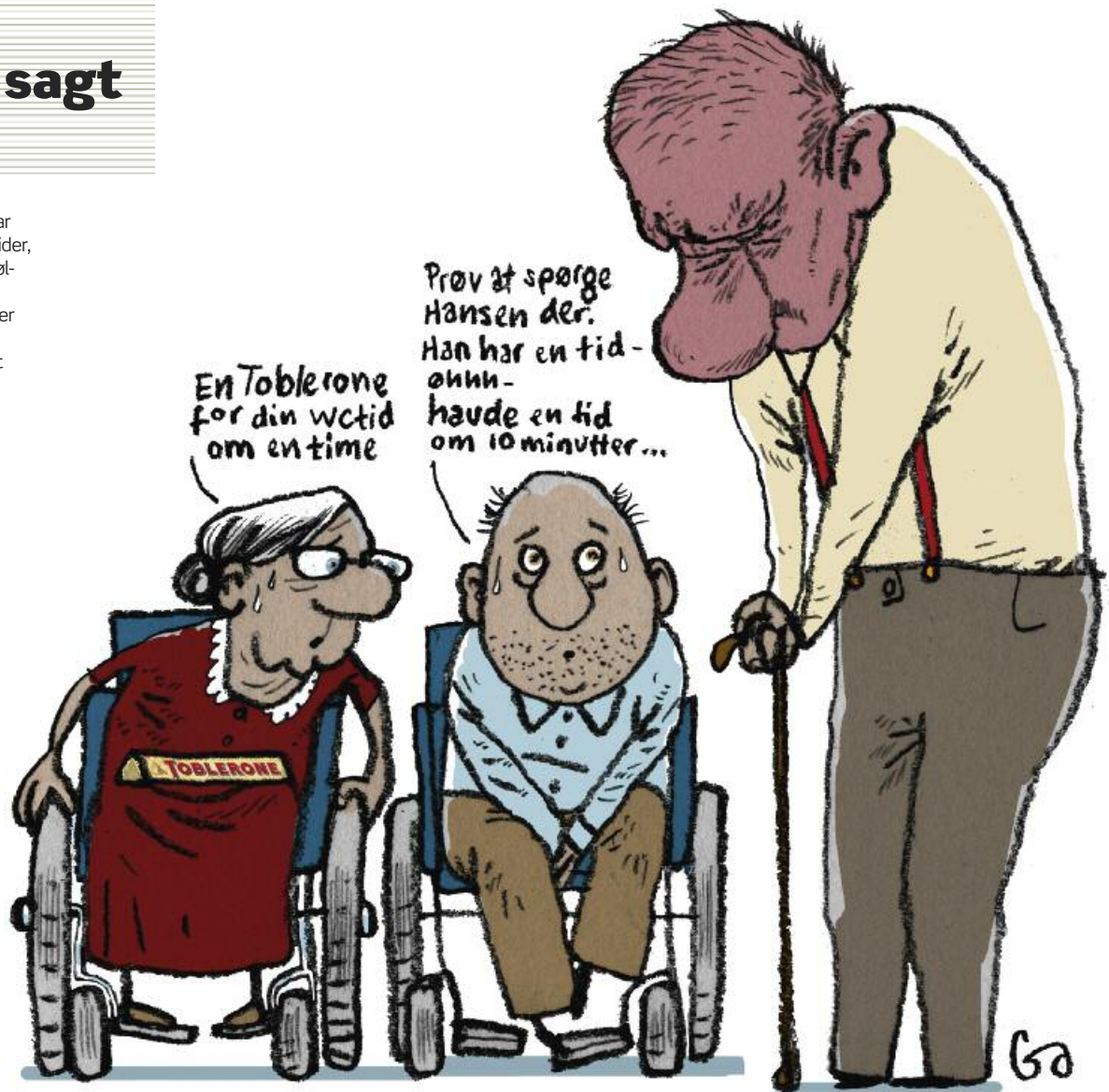
Hvis der er planer om udbud af din arbejdsplads, eller I måske allerede er midt i det, så kontakt din lokale FOA-afdeling.

# groft sagt

## Hold ud!

På mange plejehjem har beboerne faste toilettider, hvor plejepersonalet følger dem på toilettet. Uden for de aftalte tider er det ikke sikkert, at personalet har tid til at hjælpe dem derud.

Tegning: Gitte Skov



## [snuden fremme]

Sundhedsminister **Astrid Krag** kender til hjemmeplejen indefra.

**'Astrid arbejder for** en ældre-omsorg, hvor plejepersonalet anerkendes for deres faglighed og værdifulde arbejde – hvor de har tid til at lytte til og snakke med de ældre, tid til at give personlig omsorg og tid til en ordentlig rengøring.'

**Sådan står der** på SF's hjemmeside i beskrivelsen af landets nye

sundhedsminister, Astrid Krag. Hvis det lyder som om, den 28-årige minister ved, hvad hun taler om, er det ikke tilfældigt, for lige inden hun blev valgt ind i Folketinget i 2007, arbejdede hun som hjemmehjælper på Amager.

"Hun var en kanon kollega!" lyder det fra **Lotte Vestergaard**, der arbejdede sammen med Astrid Krag dengang.

"Hun skulle lige ind i tingene, og så fik hun sine egne borgere. Der er faktisk stadig borgere, der taler om Astrid og kun rosende. Især én. Hun synes kun, det var Astrid, der duede."

**Astrid Krag var meget opmærksom** på de problemer, de havde i hjemmeplejen.

"Hun så, hvor travlt vi havde, og det virkede som om, hun gerne ville gøre noget ved det gennem sit politiske arbejde," fortæller Lotte Vestergaard videre.

**Det er endnu for tidligt** at spå om, om Astrid Krag kan skaffe mere tid til Lotte Vestergaard og kollegerne. Indtil videre har hun meldt ud til flere medier, at hun stiler efter fri og lige adgang til sundhedsvæsenet og bedre forhold i psykiatrien. ★



Pressefoto: Sundhedsministeriet

**Astrid Krag** arbejdede et år i hjemmeplejen på Amager lige inden, hun blev valgt ind i Folketinget.

# Jeg følte mig bare så træt

**Nu er Helle Torp igen fuld af energi og er frisk til dagens udfordringer.**

Efter en periode med lidt for meget om ørerne, kunne jeg bare mærke hvordan energien ikke rakte til dagen og om aftenen var jeg ganske enkelt færdig, fortæller Helle Torp.

## Andre kunne se det

I første omgang troede jeg bare det ville gå over, men da familie, venner og kollegaer begyndte at spørge, hvorfor jeg så træt og slidt ud, var jeg klar over, at der måtte gøres noget. Jeg har på mit job hørt flere kollegaer fortælle om deres positive resultater med naturmidlet Twingo. Flere fortalte om, hvordan de fik mere energi og ikke længere følte sig trætte, når de brugte Twingo.

## Fik energien tilbage

Jeg købte derfor en Twingo start-pakke, og allerede efter 3 dage kunne jeg mærke, at mit energi niveau steg adskillige grader. I dag, hvor jeg tager Twingo hver dag, kan jeg overkomme mere, og jeg har fået energien tilbage.

Alle andre kan også se det, og mange siger til mig, at jeg ser så frisk ud. Det er jo også sådan, jeg føler mig, når jeg tager min Twingo hver dag.

## Dobbelt virkning

Twingo virker både her og nu, det giver mig samtidig mere styrke, så jeg kan overkomme mere i det lange løb. Jeg opnår den bedste effekt ved at tage Twingo dagligt. Så får jeg fornyet energi hver dag, og kan bruge tiden på alt det, jeg gerne vil nå.

## Det gør Twingo

- Fjerner træthed
- Giver ny energi
- Modvirker stress
- Forbedrer søvnen

## DOKUMENTERET EFFEKT

Studier viser at Twingo virker på hele 86% af dem, som tager produktet  
En overbevisende effekt!

## ...Fjerner trætheden

**Prøv Twingo i 60 dage for kun kr. 75,-**  
**Bestil nu! 82 30 30 40 eller [www.wellvita.dk](http://www.wellvita.dk)**

Prøv Twingo i 60 dage til halv pris **kun kr. 75,-\***  
Herefter sørger vores automatiske leveringsservice for, at du hver anden måned får tilsendt friske forsyninger af Twingo, som dækker det daglige behov i 2 måneder til en pris af kun kr. 149,-\*. Du kan holde pause eller stoppe abonnementet præcis, når du ønsker det.

Twingo kan bestilles på telefon **82 30 30 40** (hverdage mellem kl. 8.00 og 16.00) eller på **www.wellvita.dk**. Varen sendes sammen med et girokort, så du først betaler, når du har modtaget varen. Produktet sendes som maxibrev og bliver derfor leveret direkte til din postkasse/brevsprække.  
\* Der tillægges kr. 39,00 i porto pr. forsendelse.

 **wellvita – sundhed direkte til dig**



### Valgløfte-halløjet

**Debatten om løftebrud** fra den nye regerings side er gået i selvsving. Der er absolut gode ting i regeringsgrundlaget, men der er også en række mangler. De færreste mangler kan dog i mine øjne med rette kaldes løftebrud.

**På et afgørende punkt** svigter regeringen dog vælgerne. Krumtappen i alternativet til den tidligere regering skulle være en beskeden vækst i de offentlige budgetter i stedet for Løkkes 0-vækst.

Den krumtap er forsvundet op i den blå luft. Nu skal Løkkes 'Genopretningspakke' videreføres. Det giver risiko for, at vi fortsat skal se massive nedlæggelser af stillinger og opsigelser i kommuner og regioner – med mindre det lykkes regeringen via sin helhedsløsning at skabe et økonomisk råderum.



**Debatten om løftebrud fra den nye regerings side er gået i selvsving.**

med arbejdsmiljøforbedringer. Ordet arbejdsmiljø kan slet ikke findes i regeringsgrundlaget. Det er mere end blot en skønhedsplet i mine øjne.

**De offentligt ansatte** fylder ikke meget i regeringsgrundlaget. Der lægges op til en "tillidsreform" i den offentlige sektor, og det er rigtigt godt. Men ellers er grundlaget fyldt med offentligt-privat samarbejde, mens fjernelsen af kommunernes pligt til at konkurrenceudsætte en bestemt andel af deres aktiviteter er svær at finde.

Ligelønnen forsvandt. Samme vej røg en ændring af ligelønsloven samt en ændring af virksomhedsoverdragelsesloven, så overdragede medarbejdere bevarer deres overenskomst.

**Der er rosværdigt stort fokus** på uddannelse, men det ligner en radikal kuglepen ført af FTF og AC om mellem-lange og lange videregående uddannelser. Der er mange andre elementer, som FOA er tilfreds med – eksempelvis vækst, sundhed, ret til at sælge offentlige tilkøbsydelse og integrations- og udlændingområdet. ★

**[kort sagt]**  
Regeringsgrundlaget rummer mange gode ting, men der er også en række mangler.

**Til gengæld lå det** inden valget fast, at efterlønsforringelserne kun kunne ændres, hvis de berømte 90 mandater dukkede op på valgaftenen. Det gjorde de ikke.

Desværre bliver det ikke fulgt op



*Dennis Kristensen*

Af Dennis Kristensen ★ foto: Jørgen True

### Sendt til redaktionen Hårdt ved kroppen 29. september

Lige en kommentar til artiklen på side 34-35 i oktobernummeret, Nu har Malene overskud: Den unge social- og sundhedshjælper kan måske lukke af for rygsmærter ved træning, fordi hun er ung, men når hun når de 70, vil hun måske opdage at trods træning, er der noget, som er slidt og gør ondt. Rengøringsarbejde er hårdt ved kroppen. Jeg taler ud fra egen erfaring. Derfor – den dag jeg har hjælp behov, hvis den findes til den tid, vil jeg have lov at slippe det grove arbejde og have ressourcer til noget, som er mere spændende end rengøring.

Jeg synes, vi er en generation, der har fortjent det, da de fleste af os er begyndt at arbejde som 14-15 årige. Håber at FOA stadig er på de svages parti.

Tove Pedersen

### FOA.dk Lav fradragssystemet om 2. oktober

Nu sidder vi så med en fedt-afgift. Det er endnu en udgift til mig som dagplejer, og som betyder, at jeg jo reelt går ned i løn. Jeg så meget gerne, at fradragssystemet laves helt om. Er det rimeligt, at jeg reelt har en lønnedgang hver gang fødevarer, el, vand og så videre stiger?

Hvorfor finder vi dagplejere os i det? Og hvorfor finder



Jeg begriber simpelthen ikke, at FOA accepterer alenearbejde om natten.

GERDA LARSEN



# Hvad mener du?

Her bringer vi uddrag af debatten på foa.dk. Skriv til foa.dk/fagbladsdebat

vores fagforening sig i det på vores vegne?

**Anonym dagplejer**

## Sendt til redaktionen Misunder lokokførerne 12. oktober

Jeg har lige læst Fagbladet FOA og sidder med en underlig tom fornemmelse. Der er en artikel om tre institutionskøkkener, der har fået fælles leder, noget om et køkken der sender live-tv til beboerne på et plejehjem, smilende kvinder der laver rygvøvelser – det er sådan lidt tuttenuttet det hele. Ikke noget om, hvor stærkt vi må løbe i køkkenerne for at nå egenkontrol, ekstraarbejde i forbindelse med kost til allergikere, ekstraarbejde i forbindelse med mad til muslimer med mere. Det forlyder, at lokoførerne kører tog i 1 time og 50 min. i løbet af en fuld arbejdsdag -

resten bruger de til papirarbejde. Hvis vi bare kunne få en brøkdelt af den tid til vores papirarbejde, egenkontrol, kostplaner, diæt-kostplaner, indkøb med mere ville vi være glade. Her skulle fagforeningen træde til. Det er ikke rimeligt konstant at blive pålagt merarbejde, som ikke udmønter sig i flere timer.

**Minna Nielsen**

## FOA.dk Alenearbejde om natten 19. oktober

Problemet med alenearbejde om natten handler ikke kun om frygt for overfald. Det handler også om at stå alene med ansvaret, om at skulle håndtere svære situationer alene, om ikke at have direkte faglig sparring, om ikke at kunne holde kvalificerede hvilepauser og om presset

psykisk arbejdsmiljø. Alt det håber jeg, at FOA Århus får på dagsordenen, når der skal holdes møde om natligt arbejdsmiljø. Og jeg håber også, at FOA som fagforbund vil sætte arbejdsmiljø om natten højt på dagsordenen. For jeg begriber simpelthen ikke, at FOA accepterer alenearbejde om natten. Jeg er ikke selv en 'kylling', men mærker på egen krop det øgede beredskab, man er i, når man går alene om natten.

**Gerda Larsen**

## FOA.dk Gå rettens vej 5. oktober

Har i dag i TV2 News hørt, at nogle fagforbund er klar til at gå rettens vej, hvis efterlønnen bliver forringet som planlagt. Jeg støtter op om, at FOA har overvejet at gå ind i det også.

**Mona Lise Damkjær**



## Mænd i kvindefag

I Norge forsøger man sig med kontant belønning til børnehaver, der har mere en 20 procent mandlige ansatte. Kunne det være værd at prøve på børne- og ældreområdet i Danmark for at få gjort op med det kønsopdelte arbejdsmarked? Læs temaet side 34-39



Skriv din mening på [foa.dk/fagbladsdebat](http://foa.dk/fagbladsdebat)

# 72

procent af FOAs medlemmer oplever, at de i deres arbejde skal kommunikere med folk, de ikke deler sprog med. Det viser en afstemning på foa.dk/fagblad

## Vær med i debatten

På disse sider bringer vi uddrag af debatten, som foregår på FOAs hjemmeside. Skriv dit debatindlæg på [foa.dk/fagbladsdebat](http://foa.dk/fagbladsdebat) eller send det til [redaktionen@foa.dk](mailto:redaktionen@foa.dk). Debatindlæg vil blive bragt i uddrag her i bladet. De uforkortede indlæg vil kunne findes på [foa.dk](http://foa.dk).



**1 Slik og smag.** Tungen føler og smager sig frem på de forskellige stykker frugt og grøntsager, der er sat fast på små knager. Knoldselleri er den eneste, der volder besvær.

**2 Peptalk.** "Det er os voksne, der skal gå forrest, hvis børn skal lære, at sunde råvarer kan kombineres med lyst og vel-smag," sagde Claus Meyer, inden sosueleverne blev sendt ud til blindsmagning, brødbagning og andre kulinariske udfordringer.



1

2

3

# Slik, smag og gæt

## [madmod]

Meyers Madhus har gennem to år samarbejdet med FOA om at højne børns madkultur.

Senest har det resulteret i den pædagogiske kogebog 'Madmod', der blandt andet giver inspiration til at lave madmodsstafet med børn.

Tanken med SOSU Sjællands stafet er, at pædagogiske assistent-elever kan tage ideen med ud i de daginstitutioner, de kommer til at arbejde i.



**3 Gæt en mad.** "Det smager ikke så forfærdeligt godt," lyder det fra smagspanelet, da rugbrødsadder med revne rødbeder og hytteost bliver serveret.

**Madmod** starter med de voksne. Det er tanken bag den første madmodsstafet på SOSU Sjælland. Elever fra den pædagogiske assistentuddannelse stod for planlægning, mens sosu-elever var prøvekaniner og blev kastet rundt i smagsoplevelser – med og uden bind for øjnene.

Af Merete Nielsen ★ foto: Jørgen True

**4 Hvad bollen gemte.** "I skal smage jer frem til, hvad der er i bollen – altså ud over mel, vand og salt," forklarer en af de pædagogiske assistent-elever. Bollen bliver spist lige fra snoren, og så gættes der på squash, havregryn, æbler og solsikkekerner.

**5 Svært.** Fem æblesorter er linet op, men det går ikke for godt med at ramme rigtigt. Belle de Boskoop er den, som flest kan sætte navn på.





**6 Følesans.** Fem hænder roder rundt i en spand med en klæbrig masse. "Det føles glat og fint. Jeg tror, det er havregrød," konkluderer en af eleverne.

**7 Klamt.** Nej, det var ikke havregrød, men kartoffelmos, den sorte spand gemte.

**8 Krydderurter.** "I får kun max point, hvis alle smager," er beskeden på post 9, hvor deltagerne skal rulle og bage et fladbrød. Krydderier som timian, mynte og oregano er tilsat dejklumperne. "Det smager lidt som pizza," mener en af deltagerne. "Ja, det er ok, der mangler bare lidt pålægschokolade," er dommen fra en anden prøvesmager.



### Få bugt med kræsenhed

Mod fra de voksne, som skal udfordre sig selv og deres vaner, hvis kræsenheden skal til livs. Det er filosofien bag bogen 'Madmod', som FOA og Meyers Madhus har lavet til daginstitutionsansatte, dagplejere og forældre, der laver mad til 0-6 årige børn.



**Bestil bogen**

Bogen kan købes på [foa.dk/madmod](http://foa.dk/madmod)  
Pris: 195 kr. + porto.



**9 Skyd et måltid.** Der sigtes på skilte, hvor der står "forret", "hovedret" eller "dessert". Får holdet point nok, udløser det brød med marinerede jordkokker, grøntsagssuppe eller hjemmelavet frugtsaft.



**Pia Anthony** sørger for, at kollegerne har et godt arbejdsmiljø. Med til det hører også at arrangere temadage og livsstilsmesse.



1998

2011



## Jeg elsker at gøre kollegerne glade

“Mit job som arbejdsmiljø-koordinator består i at vedligeholde arbejdsmiljøet for kollegerne i hjemmeplejen i Valby og på Vesterbro – både det fysiske og det psykiske. Det er et meget alsidigt job: Jeg fører statistik over arbejdsskader. Jeg tjekker APV’erne af borgernes hjem. Jeg underviser sosuelever i arbejdsmiljø. Jeg arrangerer temadage for kollegerne. Hvis vi kommer i et hjem, hvor pladsen er trang, er det også min opgave at tage derud og sørge for, at kollegerne får plads nok til at arbejde i de rigtige arbejdsstillinger.

Jeg har især glæde af arbejdsmiljølederuddannelsen, som Københavns Kommune udbyder. Vi, der deltog på kurset i 2007, har dannet et netværk, og vi bruger stadig hinanden. Og så har det voksenpædagogiske grundkursus lært mig at formidle og at sætte et undervisningsprogram sammen. Det har været kanon.

Den største succes, jeg har haft i mit job, var den første livsstilsmesse, vi fik på benene. Den gang havde vi fået folk udefra til at opstille boder med massage og gode råd om hudpleje og sundhed. Kollegerne var så glade, da de kom derover – og ville have det igen næste år. Så nu har vi livsstilsmesse hvert år, og næste forår holder vi den for femte gang. ★

[mdar@foa.dk](mailto:mdar@foa.dk)

### [cv]

**Navn:** Pia Anthony

**Alder:** 48 år

**Job:** Arbejdsmiljø-koordinator i Vesterbro/Kongens Enghave/Valby Hjemmepleje

**Opgaver:** Vedligeholder arbejdsmiljøet i hjemmeplejen, herunder tovholder på APV og arbejdsskader; underviser elever i arbejdsmiljø; arrangerer temadage og livsstilsmesse

**Grunduddannelse:** Social- og sundhedshjælper i 1998

**Efteruddannelse:** Arbejdsmiljølederuddannelsen, voksenpædagogisk grunduddannelse. Derudover mange kortere kurser i FOA-regi samt gennem Københavns Kommune.

### Sådan kommer du i gang

Ønsker du at tage den voksenpædagogiske grunduddannelse, så tjek, om din lokale FOA-afdeling tilbyder uddannelsen. Hvis ikke, kan du finde en oversigt over, hvor den udbydes, på uddannelsesguiden: [ug.dk](http://ug.dk). Hold også øje med din kommunes kursustilbud.

### Har du fået drømmejobbet?

Og hvilken efteruddannelse skulle der til? Fortæl kolleger i hele landet om din karrierevej. Send os en mail på redaktionen: [mdar@foa.dk](mailto:mdar@foa.dk)

# fagligt talt

## Når ældre går med ble

**Dagbladet Politiken** kørte i oktober en række artikler om vilkårene for de ældre på plejehjem. En af historierne trak mediernes store interesse. Alt for mange ældre går med ble døgnet rundt alene på grund af for lidt personale. Der er ganske enkelt ikke personale nok til, at de ældre kan komme på toilettet eller holde deres evne til at selv at gå på toilettet ved lige. Det skal alene være, hvis man lider af inkontinens, at det er fagligt velfunderet at lade den ældre bruge ble. Alle andre begrundelser er ikke fagligt i orden. Og det er ikke værdigt at gå med ble alene med baggrund i besparelser på personalet.

**Hvad skal der til** for at ændre det høje forbrug af bleer? For selvfølgelig kan det ændres. Vi kommer ikke uden om, at der skal mere personale til, men det gør det ikke alene. Vi skal se på måden, vi organiserer arbejdet på. Vi skal tilrettelægge arbejdet og opgaverne i samarbejde med de ældre. De har krav på at leve et liv så tæt på det liv, de havde, da de boede hjemme.

**“** Det er ikke værdigt at gå med ble alene med baggrund i besparelser på personalet.

let, at der ikke er tid til faglighed, skaber det et dårligt psykisk arbejdsmiljø, hvor man går med konstant dårlig samvittighed over, at det, man gerne ville udføre for de ældre, er der ikke mulighed for.

**Vi skal derfor deltage** i drøftelserne, når medier, politikere og andre prøver at sætte en dagsorden, hvor de sætter spotlight på arbejdet og vilkårene i ældreplejen eller andre steder. ★

*K. Stæhr*

### [kort sagt]

Dagbladet Politiken har bragt en serie om forholdene på plejehjem, herunder den udbredte brug af bleer til de ældre.

.....

**Medarbejderne** har taget en uddannelse for at bruge deres faglighed og kompetencer til at give omsorg og pleje. Når der er sparet så meget på personalet, at der ikke er tid til faglighed, skaber det et dårligt psykisk arbejdsmiljø, hvor man går med konstant dårlig samvittighed over, at det, man gerne ville udføre for de ældre, er der ikke mulighed for.



Af Karen Stæhr, sektorformand ★ foto: Jørgen True

# nyt



**Vinderne** fra Region Syddanmark: Helena Helleshøj Riggelsen og Pernille Dalsgaard fra Social- og Sundhedsskolen i Aabenraa.

## De er klar til DM i sosu

De regionale mesterskaber for sosu-assistentelever i SOSU Skills (færdigheder) blev afholdt den 13. oktober. Vinderne blev:

- Region Hovedstaden: Christina Vestergaard og Jeanette Bønke
- Region Sjælland: Camilla Davidsen og Nina Boesen
- Region Syddanmark: Helena Helleshøj Riggelsen og Pernille Dalsgaard
- Region Midtjylland: Hanaa Mohammad og Mie Bloch Andersen
- Region Nordjylland: Trine Bjerregaard Keller og Heidi Nørbygaard Svenningsen

DM i SOSU Skills afholdes i Odense den 26.-28. januar.

## Designere udstiller velfærdsteknologi

På en udstilling i Dansk Design Center kan man se designeres bud på blandt andet en taskerollator, en informationskuffert og en pilleæske. Udstillingen varer til 19. februar.

 **Læs mere**

[ddc.dk](http://ddc.dk)



Foto: Jørgen True

# 27,8

Så høj bliver skatteprocenten i Langeland Kommune i 2012, og den bliver dermed Danmarks højeste.

### Brug NemID

Du kan nu bruge NemID som adgangskode til de dele af FOAs hjemmeside, hvor man skal bruge login – blandt andet a-kasse og job-søgning.

 **Bestil det**

NemID kan bestilles på [nemid.nu](http://nemid.nu)



### Farvel Flora

Bladet Flora, der var målrettet FOAs unge medlemmer, udkommer ikke mere. I stedet vil FOA satse på at styrke kommunikationen med de unge i sociale medier.

### Ok-forhandlinger for privatansatte

I 2012 skal overenskomsterne for privatansatte fornyes. Er du privatansat FOA-medlem kan du læse om kravene i pjecen 'Mine krav – dine krav'.

 **Læs mere**

[foa.dk/publikationer](http://foa.dk/publikationer)



Foto: Søren Skarby

## Nye AMU-kurser

- Tidlig opsporing af sygdomstegn, fem dage, målgruppe: social- og sundhedshjælpere.
- Postoperativ observation og pleje i hjemmeplejen, tre dage, målgruppe: social- og sundhedsassistenter.

 **Læs mere**  
[epos-amu.dk](http://epos-amu.dk)



Enhver, der bevarer evnen til at se skønhed, bliver aldrig gammel.

FRANZ KAFKA, FORFATTER

## Computerstyret tøjautomat

T-shirts, bukser, veste, nederdele og kitler – alt sammen lige til at trække i en automat. Sådan ser virkeligheden ud for 12 ansatte i ældreplejen i Svendborg, som deltager i en forsøgsordning. De har siden juni hentet deres arbejdstøj i en computerstyret tøjautomat, og de melder tilbage, at det nu er lettere at få det tøj, de har brug for. Målet er lavere omkostninger og bedre hygiejne.

## Fyringer rammer Region Hovedstaden

29 sosu-assistenters, sygehjælpere og andet sosu-personale på Herlev Hospital har fået at vide, at de vil blive fyret i nær fremtid.

Bornholm står til at fyre fem ansatte, ligesom også Bispebjerg Hospital og Rigshospitalet er på vej med fyringer.

## Pris til Fredericia-modellen

Fredericia Kommune har fået en europæisk pris for deres hjemmetræningsprogram **Længst muligt i eget liv**. Prisen gives til de bedste, mest innovative og effektive tiltag inden for den offentlige sektor i Europa.



Arkivfoto: Jørgen Trine

## Flere sosu'er bliver sygeplejersker

I 2009 havde 168 sosu-assistenters videreuddannet sig til sygeplejersker. I 2000 var det tal på 64, så der er tale om en stigning på 163 procent.

**Kilde:** Sygeplejersken

## Er du uddannet social- og sundhedsassistent?

Så kan du blive sygeplejerske på 2½ år - via et særligt tilrettelagt uddannelsesforløb.

Ring til studievejleder Lene Mygind på tlf. 8755 0025 og hør nærmere om dine muligheder.



Sygeplejerskeuddannelsen i Viborg • Prinsens Allé 2 • 8800 Viborg  
E-mail: [siv@viauc.com](mailto:siv@viauc.com) • [www.viauc.dk/sygeplejerskeiviborg](http://www.viauc.dk/sygeplejerskeiviborg)

**VIA** UNIVERSITY COLLEGE

02.865





# altid to

Kollegerne Ann Moltke Hansen og Pia Pedersen **bruger loftsliften** til at forflytte Lene Strøm Andersen over i hendes kørestol. De er omhyggelige med, at Lene sidder godt, så hun ikke får tryksår.

*Læs videre på næste side ... →*

## Lær om forflytning på nettet

Branchearbejdsmiljørådet Social & Sundhed – BAR SoSu – har en hjemmeside udelukkende om forflytninger. Her er der blandt andet et e-learningkursus, som du og dine kolleger kan deltage i.



Læs mere

[forflyt.dk](http://forflyt.dk)

## Master Turner

Når Ann Moltke Hansen og hendes kolleger forflytter Lene Strøm Andersen, bruger de en såkaldt Master Turner. Det er et glide- og vendeunderlag med stropper i siderne.



Læs mere

[hmi.basen.dk](http://hmi.basen.dk)

## Kongres om overvægtige patienter

Verdens første kongres om overvægtige patienter bliver afholdt i Danmark den 9.-10. november.



Læs mere

[brc2011.com](http://brc2011.com)

## De er altid to

→ Da **Lene Strøm Andersen** var yngre, kunne hun klare sig selv. Hun har dog altid gået med en krykke, fordi hun er spastisk lammet. Som hun blev ældre og tog på i vægt, fik hun brug for hjælp, og nu som 48-årig kan hun ikke længere gå eller stå. Loftsliften har hun haft i omkring tre år, men helt vant til behovet for så meget hjælp, er hun endnu ikke.

“Det er ikke særlig sjovt, at der er to, der står over dig. Nogle gange virker det jo voldsomt, nærmest som lidt af et overgreb,” siger Lene.

Men de skal være to. For selv om Lene ikke er ret høj, så vejer hun over 100 kilo, og dermed er det alt for tungt for én plejemedarbejder at hjælpe hende.

Sosu-hjælper **Ann Moltke Hansen** kommer næsten dagligt hos Lene, og hun er opmærksom på, at det kan være overvældende for Lene.

“Heldigvis er Lene altid med på noget sjov, så vi laver tit lidt gas og sørger for, at det hele foregår i en rar stemning,” fortæller hun.



## De skiftes om opgaverne

Det første af de syv-otte besøg, Lene får i døgnnet, er om morgenen. Her bliver hun først vasket fornedet, inden hun kommer i bad.

“Selv om jeg er højrehåndet, bruger jeg venstre til at vaske med, og så skubber jeg mave og lår til side med højre arm. Samtidig holder min kollega det andet lår,” forklarer Ann.

De burde også være to, når Lene er i bad, men det er der ikke plads til på det lille badeværelse. Til gengæld er de meget

bevidste om at skiftes til at udføre de tunge opgaver.

“Vi skiftes til at bade Lene, så det ikke er den samme hver morgen. Ellers bliver det for hårdt,” siger Ann.



*Vi sørger for, at det hele foregår i en rar stemning.*

ANN MOLTKE HANSEN, SOSU-HJÆLPER



Sosu-hjælper Ann Moltke Hansen har arbejdet hos Lene Strøm Andersen i et års tid, så de **kender hinanden godt.**

### Og en, to tre!

Når Ann og hendes kolleger forflytter Lene i sengen, er de gode til at passe på hinanden. Det er tydeligt at se, da hun og sosu-assistent **Pia Pedersen** skal hjælpe Lene over i den elektriske kørestol.

“Jeg trækker – du skubber. Og en, to, tre!” tæller Ann.

På tre flytter de Lene, så de kan rulle hende over på siden og få sejlet på plads.

De er meget opmærksomme på tryksår, men Lene har alligevel fået nogle på balder og lår. Derfor spørger de altid Lene,

om hun sidder godt i stolen eller skal flyttes lidt. Og for tiden bruger de et sejl til liften, som ikke krydser mellem benene, for det fik hele tiden sårene til at bryde op igen.

“Med det nye sejl kan vi ikke komme til at vaske Lene på ryggen. Men lige nu prioriterer vi at få de sår til at hele op,” forklarer Ann. ★

**Gode råd**  
Sådan forflytter  
du en overvægtig  
Side 26

[mdar@foa.dk](mailto:mdar@foa.dk)



### [cv]

**Navn:** Ann Moltke Hansen  
**Alder:** 35 år  
**Uddannelse:** Social- og sundhedshjælper  
**Job:** Ansat i hjemmeplejen i Nyborg



### [cv]

**Navn:** Pia Pedersen  
**Alder:** 51 år  
**Uddannelse:** Social- og sundhedsassistent  
**Job:** Ansat i hjemmeplejen i Nyborg

## Eksperten skriver

Fagbladet FOA samarbejder med en række eksperter, der skriver til bladet om faglige emner.

I dette nummer:

**Navn:** Torben Garbo

**Uddannelse:** Sosu-assistent og forflytningsvejleder

**Job:** Arbejdsmiljøkonsulent på Odense Universitetshospital

**Mail:** [torben.garbo@ouh.regionsyddanmark.dk](mailto:torben.garbo@ouh.regionsyddanmark.dk)

Og

**Navn:** Nis Kaasby

**Uddannelse:** Sygeplejerske

**Job:** Sygeplejerske på intensiv afdeling på Århus Sygehus

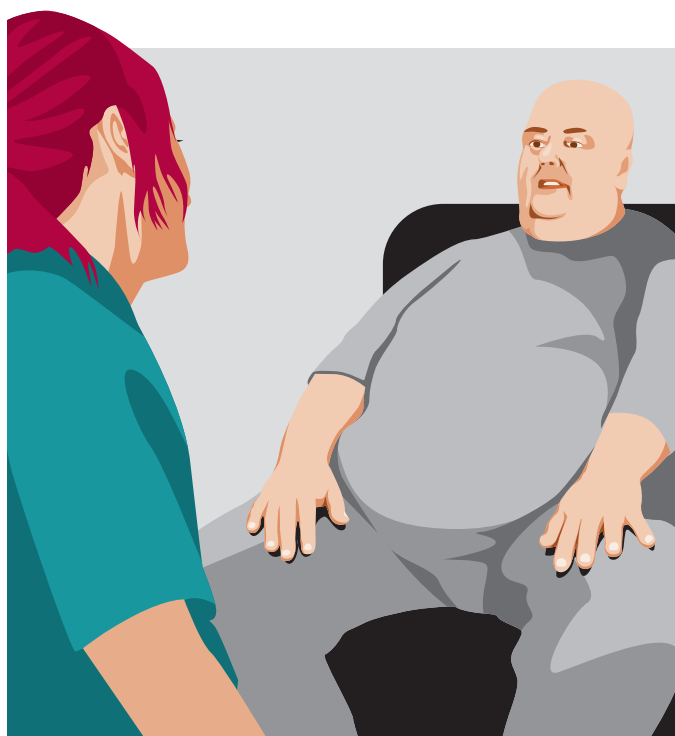
**Mail:**

[nis.kaasby@aarhus.rm.dk](mailto:nis.kaasby@aarhus.rm.dk)

## KOMMUNIKATION OG ETIK

Det kan opleves som grænseoverskridende at skulle pleje en overvægtig borger, hvor I måske må være tre eller fire om at vaske og forflytte borgeren. Måske kommer du i kontakt med dine egne fordomme om overvægtige, som du bliver nødt til at forholde dig til.

- Koncentrer dig om at møde mennesket – og ikke overvægten. Se derfor borgeren i øjnene – og lad ikke dit blik 'måle' borgerens krop. Pas også på med at for-



dømme eller bebrejde borgeren hans overvægt, for du risikerer, at han mister lysten til at samarbejde med dig.

- Vær ærlig! Og forklar, hvorfor du gør, som du gør, og hvorfor I skal være så mange om plejen.

# Sådan plejer du overvægtige

## FORFLYTNING

- Vurder borgeren individuelt: Tyngden af borgeren er en kombination af borgerens vægt, og hvor meget han selv kan hjælpe til. Pas på med at undervurdere, hvor tung han er. Der kan sagtens være brug for lift, selv om han ikke er meget stor. Så brug gerne og ofte lift og andre hjælpemidler. Og vær god til at sige: Vi skal være flere om det her!
- Brug borgerens egne ressourcer, og lad ham være så aktiv som muligt under vending og forflyt-



ning. I starten tager det typisk længere tid at lade borgeren hjælpe til, men den tid får du igen senere, fordi borgeren efterhånden vil blive hurtigere og mere selvhjulpne.

- Under forflytningen er det ikke alle borgere, der fortæller, hvis de oplever ubehag eller smerte. Så spørg dem undervejs, om de har ondt.
- Spørg borgeren efter forflytning-

gen: Hvordan føles det? Gør det ondt nogen steder? Sørg for at borgeren ligger eller sidder godt, så du forhindrer, at borgeren får tryksår.

## HYGIEJNE

Hos overvægtige personer folder huden og giver hud til hud-kontakt. De områder bliver let fugtige og varme og er dermed ideelle for bakterievækst. Det er derfor vigtigt, at hudfolderne bliver vasket grundigt. Som plejeperson kan man ikke både vaske og løfte op i huden for at komme til, så I bør typisk være to-tre plejepersoner ved sengevask, hvor én vasker borgeren, og en eller to hjælper til ved at glatte huden ud.

Ved nedre hygiejne kan borgerens mave og lår gøre det vanskeligt at komme til. De bedste arbejdsforhold får I ved at løfte det ene ben op og til siden med loftsiften, og så

foretage afvaskningen fra den anden side. Typisk vil det være nødvendigt, at en eller to kolleger hjælper til med at løfte op i mave og i lårenes inderside.

Omhyggelig hygiejne er især vigtigt hos overvægtige, fordi de generelt er mere udsat for infektioner.



## tema overvægtige

## Riv ud og hæng op!

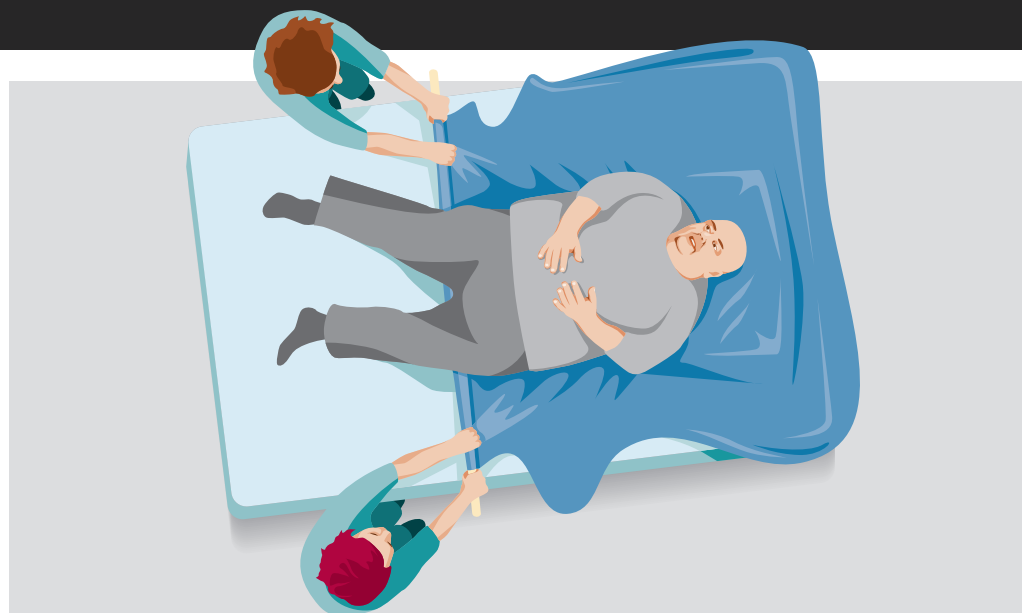
Er du interesseret i at få et gratis print af opslaget, så send en mail til: [mlix@foa.dk](mailto:mlix@foa.dk) (skriv måned)

## FRA SENG TIL STOL

Sørg for at der er god plads til forflytningen. Det kan for eksempel være nødvendigt at omdanne stuen til soveværelse for at gøre plads nok til liften og til, at to-tre-fire plejepersonaler kan være i gang.

- Loftsifte er bedst - dernæst en såkaldt portallift. Den fungerer som en loftsifte og giver plads til, at I kan arbejde (se eksempel på portallift: [botved.dk](http://botved.dk) - se Ultra Twin).

Den største udfordring ved forflyt-



ningen består i at placere sejlet under borgeren. Brug to lag spilerdug, de skal være 1,5 meter brede og to meter lange (se: [spilerdug.dk](http://spilerdug.dk) - video). Rul de to spilerdug sammen, så rullen er 25 cm i bredden. Nu skulle den være nem at rulle ud under patienten. Herefter placeres

liftsejlet mellem de to spilerdug - og det er let, fordi spilerdugene er så glatte. Rul det øverste lag spilerdug væk inden forflytning.

- Hold øje med benstroppe - de kan komme til at klemme borgeren i skridtet eller trække i huden på indersiden af lårene.

- Hvis borgeren har kateter, er der en person, der tager sig af posen under flytningen og ser til, at der ikke kommer træk på slangen.
- Borgeren bør hyppigt omplaceres både i stol og i seng for at undgå tryksår.

# T-shirten holder øje med dig

## Intelligent tøj

Firmaet Yoke har udviklet trøjen ICURA i samarbejde med Aarhus Kommune.

ICURA kan:

- diagnosticere kilder til fysiske gener på arbejdspladsen
- indsamle data om bevægelsesmønstre på arbejdspladsen
- måle medarbejderen og borgernes fysiske formåen.

 **Læs mere**

på [icura.dk](http://icura.dk)



Efter endt arbejdsdag sluttet boksen i T-shirten til computeren og viser en lagkage-grafik af **dagens bevægelser**.

# 65

procent af anmeldte nedslidningsrelaterede erhvervsyggdomme i 2008 skyldtes slid i nakke, skulder og hånd.

**Kilde:** Arbejdsskadestyrelsen

Det ligner en almindelig sports-T-shirt. Men inde i ærmerne sidder små sensorer, der registrerer brugerens bevægelser. Og i lommen ligger en lille sort boks, der samler oplysningerne. Det kan lyde som overvågning, men det handler om hjælp til selvhjælp.

“Det er for vores egen skyld. For at forbedre arbejdsmiljøet, så vi kan holde til at arbejde i mange år,” siger social- og sundhedshjælper **Christian Nimb**.

“Ja, vi troede jo, vi gjorde alt det rigtige. Men trøjen har vist, at det ikke er så godt, som vi går og tror,” supplerer social- og sundhedshjælper **Helle Bjerregaard**.

## Gult ergalt

I to gange seks uger testede otte medarbejdere fra Lokalcentren Vest i Brabrand ved Aarhus den sorte T-shirt. De tog den på, når de gik på arbejde, og når de kom tilbage på kontoret, sluttede de den lille boks til computeren. Frem på skærmen tonede en flerfarvet lagkage. Hvis lagkagen mindede om en citronhalvmåne, var den helt gal.

“Den gule farve skal man undgå. Gult viser, at man har været ude i forkerte stillinger,” siger Helle Bjerregaard.

“Det gælder om at holde armene mest muligt inde ved kroppen og ikke række langt ud. Ved hjælp af trøjen lærte jeg at

gøre tingene på en bedre måde. Mine lagkager blev meget mindre gule.”

Nu ryster Helle Bjerregaard ikke længere dyner med armene højt hævet over hovedet. Hun rækker heller ikke ind over sengen, men går om på den anden side. Sådan er mange rutiner blevet ændret.

“Vi ved det jo godt fra forflytningskurserne, men alligevel falder man i. Det er noget andet, når man kan se resultaterne af sine arbejdsrutiner hver dag,” siger Christian Nimb.

## Bip-bip

De to social- og sundhedshjælpere ser det intelligente arbejdstøj som et godt hjælpemiddel og trækker gerne i trøjen igen. Og meget tyder på, at T-shirten vender tilbage i en forbedret udgave.

“Vi skal lave flere tests med medarbejdere i plejeboliger og i køkken- og serviceafdelingen, og t-shirten kan også bruges i pædagog-verdenen. Den skal ikke bruges hele tiden, men punktvis eller en uge ad gangen, og medarbejderne skal lære at aflæse og vurdere resultaterne,” siger projektleder **Mette Halkier**, Afdelingen for Velfærdsteknologi i Aarhus Kommune, og tilføjer: “Måske skal vi have alarm i trøjen, så den siger et lille bip, hvis man gør noget forkert.” ★

[heiberg@reportagegruppen.dk](mailto:heiberg@reportagegruppen.dk)



Social- og sundhedshjælperne, Helle Bjerregaard og Christian Nimb, har **lært meget** af den intelligente T-shirt. Nu ryster de ikke længere dyner med armene over hovedet, eller rækker langt ind over sengen. Så sladrer T-shirten.

Et skybrud blev skæbnesvangert for en rengøringsleder. Vandskaderne på hendes arbejdsplads blev ikke rigtig udbedret, og det gjorde hende **meget syg**.

# Skimmelsvamp skal tages alvorligt



"Jeg har tre forskellige inhalatorer, som jeg bruger, når jeg får **åndenød**," fortæller Tina Hoeg Rossen.

### Symptomer på skimmel-svamp

Det er meget forskelligt, hvor følsomme mennesker er over for skimmelsvamp og hvilke symptomer, det medfører. Men følgende symptomer er typiske:

- hovedpine
- træthed
- koncentrationsbesvær
- irriterede øjne, næse og luftveje
- hoste og trykken for brystet
- hæshed
- gentagne bihulebetændelser
- åndedrætsbesvær

**Kilde:** obh-gruppen

### Udsigt til flere vandskader

Flere og voldsommere skybrud med flere og voldsommere oversvømmelser til følge. Det er udsigten for fremtidens Europa.

**Kilde:** DMI

### FOA hjælper dig

To af FOAs 11 serviceløfter handler om hjælp til vurdering af dit arbejdsmiljø og rådgivning ved sygefravær.

I oktober 2010 har **Tina Hoeg Rossen** en rigtig grim oplevelse. Hun kan ikke få luft, det sortner for hendes øjne, og hun bliver akut indlagt på sygehus. Det er Tinas første astma-anfald. Hun har fået en sygdom, som hun aldrig slipper af med igen. Og ansvaret for den ligger på hendes arbejdsplads.

### Mere og mere syg

Astma-anfaldet kommer oven på en længere periode, hvor Tina Hoeg Rossens helbred skrander.

"Jeg kunne ikke forstå, at jeg var syg hele tiden. Stoppet næse, tørhed i halsen og muskelsmerter. Sådan lidt influenza-agtigt," forklarer hun.

Først da hendes læge spørger ind til arbejdsforholdene på Gigthospitalet i Gråsten, hvor Tina arbejder som rengøringsleder, kommer der spot på årsagen til sygeligheden. Tina inddrager også FOA, for nu handler det om arbejdsmiljø og om en mulig arbejdsskade.

### Vandskade på kontoret

Tilbage i 2007 fører et voldsomt skybrud til oversvømmelse af den kælder, hvor Tina Hoeg Rossen har sit kontor. Selv om

kælderen affugtes, sætter vandet sine spor. Der dukker sorte pletter op på væggene, og gulvet i Tinas kontor begynder at bule. Hun flyttes 20 meter længere hen ad gangen i kælderen, men ellers står ledelsen på hospitalet yderst tøvende over for problemerne.

"Det var mit indtryk, at de helst ville dysse det hele ned. Det var vist gået op for dem, at det kunne blive ret dyrt at rette op på skaderne," siger Tina Hoeg Rossen.

### Skimmelsvamp bagatelliseres

Selv da en undersøgelse viser, at der er skimmelsvamp i kælderen, oplever Tina, at problemet bagatelliseres:

"Jeg får at vide, at der er skimmelsvamp overalt, også i luften uden for, så det kan vel ikke være så slemt."

Andre medarbejdere har også symptomer på skimmelsvamp-allergi, men ikke i så voldsom grad som Tina. Så hun føler sig udstillet som sær.

"At jeg blev regnet for halvhypokonder, er faktisk det, der har gjort mig mest ked af

det. Man mister sin selvrespekt, når andre ikke tror på én."

### Anerkendelse

Da Arbejdsskade styrelsen anerkender



**Jeg kunne gå på skyerne, da jeg fik anerkendt, at det ikke var mig, der var mærkelig.**



astmaen som arbejdsbetin-  
get, er det derfor en kæmpe-  
sejr for Tina. Hun får 131.000  
skattefrie kroner i erstatning, men det er  
ikke dem, der betyder mest.

“Jeg kan ikke købe mit gode helbred  
tilbage. Men jeg kunne gå på skyerne, da  
jeg fik anerkendt, at det ikke var mig, der  
var mærkelig.”

Udover astmaen har skimmelsvampen  
også gjort Tina til multi-allergiker, og hun  
mistede sit job på grund af den. Gigtho-

“Jeg er **dømt til medicin**  
resten af livet,” siger Tina  
Hoeg Rossen.

spitalet fyrede nemlig Tina, fordi  
hun var for meget syg. Lige nu får  
hun sygedagpenge og venter på  
at komme i arbejdsprøvning.

“Det har virkelig kostet tårer, sved og  
smerter at komme igennem det her forløb,  
og jeg har brugt FOA utroligt meget,” siger  
Tina. ★

[fida@foa.dk](mailto:fida@foa.dk)

#### Tinas erstatning

Tina Hoeg Rossen har  
fået 130.986 kroner  
(skattefrit) i såkaldt  
mén-erstatning. Arbejds-  
skadestyrelsen har afvist  
at give Tina erstatning  
for tab af erhvervssevne,  
men sammen med FOA  
har hun klaget over  
denne afgørelse.  
Endvidere kræver FOA  
på Tinas vegne via advo-  
kat erstatning fra Tinas  
arbejdsplads.

## Fra vandskade til arbejdsskade

**2007**

Vandskade på Tinas kontor

**2008**

Tina bliver syg. Indeklimaet på  
arbejdspladsen undersøges.

**2010**

Tinas sygdom anmeldes som  
arbejdsskade.

**2011**

Tina fyres. Hendes astma  
anerkendes som arbejdsskade.

# spørg løs

Send et spørgsmål til os - og vi skaffer et svar fra en ekspert. Skriv til:

**Fagbladet FOA**  
Stauings Plads 1-3,  
1790 København V.  
Mrk.: **spørg løs**

Du kan også maile til **brevkasse@foa.dk** eller gå på FOAs hjemmeside - **www.foa.dk/brevkasse**

**Ønsker du at være anonym,** så gør opmærksom på det. Brevkasseredaktøren skal dog vide, hvem du er.



## Du kan bl.a. spørge om:

- arbejds-skader
- ansættelse
- barsel
- psykisk arbejdsmiljø
- mad/sundhed
- løn
- fleksjob
- kontanthjælp
- revalidering
- pension
- seniorordninger
- a-kasse
- dagpenge
- efterløn
- arbejdsmarkedspensioner
- forsikringer
- overenskomster
- uddannelse
- trivsel
- ligebehandling
- ligeløn
- datalovgivning

## Videreuddan dig og gå ned i løn

Jeg har altid forstået det sådan, at det er bedst at **videreuddanne** sig, så man kan få flere kompetencer og en højere løn. Det er dog ikke tilfældet, efter at jeg i foråret blev uddannet til social- og sundhedsassistent. Jeg har haft 15 års-jubilæum på min arbejdsplads og havde derfor inden orloven lønnen, der hørte til løntrinnet og desuden funktionsløn som vejleder.

Det, jeg har fået ud af min uddannelse og de øgede kompetencer, er fornøjelsen af at lave det samme som før, samt flere opgaver og et øget ansvar, men en væsentlig forringet løn. Jeg er dog stadig vejleder og får tillæg for denne opgave. I kroner og øre betyder videreuddannelsen en nedgang på omkring 15 kroner i timen. Jeg forventer ikke en højere løn, men jeg synes, det ville være rimeligt at bibeholde den løn, jeg sluttede med som hjælper.

Er det sådan, I varetager mine interesser, og vil I arbejde med en ændring af overenskomsten på området? Jeg må sige, at jeg føler mig noget til grin.

[Dorthe Jollmand]

## Svar

Det er FOAs holdning, at det skal kunne betale sig at tage en uddannelse. Det betyder, at man efter videreuddannelse skal have mindst den samme løn, som hvis man ikke havde videreuddannet sig - og helst en løn-fremgang. Derfor var netop dette et **centralt krav** fra Social- og Sundhedssektoren ved overenskomstforhandlingerne i år. Desværre kunne vi ikke komme igennem med kravet over for KL og Danske Regioner. Derfor

fremgår det - som overenskomsten er nu - ikke entydigt, hvordan man skal lønindplaceres efter endt videreuddannelse.

Problemet opstår på grund af social- og sundhedspersonalets særlige lønprofil. Lønforløbet for social- og sundhedshjælpere og social- og sundhedsassistenter er sammenlagt sådan, at der både i kommunerne og regionerne kommer store stigninger på sluttrinnet efter henholdsvis 11 og 10 års erfaring. Det betyder, at en social- og sundhedshjælper med mere end 11 års erfaring

har en højere lønindplacering end en nyuddannet social- og sundhedsassistent.

Ved overenskomstforhandlingerne i 2008 blev FOA og KL enige om at indføre en fælles bemærkning i overenskomsten for social- og sundhedspersonale, der tog stilling til den problematik, hvor en ansat, der allerede har erfaring inden for overenskomstens område videreuddanner sig til social- og sundhedshjæl-

per eller social- og sundhedsassistent. FOA og KL er altså enige om, at relevant erfaring som eksempelvis social- og sundhedshjælper inden videreuddannelse til social- og sundhedsassistent skal indgå ved vurderingen af den samlede lønindplacering. Det fremgår dog ikke af bemærkningen, hvordan denne erfaring skal indgå ved den samlede vurdering.

I øjeblikket har FOA to sager om denne problematik, der skal forhandles med KL, hvor vi håber at nå til enighed. Udfaldet af disse forhandlinger bør naturligvis også få betydning for din sag.

[Anders Damm-Frydenberg]

## Har deltidsansatte ret til spisepause?

Vi har ifølge overenskomsten **ret til 29 minutters pause**. Man skal dog kunne tilkaldes, og man må ikke forlade arbejdsstedet. Jeg mener, der er et EU-direktiv, der også tilgodeser de deltidsansatte, så disse også har ret til pauser. Er det korrekt?

Kan arbejdsgiveren sige, at man godt kan sidde og skrive ved computer, mens man spiser - eller har man ret til at trække sig tilbage i et rum uden beboere, hvor man kan tilkaldes via telefon?

[Anonym]

## Svar

EU-direktivet sikrer, at ansatte har ret og krav på en spisepause, såfremt man arbejder **6 timer eller mere om dagen**. Direktivet beskriver ikke noget om deltidsansattes ret til pause. Den ret, du har til pause - både

som fuldtids- og deltidsansat - står i arbejdstidsaftalens § 4 stk. 7. Fortolkningen af pausebestemmelsen er følgende:

Denne pause kaldes sædvanligvis frokostpausen. Pausen placeres inden for arbejdstiden sådan, at formålet med pausen tilgodeses. Det betyder, at man skal kunne sidde ned og indtage sin mad, og det vil derfor ikke give mening at placere pausen i begyndelsen eller slutningen af en vagt.

Såfremt arbejdsgiveren har behov for det, kan han forstyrre/tilkalde dig til at udføre arbejde i denne pause. Det er efter forbundets opfattelse ikke en pause, når man skal sidde og skrive på computer eller aflægge rapport i denne pause samtidig med, man spiser.

Hvis du fortsat har problemer med fortolkningen af pausebestemmelsen, kan din lokalafdeling hjælpe dig.

[Lis Bjørnstad]



**Løn**  
**Anders Damm-Frydenberg,**  
konsulent i FOA



**Overenskomster**  
**Lis Bjørnestad,**  
konsulent i FOA



**Arbejdsskader**  
**Helle Thunø,**  
konsulent i FOA

## Kan jeg blive fritaget for nattevagter?

Jeg er sosu'er på Rigshospitalets fødegang og har været i faget i 34 år på henholdsvis Gentofte Hospital, Bispebjerg Hospital og Rigshospitalet. I juni 2011 fik jeg konstateret brystkræft. Er blevet opereret, har fået medicinsk behandling og gennemgår nu den forebyggende strålebehandling. Jeg forventer at genoptage mit arbejde på fødegangen efter endt behandling, hvis det er lægeligt forsvarligt.

Min sygdom er blevet anmeldt til Arbejdsskadestyrelsen som en arbejdsskade. Er det muligt at få min sygdom anerkendt som arbejdsskade på grund af mine mange nattevagter gennem 34 år? Og hvordan er mine forhandlingsmuligheder i forbindelse med mulig reduktion eller hel fritagelse for nattevagter på grund af min sygdom? Hvordan er jeg stillet, hvis min arbejdsgiver fastholder, at jeg skal tage nattevagter?

[Anette Damm]

### Svar

For at kunne få anerkendt brystkræft som en arbejdsbetinget lidelse skal følgende betingelser være opfyldt:

- Der skal have været tale om nat-arbejde (mellem kl. 23 og 06) i mindst 20 år.
- Der skal i gennemsnit have været natarbejde mindst 4 gange på en måned.
- Der må ikke være konkurrerende lidelser af betydning for udvikling af brystkræft (f.eks. svær overvægt, genetiske forhold, p-piller og lægemidler mod gener i overgangsalderen m.m.)
- Debut for sygdommens opståen må ikke ske flere år efter ophør med natarbejde.

Det fremgår af arbejdstidsaftalen fra 1999, at:

“Natarbejdere, der lider af helbredsproblemer, der påviseligt skyldes, at de udfører natarbejde, overføres, når det er muligt, til dagarbejde, som passer til dem.”

Det skal altså kunne godtgøres over for din arbejdsgiver, at din brystkræft påviseligt skyldes dit natarbejde. Det vil alt andet lige være nemmere, hvis du får din sag anerkendt i Arbejdsskadestyrelsen.

Men her og nu vil jeg anbefale dig at tale med dine tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter samt din lokalafdeling og bede dem hjælpe dig med at **tage en konkret forhandling** med din leder om at få så god en ordning som muligt forhandlet på plads.

Kræftens Bekæmpelse har netop offentliggjort en større undersøgelse blandt 58.000 danske sygeplejersker. Undersøgelsen tyder på, at kvinder, som kombinerer to- eller tre-holdsskift med permanent natarbejde, har en næsten tre gange større risiko for at få brystkræft, end kvinder der altid arbejder om dagen. Forskerne mener stadig, de mangler viden om den præcise sammenhæng, men anbefaler, at man kun har få nattevagter ad gangen, at man roterer med uret, og at man begrænser den samlede periode med natarbejde. Måske kan I bruge denne viden i forhold til ledelsen på din arbejdsplads.

[Helle Thunø]



på Arbejdsskadestyrelsens hjemmeside: [www.ask.dk](http://www.ask.dk) - søg på 'brystkræft/natarbejde'.

## Rettelse

Desværre var der en fejl i et svar i *spørg løs* i fagbladet i september. Vi svarede, at et medlem, der er født i april 1955, kan gå på efterløn som 60½-årig, hvis aftalen om senere tilbagebetaling fra maj

2010 mellem den tidligere regering, Dansk Folkeparti og De Radikale bliver til virkelighed. Det korrekte svar er, at man først kan gå på efterløn som 61½-årig. Vi beklager meget.

## DET ER ALDRIG FOR SENT AT BLIVE SYGEPLEJERSKE

**- OG HAR DU ERFARING OG UDDANNELSE INDEN FOR SUNDHEDSSEKTOREN, ER DER GODE MULIGHEDER FOR AT FÅ MERIT OG FORKORTE DIN STUDIETID.**



University College  
Sjælland

STUDIESTART FEBRUAR 2012

[WWW.UCSJ.DK/MERIT](http://WWW.UCSJ.DK/MERIT)

# Mandlige omsorgsgivere vil være maskuline

Mænd bruger mandighed på arbejdet. Det styrker deres **maskuline identitet** i et fag, der er domineret af kvinder.

.....  
Af Solveig Kolstad

Mænd vil ses som 'rigtige mænd'. Især når de arbejder i et kvindefag. Det konkluderer sociolog og kønsforsker **Kenn Warming** fra Roskilde Universitet.

Han har interviewet 35 mænd som led i en ph.d.-afhandling, hvor han har set nærmere på, hvordan det er at være mand i et kvindefag. Kenn Warming er kommet frem til, at de fleste mænd tager en traditionel maskulin rolle på sig i deres arbejde. De vil reparere håndvasken, selvom de har valgt en kvindearbejdsplads.

"Maskuliniteten har en enorm betydning. Mændene kan lide, at de kan bidrage med noget, som deres kvindelige kolleger typisk ikke kan. Det er med til at give dem en betydningsfuld position på arbejdet," siger Kenn Warming.

## Mindretal udenfor

Selvom mange af mændene har det godt med at være hanen i hønsegården, er det ikke alle, der trives i rollen som handyman. Et mindretal af mændene oplever, at deres køn overskygger det stykke omsorgsarbejde, de leverer på arbejdspladsen, når de kvindelige kolleger forventer, at de påtager sig en maskulin rolle.

"Det går ud over trivslen for ham, der oplever, at han skal retfærdiggøre sig selv og sit fravalg af mandestereotypen, og det er uholdbart, hvis man vil have flere mænd ind i faget," siger Kenn Warming.

## Brug for alle mænd

Kenn Warming er ikke i tvivl om, at der er brug for flere mænd i omsorgsfagene. Derfor er det afgørende at få fagenes mange nuancer gjort tydelige.

"Omsorgsarbejdet er jo både blod, blå blink og højt tempo, men også den intime kontakt, der kræver empati og tålmodighed," siger han.

Kenn Warming synes ikke, at kvoter, som man har i Norge, er løsningen på problemet med et kønsopdelt arbejdsmarked. Han mener, at det er mændene, der skal motiveres til selv at tage beslutningen om en karriere med omsorg. ★

sokl@foa.dk

**Mænd**  
i norske  
børnehaver  
side 38-39

## Mænd i kvindefag

Sociolog Kenn Warming har som led i en ph.d.-afhandling interviewet 35 mænd, der arbejder i typiske kvindefag. Han forsvarer sin afhandling senere på året.

Kapitlet om **mænds motivationer** for at vælge omsorgsarbejde er allerede udkommet i Tidsskrift for Arbejdsliv.



"Der er forskel på at have bryster og **hår på brystet**, også i mit arbejde her på plejehjemmet," siger social- og sundhedshjælper Michael Hansen.



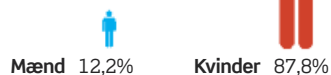
# Michael er beslutsom

Den mandlige sosu-assistent **gør tingene på sin måde**, og det kan give konflikter med de kvindelige kolleger.

Af Solveig Kolstad \* foto: Jørgen True

*Læs mere på næste side.* →

**Kvindefag eller mandefag?**



**12,2%** af FOAs medlemmer er mænd. Tallet dækker over store forskelle mellem faggrupperne. Sådan fordeler kønnene sig i nogle af de større faggrupper:

	♂	♀
Sosu-assistent:	4,5%	95,5%
Sosu-hjælper:	5,3%	94,7%
Portører:	94%	6%
Dagplejere:	1,2%	98,8%
Pedeller:	97%	3%
Pædagogmedhjælper:	13%	87%
Køkkenpersonale:	4,2%	95,8%
Brandpersonale:	95%	5%
Buschauffører:	81%	19%

**Kilde:** FOA nøgletal



**Michael er beslutsom** →

**Skift job - ikke køn**

'Skift job er - ikke køn' er et kampagnesite henvendt til mænd, der mister deres job under den økonomiske krise. Det er blevet til i forlængelse af det danske formandskab for Nordisk Ministerråd i 2010 og oplyser om mændenes muligheder i de traditionelle kvindefag.



[skiftjob.dk](http://skiftjob.dk)

Mænd og kvinder tænker forskelligt. I hvert fald hvis man spørger **Michael Hansen**, social- og sundhedsassistent på plejehjemmet Prinsesse Benedikte på Frederiksberg. Han gør tingene på sin måde, og det kan give konflikter med de kvindelige kolleger.

"Jeg vil ikke lyde mandschauvinistisk. Det kan bare godt være frustrerende at arbejde sammen med så mange kvinder, for de forstår ikke altid min måde at tænke og handle på. Kvinderne overvejer alt, inden de træffer en beslutning, hvor jeg er hurtigere til at komme videre," siger han.

**Maskulin tryghed**

Da Michael Hansen arbejder i hjemmeplejen, fiksedede han tit småting for de gamle. En håndvask blev fikset eller en lænestol løftet på plads. Han har det godt med at tage nogle af de typiske mandeopgaver på sig, og dengang gav det positiv respons fra de ældre.

Nu hvor han arbejder på plejehjemmet Prinsesse Benedikte kommer hans maskulinitet ham til gode i situationer, hvor de demente beboere bliver aggressive.

"Kvinderne synes hurtigere, at det er ubehageligt. Der kan jeg tåle lidt mere," siger Michael Hansen, der oplever, at hans fysiske fremtoning alene kan virke



beroligende. Han understreger, at personlighed trods alt er vigtigere end køn.

### Tilbage til mandefag

Oprindeligt startede Michael Hansen i lære som murer, men efter en hjerteoperation søgte han ret tilfældigt ind på sosuuddannelsen.

Omsorgen for andre gav faget mening. Sådan har han det ikke rigtig længere. Han oplever, at der ikke længere er tid til at give den omsorg. Derfor har han valgt at være nattevagt. Han overvejer endda at bygge videre på sit kørekort og trække sig helt fra omsorgsfaget. ★

sokl@foa.dk

**Lønnen** burde være højere i stedet for så mange omsorgsdage, mener Michael Hansen. De er mest kvindernes behov og ikke noget, han benytter sig af.

# Fordomme holder mændene ude

Der skal **oplysning** til, hvis flere mænd skal vælge omsorgsfag, siger forsker.

Af Solveig Kolstad

Fordomme præger omsorgsfagene og får mændene til at holde sig langt væk. Derfor skal der oplysning til, hvis flere mænd skal overveje en karriere i et omsorgsfag. Det mener **Ulla Gerner Wohlgemuth**, lektor på UC Syddanmark. Hun har forsket i, hvad der kendetegner mænds begrundelser for at vælge eller fravælge en karriere inden for omsorgsfagene.

“Lige nu bremser blandt andet fordomme mænd i at vælge et omsorgsfag. De overvejer ikke engang muligheden,” siger hun.

### Grænserne flytter sig

Men grænserne for, hvad mænd oplever som et respekteret arbejde, er ved at flytte sig, fortæller hun. En mandlig sosu-assistent er ikke et særsyn, som det var for tredive år siden, men der er stadig lang vej til egentlig ligestilling.

“Her har uddannelsesinstitutionerne en stor opgave at løfte. De skal fortælle, hvad uddannelserne går ud på, så de virker mere tiltrækkende også på mænd,” siger hun.

Det skal ikke ske ved at favorisere mændene med kønsbestemte fordele, men ved at oplyse bedre og bredere, mener Ulla Gerner Wohlgemuth. ★

sokl@foa.dk

## Tre almindelige fordomme

om mænd i omsorgsfag

1  
2  
3

1 Man har kun kvindelige kolleger, så arbejdspladsen bliver en hønsegård med lige gyldig snak og sladder.

2 Ens primære opgave er at tørre røv.

3 Der er ingen mulighed for at gøre karriere, og man er fanget i en dårlig løn.

Åsmund Hunderi elsker sit arbejde med børn, også de helt små. Han er **stolt over sit arbejde** og oplever, at folk har respekt for det.



### Norge forsøger sig med kvoter

12 børnehaver i forskellige dele af Norge har fået status som demonstrationsbørnehaver for ligestilling. Der skal være mindst 20% mænd ansat, og børnehaverne har fået økonomisk støtte til at rekruttere mænd.

### Tre indsatsområder i Betha Thorsen Børnehaven

1. Alle mandlige ansøgere kommer til samtale
2. Der skal mindst være 30 procent mænd ansat
3. Børnehaven målretter stillingsopslagene mod mænd ved at fokusere på ledelse, karrieremuligheder og faglighed, der appellerer til mænd.

# Mænd indtager norsk børnehave

Pædagogerne Åsmund og Torstein bliver lagt mærke til for **det arbejde, de udfører**. Ikke fordi, de er mænd.

Af Solveig Kolstad ★ foto: Jørgen True

Blomstrede kjoler på toårige piger samler sig i en cirkel om pædagog **Åsmund Hunderi**. Børnene ælter og ruller modeller voks i den norske børnehave Betha Thorsen, mens formiddagslyset vælter ind fra en hovedstad i efterårshumør.

“Laver du mad? Hvad er det?” spørger pædagog Åsmund Hunderi.

“Det er en drage. En søød drage,” nikker to hoppende fletninger.

I børnehaven Betha Thorsen er 30 procent af de ansatte mænd. Det giver dem frihed til at være sig selv, fordi der ikke er en forventning om, at de har fodbolden eller træsværdet under armen.

Her udfører mandlige og kvindelige kol-



leger de samme opgaver – fra bleskift til brydekampe. For når der er mange mænd, bliver forventningerne om, at de opfører sig typisk mandigt meget mindre, forklarer leder **Øivind Hornslien**. Han kører en målrettet rekruttering for at få flere mænd ansat.

“Vi måtte tage nogen chancer. Vi har ansat mænd uden erfaringer i stedet for kvinder med et langt cv, fordi kønsbalancen har været vigtigere.”

Derfor kommer alle mandlige ansøgere til samtale, og jobopslagene målrettes mænd.

### **Pædagogik før køn**

**Torstein Kivle Petterson** er pædagog og var den eneste mand på sin tidligere arbejdsplads. Dengang følte han ikke, at han blev set som den, han var. At han var den eneste mand fik mere opmærksomhed end det arbejde, han udførte. Sådan er

det ikke i Betha Thorsen, fortæller han.

“Vi gør ikke noget, som kvinderne ikke kan. Vi udfører det samme stykke arbejde, og der bliver stillet de samme krav til os.”

Åsmund Hunderi er enig. Han spiller både fodbold, bager boller og trøster de mindste.

“Jeg tænker aldrig over, at jeg er en mand, når jeg arbejder. Jeg tænker på, hvilke pædagogiske opgaver jeg har,” siger han.

Det er blevet tid til eftermiddagslur for de små. Derfor går Torstein Petterson på legepladsen med de store børn, mens Åsmund Hunderi putter de toårige. Han stopper de blomstrede dyner godt ned om børnene.

“Nu er det sovetid. Kan du lukke øjnene.” En barnekind bliver aet, og åndedrættet falder til ro. ★

sokl@foa.dk

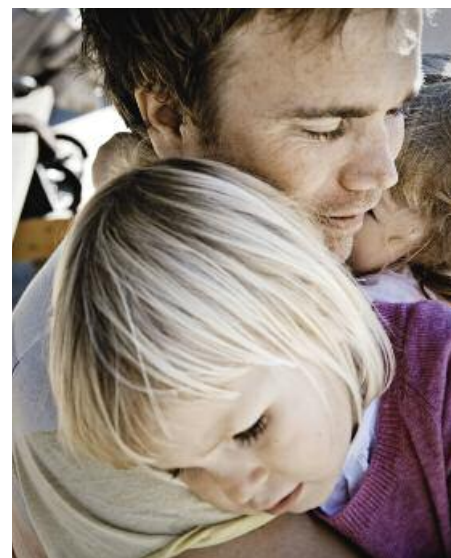


Når der er få mænd på en arbejdsplads, kommer de få til at repræsentere mænd generelt, og så ser man ikke længere Per og Jens, men kun at de er mænd.

ØIVIND HORNSLIEN, LEDER I BETHA THORSEN BØRNEHAVEN

### **Fifty-fifty i ledelsen**

50 procent af lederteamet i Betha Thorsens Børnehaven er mænd. Sådan skal det være, for mændene skal være med til at træffe beslutningerne, så de kan sætte deres præg på den pædagogiske linje.



Torstein Kivle Petterson fik øjnene op for pædagogfaget efter et job som pædagogmedhjælper. Før troede han, at det bare var børnepasning, men han fandt ud af, at der er masser af **udfordringer** i arbejdet med børn.

# Har du kræfter til at løfte opgaven? –det er dit ansvar



**P r o T e r a p i A / S**

ProTerapi A/S • Sdr. Ringvej 37 • 2605 Brøndby  
Telefon: 4344 4200 • Telefax: 4344 4202 • e-mail: pt@proterapi.dk • www.proterapi.dk

med dijoncreme  
med rørt ali-oli og sprøde salater  
med æggestand og grønne wasabi cavi-art

med krydderurtepesto  
med valnødder

tilsmagt med kanel  
med rosmarin  
vendt i balsamico, mandler og rosiner  
med lun kirsebærsaucé  
Gorgonzola, røget  
brieost og emmenthaler. Hertil marinerede valnødder,  
syltede abrikoser, oliven samt friske druer

Ønskes begge desserter  
tillægges

Priser er pr. kuvert, min. 10 kuv., excl. transport og afgifter



**SMAGERIET**

Lækker mad - bragt til dig

NYHED!

For alle i PenSam og FOA:

# SMIL – DU HAR FÅET DIT EGET FORSIKRINGSSELSKAB!



IKKE FOR ALLE

100% FOR DIG

## Bedre og billigere forsikringer

PenSam Forsikring er det nye forsikrings-selskab for dig. Skabt for at give alle i PenSam og FOA bedre og billigere forsikringer på samme måde som andre faggrupper allerede har det. Vi glæder os til at byde dig og din familie velkommen med forsikringer, der passer bedre til jeres behov og koster mindre.

Hør mere om  
PenSam Forsikring  
Ring nu på  
**44 39 39 50**  
[Pensam.dk/forsikring](http://Pensam.dk/forsikring)

INDBO • HUS • BIL • ULYKKE



**PenSam**  **FORSIKRING**



**Hotel PLUS**

SÆRPRIS

**HOTELPLUS  
NYHED FRA LO PLUS**

LO Plus lancerer nu HotelPlus, hvor alle medlemmer af LO Plus og deres familie tilbydes miniferie på mere end 100 attraktive hoteller eller kroer over hele landet til fantastiske priser.

Bo f.eks. 2 nætter, 2 personer i dobbeltværelse for kun 1.295 kr. inkl. morgenmad.

Prisen gælder hele året og er ikke sæsonafhængig. Se mere og book online på [hotelplus.dk](http://hotelplus.dk)

**NANNA XL:  
BLIV KLAR TIL EFTERÅRET**

Nanna XL sælger tøj i str. 42-56. NANNA XL er repræsenteret i hele Danmark og har landsdækkende bytteservice. LO Plus medlemmer får 9 % rabat på hele varesortimentet.

SPAR  
9%



**NANNA  
XL**



SPAR  
10%

**TIMARCO:  
MINDST 10 % RABAT**

Du får mindst 10 % rabat på hele Timarcos store sortiment! Nyt varemærke hos Timarco – Triumph Essence! Stort udvalg af kendte varemærker som Sloggi, Triumph, Björn Borg, Calvin Klein, Chantelle, Hanes, Calida, Abecita, Shockabsorber, Wonderbra mm.

Bestil direkte på [www.timarco.dk](http://www.timarco.dk). Log ind med kampagnekoden LODK for at få 10 % rabat.



# Falck



## FALCK: ER DIN BIL GÅET I STÅ?

Falck Autohjælp har over 400 rullende værksteder på vejene. Falck kommer med det samme. Så er dig og din familie hurtigt og sikkert videre.

**SPAR  
25%**

Tilbuddet gælder kun nye kunder hos Falck og kun det første år.

Ring til Falck på 70 13 14 18 eller læs mere på [loplus.dk/falck](http://loplus.dk/falck)

## DANSKE KROER & HOTELLER: ROMANTISK CHAMPAGNEOPHOLD HOS CLASSIC HOTELS – 9%

Classic Hotels er på trods af navnet ingen traditionel hotelkæde. Det er 28 individuelt ejede kroer og hoteller, der er lidt udover det sædvanlige. Så når I skal forkæle jer selv, så finder I ikke skønnere steder.

### Tilbud:

- 1 overnatning
- 3-retters middag
- Morgenmad
- 1 flaske Champagne Deutz pr. værelse.

Pris 998 kr. pr. person i delt dobbeltværelse.

Læs mere på [www.krohotel.dk/loplus](http://www.krohotel.dk/loplus)

**SPAR  
9%**



## PRAKTISKE OPLYSNINGER

- 1** Har du mistet dit medlemskort til FOA – og dermed også dit LO Plus rabatkort - kan du genbestille et kort på tlf. 70 10 20 60 eller på [www.loplus.dk/genbestillkort](http://www.loplus.dk/genbestillkort).
- 2** På [loplus.dk](http://loplus.dk) kan du få overblik over alle de steder, hvor du kan få rabat. Der er mere end 1.500 steder i Danmark.
- 3** Tilmeld dig nyhedsbrevet fra LO Plus på [loplus.dk](http://loplus.dk) og få tilbud direkte i din mailboks.
- 4** Læs mere om LO Plus Guld kort på [loplus-guld kort.dk](http://loplus-guld kort.dk) Et medlems-, rabat- og betalingskort i ét uden årsgebyr.

## Fravalgte du efterlønsordningen?

Hvis du har valgt ikke at betale efterlønsbidrag, kan du måske fortryde dit fravalg og alligevel få ret til at gå på efterløn.

### Du får lidt mindre

Bliver du tilmeldt fortrydelsesordningen, vil du få mindre i efterløn og mindre i skattefri

### Din udbetalingsmeddelelse

kan ses på hjemmesiden [foa.dk/udbetalingsmeddelelse](http://foa.dk/udbetalingsmeddelelse) Du bliver bedt om at logge dig ind først.

### 20. november

kan du udfylde næste ydelseskort på web a-kassens hjemmeside.

### NemID

Husk at du nu kan bruge dit NemID på [foa.dk](http://foa.dk) – herunder også i web a-kassen. Hvis du ikke har et NemID i forvejen, kan du bestille et på [nemid.nu](http://nemid.nu)

### Nyt job?

Find dit nye job på FOA Job via [foa.dk/akassen](http://foa.dk/akassen)

### Ring 46 97 10 10

– hvis du har brug for hjælp uden for a-kassens normale åbningstid. Callcenteret har åbent alle hverdage kl. 16-20.

### Jobsøgningskema

Du kan nu printe et jobsøgningskema fra [foa.dk/A-kasse/Raadighed-jobsoegning](http://foa.dk/A-kasse/Raadighed-jobsoegning)

præmie end efter den ordinære efterlønsordning.

Efterlønsatsen nedsættes med 2 procent af den højeste dagpengesats for hvert hele år, du mangler at betale efterlønsbidrag i forhold til den ordinære efterlønsordning. Hvis du opfylder 2-årsreglen og har optjent timer til den skattefrie præmie, nedsættes præmien med 4 procent for hvert hele år, du mangler at betale efterlønsbidrag i forhold til den ordinære efterlønsordning.

### Betingelser

For at opnå ret til efterløn efter fortrydelsesordningen skal disse betingelser være opfyldt:

- Du er født den 1. juli 1960 eller senere.
  - Hvis du er født før den 1. januar 1973, skal du have været medlem af en a-kasse uafbrudt fra den 1. januar 1997.
  - Hvis du er født den 1. januar 1973 eller senere, skal du have været medlem af en a-kasse uafbrudt fra din 24-årsdag.
  - Du skal skriftligt melde dig til ordningen senest på din 47-årsdag.
  - Du skal betale efterlønsbidrag i mindst 15 år.
  - Du må ikke kunne opnå ret til efterløn inden folkepensionsalderen efter den ordinære efterlønsordning.
- Bemærk at hvis du er født i

perioden 1. juli 1963–31. december 1970, kan du være omfattet af en regel, der giver en karenperiode på 2 år, hvor du ikke kan betale efterlønsbidrag.

Reglerne er indviklede. Hvis du har brug for hjælp til at træffe dit valg, er du naturligvis meget velkommen til at kontakte os. ★

### [Bag om ordet]

Du opfylder 2-årsreglen, hvis du fortsætter med at arbejde i mindst 2 år efter, at du har fået dit efterlønsbevis og har mindst 3.120 arbejdstimer i den periode.



på [www.foa.dk/a-kasse/efterloen](http://www.foa.dk/a-kasse/efterloen)



### A-kassens callcenter – en udvidet service til dig

Hvis du har brug for at kontakte a-kassen uden for normal åbningstid, kan du ringe til vores **callcenter på telefon 46 97 10 10**. Vi har åbent mandag til fredag kl. 16-20. Her kan du få hjælp, når du har brug for det. På FOAs hjemmeside – [www.foa.dk](http://www.foa.dk) – kan du finde svar på de spørgsmål, der oftest stilles til a-kassen.

## Halvårserklæring

Er du på efterløn og på halvårserklæring? Så løber den næste periode fra mandag den

18. april til søndag den 23. oktober 2011. Du kan sende din halvårserklæring ind fra

den 28. oktober til den 10. november 2011.



# Intelligent brandsikring af familien med døgnovervågning fra kontrolcentral

Dansikring Directs brandalarm er til dig, der gerne vil sikre familien mod brand. Røgdetektorerne i systemet bliver automatisk forbundet til hinanden og udgør på den måde en effektiv alarmkæde.

Hvis en detektor registrerer røg, giver den straks besked til de øvrige detektorer i andre værelser, så alle slår alarm samtidig. Detektorerne alarmerer med både stemmemeddelelse og hyletone, og alle i hjemmet bliver hurtigt klar over, hvor der er registreret røg. En alarm-

operatør vil straks kontakte dig pr. telefon og systemet adviserer dig samtidigt via sms og e-mail. Du har endvidere mulighed for at rekvirere vægterudrykning, hvis du har behov for dette.



## Brandsikringsabonnement - kun 49,- kr./md.

Abonnement på kr. 49,- pr. måned dækker GSM-opkobling til Dansikring Directs egen kontrolcentral, 24-timers signalovervågning, advisering via alarmoperatør og sms/e-mail ved alarm, samt adgang til Mine Sider, hvor du kan administrere systemet online. Installationspris for brandalarm med 2 røgdetektorer, kr. 995,-

Få mere at vide på telefon 80 20 50 50 eller [www.dansikring-direct.dk](http://www.dansikring-direct.dk)

Vi forstår at passe på dig



# Medlemspulsen

Medlemspulsvindere i oktober var:

## Kroophold:

- Mette Schurmann, Agervej 16, 8700 Horsens

## Gavekort:

- Ruth Sørensen, Møllegade 80, 6400 Sønderborg
- Pia Hansen, Kilden 1, 5500 Middelfart
- Anette Muf, Ege Allé 62, 8600 Silkeborg
- Britta Antonsen, Viborgvej 47, 7470 Karup J
- Ellis Ann-Brit Petersen, Tordenskjoldsgade 32, 2. tv. 1055 København K



Vi har mange dagvagter i hjemmeplejen og søger derfor;

- **Sosu-hjælpere**

Ring til os allerede i dag for at høre mere om dine muligheder.

☎ **39 69 10 89**

[www.personalegruppen.dk](http://www.personalegruppen.dk)

## DET ER ALDRIG FOR SENT AT BLIVE PÆDAGOG

*- OG HAR DU ERFARING OG UDDANNELSE  
INDEN FOR DET PÆDAGOGISKE OMRÅDE,  
ER DER GODE MULIGHEDER FOR AT FÅ  
MERIT OG FORKORTE DIN STUDIETID.*



University College  
Sjælland

**STUDIESTART FEBRUAR 2012**

[WWW.UCSJ.DK/MERIT](http://WWW.UCSJ.DK/MERIT)

**GRATIS  
INFLUENZA-  
VACCINATION  
2011**



### Beskyt mod influenza

Fra 1. oktober er influenzavaccination gratis for personer, der er fyldt 65 år og personer med kronisk sygdom fx diabetes eller KOL. Sundhedsstyrelsen anbefaler vaccination, fordi ældre og kronisk syge er i øget risiko for at blive alvorligt syge af influenza. Vaccinationen er gratis frem til 31. december 2011.

### Nedsæt risikoen

Vaccinationen nedsætter risikoen for at få influenza. Hvis man alligevel bliver smittet, bliver sygdommen mindre alvorlig. Man kan ikke få influenza af at blive vaccineret.

### Sådan kan du hjælpe

Hvis du har klienter, der gerne vil vaccineres, er der flere muligheder i lokalområdet. De kan enten blive vaccineret hos egen læge eller bruge et af de tilbud, der står i lokalavisen. Har de svært ved at færdes ude, kan de som oftest blive vaccineret hjemme. Lægen eller kommunen kan svare på muligheden for at blive vaccineret hjemme.

Læs mere på [www.beskytdigmodinfluenza.dk](http://www.beskytdigmodinfluenza.dk)

Sundhedsstyrelsen

Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen**.  
I denne måned handler det om at lave mad med den ældste af de dyrkede grøntsager – kål.

## Månedens råvare: Kål



Kål er blevet spist helt tilbage i oldtiden, og det ældste ord for have på dansk er kålgård. Kål er billig og sund mad og kan spises på mange måder. Til rå salater skal den ikke snittes for groft. Friskt snittet kål er sprød og har en lidt bitter, fin smag. Den kan også marineres til f.eks. coleslaw

eller surkål, og så bliver den helt anderledes i smagen. Når kål lynsteges bevarer den sin sprødhed, og bliver den kogt længe, bliver den blød og mildere smagende. Kålen optager smag fra det fedt, den tilberedes med – f.eks. lammekød eller bacon.

### Kålpakker bagt med kartofler, ost, dild og tomatdip

- Til 4 personer eller 8 pakker.
- 1 stor savojkål, evt. 2 stk.
  - 750 g store, kogefaste kartofler
  - 250 g god fast komælksost
  - 1 bundt dild
  - salt og friskkværnet peber

#### Tomatdip:

- 2 dl god stærk tomatketchup
- ½ dl æbleeddike eller vineddike
- ½ dl vand
- ½ tsk. stødt cayennepeber eller paprika
- 1 fed hvidløg
- lidt salt og friskkværnet peber
- evt. lidt sukker
- Vask hænder.
- Sæt en stor gryde med vand over at koge med låg på.

- Fyld: Skræl kartoflerne og skær dem ud i pinde på størrelse med pomfritter. Kog kartoflerne ca. 5 min. i vandet. Tag dem op med en hulske og lad dem dryppe af i et dørslag.
- Skær oste i tern. Skyl dilden i koldt vand og fjern de groveste stilke. Bland kartofler med ost og dild og krydr med salt og peber.
- Løsn og skær 8-12 kålblade fri fra stokken. Kog kålbladene 3-4 min. i gryden, til de er bløde. Tag kålbladene op med en hulske og lad dem dryppe af i et dørslag. Dup bladene med et rent viskestykke. Skær lidt af den grove midterribbe bort.
- Læg store kålblade enkeltvist og de mindre to og to til 8 kålpakker. Krydr med salt og peber.

Læg 2 eller 3 store skefulde af kartoffelblanding på hvert kålblad og pak sammen til en pakke. Læg dem i et ovnfast fad med sammenføjningerne nedad. Hæld 2 dl vand i bunden af fadet.

- Dæk fadet til med låg eller sølvfolie. Sæt midt i ovnen og tænd på 200 grader. Bag ca. 40 min. til pakkerne er gennemvarme og kartoflerne møre. Stik med en kødnål eller spids kniv.
- Tomatdip (kan serveres kold eller lun): Rør tomatketchup, eddike, vand, cayennepeber eller paprika og knust hvidløg sammen. Lun evt. forsigtigt i en gryde. Smag til med salt, peber og evt. lidt sukker. Servér kålpakker med tomatdip og evt. brød.



Af Katrine Klinken ★ foto: Thomas Hergaard

## mad med klinken



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



foto: Colourbox

### Brug det hele op

Oftentimes har man ekstra grøntsager som f.eks. et par stængler bladselleri og en halv peberfrugt. Mange klassiske danske retter som f.eks. biksemad laves af løg og kartofler, men det er godt at tilsætte f.eks. bladselleri, pastinak eller guleros. Kartoffelsuppe har også godt af andre grøntsager – det giver ekstra smag. Grøntsagsrester kan også laves til en portion af den italienske minestrone-suppe. Kog den af ovnbagte tomater eller gode hele tomater på dåse og masser af fint snittede grøntsager.



foto: Colourbox

### Husk at vaske hænder

Man kan nemt sprede bakterier med hænderne. Vask derfor hænder før du går i gang med at lave mad. Det er bedst at lave en ting ad gangen – f.eks. skrælle kartofler med jord, vaske hænder og så ordne råt kød.

# det sker

## Holstebro

**Generalforsamling** og julehygge hos Vestenvinden 24. nov. kl. 19 i cafeteriet på Ulfborg Aktiv Center. Dagsorden ifølge lovene. *P.b.v. Vinca Bøg, formand*

## Horsens

**Juletræsfe** 4. dec. på Scandic Bygholm Park i Horsens. Der er mulighed for at købe billetter fra 3.-18. nov. 17. november er der ekstra åbent for salg af billetter fra kl. 17-19. Læs mere i FOA lokal nyt.

## Mariagerfjord

**SOSU Mariagerfjord** inviterer til årets store julefrokost 21. nov. kl. 18. i Mariagerfjord Golfklub. Der vil blive serveret god dansk traditionel julefrokost med efterfølgende kaffe og te. Sædvanen tro vil der være pakkespil, så husk derfor at medbringe en gave til maks. 25 kr. Drikkevarer er for egen regning. Sidste tilmelding er 11. nov. inden kl. 12 på 98 52 21 11. *FOA Hjælperklub/Assistent*

## Silkeborg-Skanderborg

**Afdelingens** juletræsfe for medlemmer 11. dec. kl. 14-16 i Lunden,

Vestergade, Silkeborg. Der vil være juleunderholdning og dans om juletræet. Til børnene er der sodavand og godteposer. Der serveres kaffe/te og julekager. Billetter á 30 kr. skal købes i afdelingen senest 2. dec.

**Pensionsrådgivning Silkeborg.** Som en service for medlemmerne vil en pensionsrådgiver fra PenSam være til rådighed for medlemmerne på FOA Kontoret, Dalgasgade 24, Silkeborg 28. nov. kl. 9.30-14.30.

Hvis du ønsker at tale med vejlederen, kan du træffe aftale om tidspunkt på 46 97 20 20.

**Pensionsrådgivning Skanderborg.** Som en service for medlemmerne vil en pensionsrådgiver fra PenSam være at træffe på vores kontor i Skanderborg 17. nov. kl. 14.30-15.30. Hvis du ønsker en samtale, kan det aftales på 44 39 33 31.

**Datalogikken.** FOAs tastue er åben torsdage i ulige uger kl. 17-20. Åbningsaftener 10/11 og 24/11. Vi ser frem til nogle hyggelige aftener. Vi har altid småkager og kaffe på kanden. De sidste 2 aftener inden jul serverer vi gløgg og æbleskiver.

**Seniorklubben** afholder

julehygge med bankospil 24. nov. kl. 13 i FOA Huset, Dalgasgade 24, Silkeborg. Medlemspris: 30 kr. Husk pakke til 125 kr.

## Skive

**Seniorklubben** holder julefrokost 24. nov. kl. 12 i FOAs mødelokale, Jægervej 12, Skive. Pris: 125 kr. Husk sidste tilmelding 18. nov.

## Sønderjylland

### Julemarked i Hamburg.

Alle vores medlemmer og familie inviteres på en fornøjelig tur 1. og 3. dec. Afgang fra FOA Sønderjylland kl. 9.30 og hjemkomst kl. 22 – begge datoer. Pris pr. medlem: 150 kr., ikke-medlemmer: 180 kr. Der er mulighed for et 'havnecruise'. Pris: 100 kr. pr. person som betales ekstra sammen med turens billetpris. Betaling på konto: 5362-355 999. Husk at meddele os hvis du vil med på 'havnecruise' ved tilmelding samt navn, cpr nr. og hvilken af de to datoer, du ønsker at melde til. Der er et begrænset antal pladser – så først til mølle-principet gælder her. Seneste tilmelding 14. nov. Hobbyudstilling 5. og 6. nov. fra kl. 10-16, begge da-

toer. Kom og få inspiration til at udfordre din kreativitet.

**Seniorklub.** Traditionel julefrokost holdes på Harmonien i Haderslev 25. nov. kl. 13 – tilmelding til afdelingen på 46 97 35 00 senest 18. nov. Juleafslutning 8. dec. kl. 14 i FOAs mødelokale. Tilmelding til afdelingen på 46 97 35 00 senest 2. dec. Da vores midler ikke er steget, men udgifterne stiger, vil der fremover blive opkrævet 20 kr. for kaffe for medlemmer og 30 kr. for ikke-medlemmer. *Venlig hilsen Hans Erik Mørch, næstformand*

## Odense

**Seniorgruppe Y.** 4. nov. kl. 17-23 hygger vi os med lidt smørrebrød, ser billeder og snakker om turen. Har du ikke været med, er du også velkommen til at deltage. Øl og vand kan købes a 10 kr. Ønsker man vin /snaps, kan det medbringes. Det foregår i den store sal på Vesterbro 120. 8. nov. kl. 10-ca. 12.30 skal vi besøge Fynsværket og se, hvordan vores affald bliver behandlet, og om vi er gode nok til at sortere det hjemme. Vi får rundvisning og kaffe

med småkager. Du skal selv sørge for transport. Vi mødes ved PORT 1. *Tango for 2* 10. nov. kl. 14-16. Forfatter og foredragsholder Lotte Rømer kommer og fortæller om problemer med høreudsættelse og de gener, det medfører. I pausen serveres kaffe med kage – det foregår i den store sal på FOA, Vesterbro 120. Juletur til Berlin 24.-27. nov. Vi kører fra Dannebrogsgade kl. 8.30, der bliver et ophold ved Fleggaard, så der kan handles. Vi forventer at være hjemme igen sidst på dagen 27. nov. For at turen gennemføres, skal der være min. 35 og maks. 52 deltagere. Program for turen fik I sammen med folderen. FOA-julefrokosten 5. og 6. dec. For at spare på de store portoudgifter sender FOA ikke brev ud til medlemmerne. Læs næste FOA-blad ang. julefrokost. Det foregår i den store sal på FOA Vesterbro 120. Vi starter det nye år med nytårskur 10. jan. 2012 kl. 10-7 *Hilsen gruppe Y, Inge Egeberg 40 71 12 05*

**Seniorgruppe D.** 2. nov. kl.14 fortæller Lotte Rømer om *Hvad så – det med hørelsen* – på 117 måder på Vesterbro 120. 10. nov. kom-

mer 2 x *Villy*, underholdning på harmonika. Kom og vær med til en hyggelig eftermiddag i Tolbodgade 5-7. Tønning, en dejlig gammel fiskerby, besøger vi 26. nov. Kl. 9 kører vi mod grænsen og gør ophold ved Fleggaard, inden turen fortsætter direkte til Tønning, hvor vi skal opleve julemarkedet i det berømte pakhús. Der bliver rig lejlighed til at se de mange spændende boder og måske gå en tur i den hyggelige by. På vejen hjem, efter vi har passeret grænsen, serveres en 2-retters menu på en hyggelig restaurant. Vi er i Odense igen ca. kl. 21. Husk pas og euro. Pris inkl. tur og middag: 225 kr. Tilmelding senest 10. nov. P-pladsen Ålække Allé/Rugårdsvej. Julehyggemøde 8. dec. kl. 14, hvor klubben giver gløgg og æbleskiver. Vi synger et par af de gamle julesalmer og hygger os sammen i Tolbodgade 5-7. Ønskes programmet for efteråret 2011 som e-mail, så send en mail til sonja\_knud@webspeed.dk *Hilsen Gruppe D*

## Svendborg

**Juletræsfe** 1. dec. kl. 17 og 6. dec. kl. 17 i Tved Forsamlingshus.

## FOA-afdelinger

**FOA – Fag og Arbejde**  
Staunings Plads 1-3  
1790 København V.

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

**Kontortid:**  
Mandag-torsdag: 8:30-16:00  
Fredag: 8:30-15:00

### FOA-afdelinger:

**Afd. 1:** 46 97 11 00  
foa1@foa.dk  
**Bornholm:** 46 97 33 13  
bornholm@foa.dk  
**Brønderslev:** 46 97 10 30  
broenderslev@foa.dk  
**Esbjerg:** 76 10 93 50  
esbjerg@foa.dk  
**Frederikshavn:** 46 97 11 70  
frederikshavn@foa.dk  
**Frederikssund:** 46 97 12 00  
frederikssund@foa.dk  
**Guldborgsund:** 46 97 17 50  
guldborgsund@foa.dk  
**Herning:** 46 97 12 60  
herning@foa.dk  
**Hjørring:** 46 97 13 46  
hjoerring@foa.dk

**Holbæk:** 46 97 14 00  
holbaek@foa.dk  
**Holstebro:** 46 97 14 14  
holstebro@foa.dk  
**Horsens:** 46 97 14 55  
horsens@foa.dk  
**Kolding:** 46 97 15 76  
kolding@foa.dk  
**KLS:** 46 97 15 00  
kls@foa.dk  
**Køge:** 46 97 16 00  
koege@foa.dk  
**Lillebælt:** 46 97 36 10  
lillebaelt@foa.dk  
**LFS:** 35 44 45 46  
lfs@lfs.dk  
**Lolland:** 46 97 30 00  
lolland@foa.dk

**Mariagerfjord:** 98 51 21 11  
mariagerfjord@foa.dk  
**Midtsjælland:** 46 97 19 70  
midtsjaelland@foa.dk  
**Nordsjælland:** 46 97 33 90  
nordsj@foa.dk  
**Nordvestsjælland:** 46 97 14 77  
nordvestsj@foa.dk  
**Odense:** 46 97 18 00  
odense@foa.dk  
**Randers:** 46 97 19 00  
randers@foa.dk  
**Roskilde:** 46 97 19 90  
roskilde@foa.dk  
**Silkeborg-Skanderborg:**  
46 97 20 20  
silkeborg-skanderborg@foa.dk

Afdelingen vil traditionen tro invitere medlemmer sammen med deres familie til juletræsfest. Til børnene er der 1 godtepose, 1 børnemenu samt 1 sodavand eller juice. Til de voksne 1 platte og 1 øl eller vand. Kom og vær med! Billetter købes i FOA Svendborgs bogholderi. Pris pr. barn: 35 kr. og pr. voksen: 90 kr. Juletræsfest 1. dec. Tilmelding senest 23. nov. Juletræsfest 6. dec. Tilmelding senest 28. nov. Der er mulighed for, at store børn kan bestille platte og samtidig få godtepose. Man betaler så voksenpris. Maks. 150 pladser pr. aften. *Venlig hilsen kulturpolitisk udvalg, Kirsten Dybro Korf*

## Frederikssund

**Seniorklubben.** Traditionen tro slutter året med vores hyggelige julefrokost med efterfølgende lotteri og en lille overraskelse 14. dec. kl. 12. Pris: 200 kr. for lækker mad, en øl/vand/snaps. Sidste bindende tilmelding er 16. nov. Der betales til kassereren på et forudgående møde.

## Nordsjælland

**Fælles sektortur** 7. november kl. 17 til Politi-

museet. Vi bliver guidet rundt af tidligere politibetjente, der både fortæller om politiets historie og egne oplevelser fra deres tid i korpset. Udstillingerne er fordelt på to etager. På den ene beskrives politiets historie fra 1683 og frem til i dag. Anden etage huser Kriminalmuseet, der er opdelt i fire tema-rum: Efterforskning, drab, prostitution samt indbrud og forfalskning. Vi kører i bus fra afdelingen kl. 17.00 og rundvisningen starter kl. 18.00 og varer ca. 2 timer. Vi forventer at være tilbage i Hillerød ved 21-tiden. Undervejs vil der blive serveret sandwich og vand. Tilmeld dig på hjemmesiden – begrænset antal pladser. *Pva. de tre sektorer FOA Nordsjælland*

**Tema-aften** i social og sundhedssektoren den 28. november kl. 19.00 i vores lokaler i Hillerød: Når to bliver til én – om sorg i sorgen. Vi tænker, at det er naturligt at dø, når man er gammel. Imidlertid ved vi, at det at miste sin ægtefælle er så stort et tab, at det regnes for en af de mest sorgfyldte forandringer, et menneske kan opleve. Fra Palliativ Videncenter kommer

projektleder Jorit Tellerov og fortæller om projektet "Når to bliver til én". Efter foredraget vil hver deltager modtage bogen "Når to bliver til én". Tilmeld dig på [foanordsjaelland.dk](http://foanordsjaelland.dk)  
**Juletræsfest.** Afdelingen har igen i år den glæde at invitere vores medlemmer og deres familie til juletræsfest i Frederiksborghallen 4. dec. kl. 13.30-17. Billetter kan købes på afdelingens hjemmeside, [foanordsjaelland.dk](http://foanordsjaelland.dk) 7.-24. nov. Billetter sælges også i afdelingen, Frederiksværksgade 10, Hillerød i samme periode. Pris for voksne: 65 kr. – børn: 60 kr.

## Roskilde

**Afdelingen** afholder i lighed med tidligere år julebørneteater 2. dec. kl. 15. Arrangementet er gratis for FOAs medlemmer og deres familie. Der gives også i år tilskud til deltagelse i Julemærkemarchen 3. dec. med start kl. 8. Læs mere i afdelingsblad nr. 5/2011 og på afdelingens hjemmeside, [foa-roskilde.dk](http://foa-roskilde.dk). Tilmelding til afdelingskontoret.

## Midtsjælland

**Generalforsamling** 9.

nov. Fyraftensmøde om *Kroppen snakker* 24. nov. Temadag for Teknik- og Servicesektor-medlemmer om konflikthåndtering 28. nov. Læs mere om arrangementerne på hjemmesiden.

**Efterløns- og seniorklubben i Slagelse** har julefrokost 30. nov. Der serveres øl, vand og snaps. Pris for medlemmer: 150 kr. og for ledsager: 200 kr. Husk en julegave til 25 kr. Tilmelding til afdelingen på 46 97 19 70 eller på: [midtsjaelland@foa.dk](mailto:midtsjaelland@foa.dk) senest 15. nov.

**Efterløns- og seniorklubben i Ringsted** har julefrokost 8. dec. kl. 13.

## Guldborgsund

**Seniorklub.** 16. november kl.13.30 kommer der en og fortæller om vine, og der vil være gode smagsprøver. Der bliver serveret brød, kiks og oste. 50 kr. pr. person. Tilmelding senest 8. nov. til seniorklubben. Vi holder vores årlige julefrokost 7. dec. kl. 12.30 i Kikkobar. Tilmelding senest 24. nov. til seniorklubben. *Venlig hilsen Jette Jacobsen, formand*

**Forsideillustration:**  
Jørgen True



Medlem af  
Danske Specialmedier



Tilsluttet Specialmediernes  
Mediekontrol

**Oplag:** 212.085/2. årgang  
**Tryk:** Color Print A/S  
**ISSN:** 1901-0222

**Redaktionen sluttet:**  
21. oktober

**Indlæg til 'det sker'**  
sendes til både Dorthe Møller, [dorm@foa.dk](mailto:dorm@foa.dk) og Mark Nixon, [mlix@foa.dk](mailto:mlix@foa.dk)  
**Frist** til januar-nummeret:  
24. november

**Annoncer:**  
DANSK MEDIAFORSYNING  
Telefon: 70 22 40 88  
[www.dmfnet.dk](http://www.dmfnet.dk)

**Annoncefrist:**  
December-nummeret:  
10. november

**Næste nummer** udkommer  
1. december

**Udgiver:**

**FOA**  
FAG OG ARBEJDE

Stauings Plads 1-3  
1790 København V  
Telefon: 46 97 26 26  
Telefax: 46 97 22 90  
[www.foa.dk](http://www.foa.dk) · e-mail: [foa@foa.dk](mailto:foa@foa.dk)



**Dit fagblad i fire versioner**

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

Der er en version til hver af FOAs fire sektorer: På forsiden øverst til venstre står der, hvilken version af bladet der er tale om. Hvis du får en forkert version af bladet, så giv besked til din lokale FOA-afdeling.

**Skive:** 46 97 20 80  
[skive@foa.dk](mailto:skive@foa.dk)

**Social- og Sundhedsafdelingen**  
[sosu@foa.dk](mailto:sosu@foa.dk) 46 97 22 22

**Svendborg:** 46 97 27 27  
[svendborg@foa.dk](mailto:svendborg@foa.dk)

**Sydsjælland:** 46 97 28 00  
[sydsj@foa.dk](mailto:sydsj@foa.dk)

**Sønderborg:** 46 97 34 00  
[soenderborg@foa.dk](mailto:soenderborg@foa.dk)

**Sønderjylland:** 46 97 35 00  
[soenderjylland@foa.dk](mailto:soenderjylland@foa.dk)

**Thisted-Morsø:** 46 97 29 00  
[thistedmorsoe@foa.dk](mailto:thistedmorsoe@foa.dk)

**Varde:** 75 21 01 00  
[varde@foa.dk](mailto:varde@foa.dk)

**Vejle:** 75 82 52 88  
[vejle@foa.dk](mailto:vejle@foa.dk)

**Viborg:** 46 97 30 30  
[viborg@foa.dk](mailto:viborg@foa.dk)

**Aalborg:** 46 97 31 31  
[aalborg@foa.dk](mailto:aalborg@foa.dk)

**Århus:** 89 36 66 66  
[aarhus@foa.dk](mailto:aarhus@foa.dk)

**Lokalkontor i Odder:** 86 55 21 40

**PMF-afdelinger:**

**PMF afd. 1:** 46 97 31 01  
[pmf-afd1@foa.dk](mailto:pmf-afd1@foa.dk)

**PMF afd. 4:** 43 71 66 90  
[pmf-afd4@foa.dk](mailto:pmf-afd4@foa.dk)

**FOA/PMF Kbh. Syd:** 46 97 28 50

[kbhsyd@foa.dk](mailto:kbhsyd@foa.dk)

**PMF Fyn:** 46 97 13 13

[pmffyn@foa.dk](mailto:pmffyn@foa.dk)

**PenSam**

Jørgen Knudsens Vej 2  
Postboks 282  
3520 Farum

**Telefon:** 44 39 39 39

**Telefax:** 44 39 39 40  
[pensam.dk](mailto:pensam.dk)

# quizen

## Kan du dit fagblad?

Vær med i lodtrækningen om et **gavekort** til CoopDanmark 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](mailto:brevkasse@foa.dk) senest **den 14. november**. Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Du kan også besvare quizen online på [foa.dk/quiz](http://foa.dk/quiz)

Vinder af quizen i Fagbladet FOA nr. 10 blev **Pia Banck, Charlottenlund**.

**1. Holbæk Kommune regner med at spare 5-10 procent om året på driften af Plejecentret Kastaniely ved at ...**

- A. Få personalet til at droppe kaffepauser
- B. Sende plejecentret i udbud
- C. Sænke sygefraværet

**2. Ifølge sociolog og kønsforsker Kenn Warming vil mænd, der arbejder i kvindefag ...**

- A. Ses som 'Rigtige mænd'
- B. Helst slippe for at danse til julefrokosten
- C. Forflytte beboerne uden hjælpemidler



**3. Norske børnehaver, som har mindst 20 procent mænd ansat, har fået ...**

- A. Mere udstyr på legepladsen
- B. Ekstra økonomisk støtte
- C. Specialdesignede toiletter

**4. Tina Hoeg Rossen har fået anerkendt astma som en arbejdsskade. Astmaen blev udløst af ...**

- A. Skrappe rengøringsmidler
- B. Passiv rygning på arbejdspladsen
- C. Skimmelsvamp efter vand-skade

**5. I 'Spørg løs' kan du i denne måned få svar på, om deltidsansatte har ret til ...**

- A. Ekstra omsorgsdage
- B. En powernap
- C. En spisepause

**6. Hvor mange af landets kommuner vil konkurrenceudsætte de store velfærdsområder?**

- A. 5 procent
- B. 16 procent
- C. 20 procent

**7. I denne måned bringer vi et portræt af sundhedsminister Astrid Krag, der tidligere har arbejdet som ...**

- A. Pædagogmedhjælper og hjemmehjælper
- B. Jord- og betonarbejder
- C. Handicaphjælper

**8. I denne måned er det kål, der får en kærlig behandling af Klinken. Kål kan anbefales, fordi det ...**

- A. Letter tarmene for overskydende luft
- B. Er sundt og billigt
- C. Er kilde til f-vitaminer



**9. Vi er gået tæt på et af billederne i dette nummer af Fagbladet FOA. Kan du se, hvad det forestiller?**

- A. Måneformørkelse
- B. Korthåret mands isse
- C. Udsnit af Emil Nolde-maleri



### Det sker i november

**2. november**

Årsmøde i Pædagogisk Sektor på Nyborg Strand.

**7. november**

Dialogmøde om social- og sundhedsassistenternes faglige ståsted på Scandic Copenhagen.

**20. november**

Ydelseskort kan indsendes til a-kassen.

**24. november**

Konference om 'Patientinvolvering og fælles beslutningstagen' på Scandic Copenhagen. Arrangør: Dansk Selskab for Patient-sikkerhed.

 **Læs mere**  
.....

på [patientsikkerhed.dk](http://patientsikkerhed.dk)

# MAN LIGGER SOM MAN HAR LÅNT



**DYR FINANSIERING**

**BILLIGT FORDELSLÅN\***

## Et af Danmarks billigste forbrugslån

Er du kunde i PenSam eller medlem af FOA, kan du få et af Danmarks billigste forbrugslån og slippe for de hurtige lån i butikkerne, som ender med at blive rigtig dyre.

Og har du allerede finansieret den nye seng, fladskærm eller vaskemaskine med et dyrt lån, så ring til os og få det ud af verden. Vi ordner det hele over telefonen. Nemmere og billigere bliver det ikke!

Ring nu på  
**44 39 39 39**  
og lån billigere  
– eller SMS fordelslån  
til 1919 så ringer vi dig op  
[Pensam.dk/bank](http://Pensam.dk/bank)

\* Et Fordelslån forudsætter en PenSam Bank Lønkonto, som du kan oprette kvit og frit

**PenSam**  **BANK**

Spar op til 33% - på populære modeller til arbejde og fritid!

praxis®  
... gør din dag behagelig

### Softshell-jakker

Super smarte jakker med mange detaljer. Bl.a fleecefor, vandtætte lynlåse og aftagelig hætte i en funktionel og slidstærk strækkelighed. Jakken er åndbar, vind- og vandafvisende og kan bruges hele året. - Et virkeligt kvalitetsprodukt, som lige nu sælges til en pris langt under hvad en tilsvarende jakke i denne kvalitet koster.



**Model 21224**  
Unisex softshell-jakke  
Farve: Sort - rød - marine  
Str. XS - 4XL  
(sort XL er på lager i uge 50)  
**kr. 499,-**

**Model 21225**  
Dame softshell-jakke  
Figursyet for perfekt pasform  
Farve: Sort - rød - marine  
Str. XS - 4XL  
(sort 4XL er på lager i uge 50)  
**kr. 499,-**

2 stk.  
softshell jakker  
Kun kr. 800,-



### 3-i-1 sæt - Til alt slags vejr

Et 3-delt sæt til arbejde og fritid i meget høj kvalitet og udført i et praktisk design med mange detaljer. Yderjakken er helforet og inderjakke er i varme-/kuldeisolerende fleece, som kan tages af yderjakken og bruges som en selvstændig jakke. Kort og godt tre kvalitetsprodukter i et og samme sæt, som klæder dig på fra top til tå, når du skal ud i regn, blæst eller kulde. Fåes i dame og herre model.



Sætpris  
Jakke + buks kun  
**kr. 799,-**



**Model 21221**  
Unisex 3-i-1 jakke  
Farve: Sort  
Str. XS - 4XL

**Nu kun kr. 699,-**  
Normalpris kr. 849,-

**Model 21222**  
Dame 3-i-1 jakke  
Farve: Sort - rød  
Str. XS - 4XL

**Nu kun kr. 699,-**  
Normalpris kr. 849,-

**Model 21223**  
Unisex overtræksbuks  
Farve: Sort  
Str. XS - 4XL

**Nu kun kr. 249,-**  
Normalpris kr. 349,-

Bestil dine julegaver til familien eller dine ansatte i god tid og spar mange penge.

Miks som du vil! - Du kan frit vælge mellem alle varerne på siden og får selvfølgelig rabat på alt - bare du bestiller minimum 2 dele i alt. Tilbudet gælder til 20.12.2011. og du har fuld retur- og bytteret indtil 07.01.2012.

Bestil og se hele kollektionen på 97 12 82 82 eller [www.praxiswear.dk](http://www.praxiswear.dk)

Praxis  
Hammershusvej 16 i  
DK-7400 Herning