



FAGBLADET FOA

**LÆGEVAGT-
BILEN KØRER
UDEN LÆGER**

SIDE 6

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

SIDE 8

DE STØRSTE STJERNESTUNDER

JUL PÅ JOBDET

SIDE 27



Ønsker du at tjene ekstra

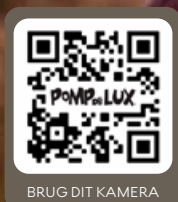
– til ferier og oplevelser?

Bliv fritidskonsulent og sælg børnetøj sammen
med POMPdeLUX.

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

Læs mere her:

pomdelux.com/da-dk/join



POMP_{DE}LUX



INDHOLD

SNAPSHOT
**GENNEM ILD OG
VAND MED UNGE**
SIDE 16

FOKUS
SNOTNÆSERNE
ER TILBAGE
PÅ ARBEJDE
SIDE 8



DET VIRKER
HAN HAR FÅET
NYT Udstyr TIL
ELBILBRANDE
SIDE 26



- 4 Chefredaktørens leder**
- 6 Fag og fremtid**
Lægevagtbilen, der kører uden læger
- 8 FOKUS Syg på arbejde**
Efter corona er snotnæserne tilbage på jobbet
- 14 Formandens klumme & debat**
- 16 Snapshot**
Brandmand hiver unge med udfordringer med på øvelse
- 20 Fagligt talt**
- 22 Brug FOA**
Nanna fik tilkendt godtgørelse efter overfald på jobbet
- 24 Kend din ret**
Sundhedsordning i PenSam
- 26 Det virker**
Gammel snekanon har fået solid makeover – nu sættes den ind mod brande i elbiler
- 27 INDBLIK Jul på jobbet**
Minder fra julevakterne
- 34 Kollegakram**
- 35 Tæt på**
Så mange ønsker Arne-pension
- 36 A-kassen**
Frister for at indsende kort i 2023
- 37 Mad på farten**
- 39 Min vej**
Den helt rigtige beslutning at arbejde med børn
- 40 Det sker**
- 42 Quiz**

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

KARINA JENSEN
AMBULANCEBEHANDLER – OG 'STATIONENS GERTRUD SAND'

FOA

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

HØJTIDENS HELTE GØR DET IGEN

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

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

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

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

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

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

Gitte Hejberg
GITTE HEJBERG
ANSV. CHEFREDAKTØR

”

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



@GITTEHEJBERG

&

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

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

HVAD MENER DU?

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

AF ALLAN WAHLERS
OG JOHANNE HVIID LANGE



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

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



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

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



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



Bilka

ANNONCE

Business

SALG TIL ERHVERV OG INSTITUTIONER

Køb alt ét sted til Bilka priser

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

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



Scan koden
og læs mere

Bilka
100% Danskejet

salling group

En lægefri lægevagtbil

Siden 1. oktober i år har paramedicinere i Region Sjælland kørt lægevagtbil alene om natten. En spændende og fagligt krævende arbejdsopgave, men med et par børnesygdomme, lyder dommen fra paramediciner Peter Højer.

AF IDA ØSTERLUND | FOTO: PER RASMUSSEN

GLADE PATIENTER

Via eHospitalet kan patienter – ofte borgere i antibiotikabehandling – slippe for flere uger i en hospitalsseng.

I stedet kommer paramediciner Peter Højer og kollegerne forbi hjemme hos borgeren og giver medicin og laver målinger. Og generelt er patienterne glade. "De beskriver selv, at de sover bedre hjemme end på et sygehus, og søvn og ro er jo virkelig essentielt for syge," siger Peter Højer.

En lægevagtbil uden en læge fysisk til stede er blevet en realitet i Region Sjælland, hvor paramediciner Peter Højer arbejder. Siden 1. oktober 2022 har han kørt lægevagtbil alene om natten – dog med en læge i røret.

"Det er en fagligt stor og spændende opgave, og vi har mere ansvar end normalt, blandt andet fordi vi har mere medicin med," siger Peter Højer.

Han er ansat hos Præhospitalet Center i Region Sjælland, hvor de tager imod opgaver fra eHospitalet – et regionalt koncept, hvor patienter kan indlægges i eget hjem. Om dagen hjælper han sygeplejerskerne, når de har travlt med hjemmebesøg hos patienter.

"Vi laver blodtryksmålinger, antibiotikabehandling, tager venøse blodprøver, CRP og urinstix, pulsmålinger og et hjertekardiogram, hvis det er nødvendigt. På sigt skal vi paramedicinere også kunne lægge kateter og ultralydsscanner," siger han.

Fra klokken 16 overgår paramedicinerne til lægevagtenheden, og frem til klokken 22 kører de med en læge. Fra

klokken 22 er Peter, hvis han har nattevagten, ene mand i lægevagtbilen med en koordinerende læge over telefonen.

Skal lette pres på sygehus

Selve eHospitalet, hvor patienter har kunnet komme i kontakt med lægen på digital vis, har eksisteret i mange år. Men det er først fra i år, at hjemmeindlæggelser er blevet en mulighed, og at paramedicinerne har fået den rolle, de har i dag.

Initiativet er sat i værk for at lette preset på regionens sygehuse, og indtil videre ser det ud til at fungere efter hensigten.

"Jeg kan i hvert fald mærke, at der løbende er kommet flere hjemmeindlæggelser," siger Peter Højer, som siden april har arbejdet på regionens Præhospitale Vurderingsenhed. Før det har han kørt almindelig ambulance under Falck.

"Der er ingen tvivl om, at vi bringer vores faglighed mere i spil på eHospitalet. I en ambulance kan man altid sige, at man kører på sygehuset, og så finder de ud af resten. Det sker ikke her. Her skal vi selv finde hoved og hale i patientens tilstand og udføre behandlingen."



Startvanskeligheder

Fordi hele ordningen er ny, har den stadig et par børnesygdomme, synes Peter Højer. For eksempel har systemerne svært ved at tale sammen.

Paramedicinerne kan ikke tilgå oplysninger om patienterne, og den koordinerende læge kan ikke se, hvor lægevagtbilen befinder sig.

Det er lidt bøvel, siger Peter Højer, men der bliver arbejdet på en løsning, ved han.

”Jeg er ansat i Ringsted, hvor vag-

ten starter, men vi skal hente lægen i Køge eller Slagelse og aflevere der også. Men hvorfor kommer lægen ikke bare til Ringsted? Det gør, at vi har en times mindre behandling til patienterne. Det giver lidt gnidninger, og det er super-ærgeligt.”

Han drømmer om, at de får løst problemet inden længe, og at paramedicinerne får mere medbestemmelse over driften af eHospitalet. ★ IDBO@FOA.DK

Generelt føler paramedicinerne sig trygge ved at køre lægevagtbil alene om natten. ”Men vi ved jo aldrig, hvad vi kommer ud til. Så vi ved ikke, om patienten har nogle psykiske lidelser, der gør, at vi bør være opmærksomme eller måske endda have politiet med. Og der er det selvfølgelig mere trygt at være to,” siger Peter Højer.

39%

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

KILDE: SUNDHEDSSTYRELSENS
UNDERSØGELSE, NOV. 2022



SNOTNÆSER PÅ ARBEJDE

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

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

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

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

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

har negligeret symptomer som ømhed i kroppen og løbende næse.

Vil ikke belaste kolleger

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

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

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



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

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

Efterlyser præcis definition

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

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

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

55 %

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

KILDE: SUNDHEDSSTYRELSENS
UNDERSØGELSE, NOV. 2022

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

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

Frygt for at blive fyret

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

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

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

30 %

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

KILDE: SUNDHEDSSTYRELSENS
UNDERSØGELSE, NOV. 2022





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

En sygt svær grænse

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

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

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

Casper Nielsen er pædagogisk leder af Københavns Kommunes fritidsordning

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

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

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

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





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

CASPER NIELSEN
PÆDAGOGISK LEDER



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

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

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

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

Ikke som corona

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

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

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

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

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

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

Vil gerne aflaste kolleger

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

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

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



GUIDE 5 RÅD TIL HÅNDTERING AF SYGEFRAVÆR

1. Et fælles anliggende

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

2. Tal om retningslinjer i god tid

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

3. Medarbejdernes rolle

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

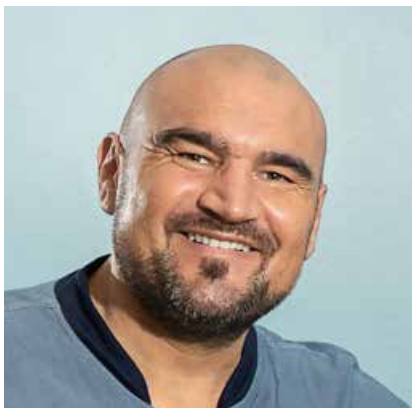
4. Tydelig ledelse

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

5. Forkølet ledelse

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

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



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

Zacharias Gregers Hvidkjær
Husassistent på plejehjem
Odense Kommune

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

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

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



VI ER TILBAGE VED DE GAMLE VANER

Heidi Holst Knudsen
Social- og sundhedshjælper
Vordingborg Kommune

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

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

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

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



JEG SIGER: 'BURDE DU IKKE GÅ HJEM?'

Bettina Liv Boraso
Serviceassistent i psykiatrien
Region Sjælland

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

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

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

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

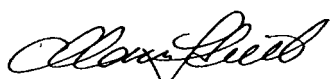
DET ER NU, DER SKAL RYKKE PÅ LØNNEN

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

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

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

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


MONA STRIIB
FORMAND

”

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



@STRIIBMONA

HVAD
MENER
DU?



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

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

Hanne J. Staals kommentar til opslaget:



Hanne J. Staal

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

Synes godt om Svar

HANNE J. STAAL

DET LUGTER AF NØDLØSNING

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



ANDRE SKREV OM SAMME OPSLAG

22. NOVEMBER

Dorte Hansen

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

22. NOVEMBER

Dorte Sanderhoff Pedersen

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



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



Gennem ild og vand

Brandmand Kasper Elvstrøm var en rød som teenager.
Et brandmandsforløb satte ham dog på rette kurs.
En kurs, han nu hjælper udfordrede unge med at finde.

TEKST OG FOTO: SIMON JEPPESEN



ILD OG VAND. ”Luk op for førsteslangen for fanden,” råber Josephine, mens flammerne buldrer foran. Marie er 1’er, strålefører, i bekæmpelsen af ilden: ”Jeg synes altså ikke, det er så rart,” siger hun.

”Mia er lige bag ved dig,” beroliger instruktøren, brandmand Kasper Elvstrøm.

”Må hun godt holde mig i hånden?” spørger Marie.

Kasper siger nej. Pigerne går mod ilden, Kasper følger Marie og har en beroligende hånd på hendes skulder.

Seks unge piger fra Vejle er brandmænd i en uge. Det sker i projektet ’Gennem ild og vand’, hvor SSP i et samarbejde med lærere fra folkeskolen udvælger unge, der for eksempel har behov for et boost af selvtilliden, til en uge i uniform med ild, vand, røg og smadrede biler på Vejle Brandstation og Sydøstjyllands Brandvæsens øvelsesplads.

Pigerne er 13-15 år, og Kasper Elvstrøm var selv 15, da han var på sådan et forløb: ”Jeg var skoletræt. Jeg kunne ikke med mine lærere,” fortæller han. Kaspers forældre var blevet skilt, og han havde mistet kontakten til sin far:

”Min far fik en ny familie, og jeg følte, der ikke var plads til mig. Jeg følte, at han havde fravalgt mig.”

Han blev klassens meget forstyrrende klovn. Han skjulte, at han manglede selvtillid og ikke havde det godt, fortæller han i dag.

Ild og vand-forløbet gjorde en forskel for Kasper. Han fortsatte i Ungdomsbrandkorpset, og efter 10. klasse blev han uddannet brandmand og personvognsmekaniker. Han er i dag ansvarlig for Vejle Brandvæsens køretøjer. Han arbejder nu som instruktør i ild og vand-forløbet:

”Jeg håber på at kunne gøre det samme for dem, som det dengang blev gjort for mig.”

En af de unge, Cecilie, fortæller: ”Jeg har det svært i skolen – det bliver ikke lettere af, at jeg er ordblind. Her skal vi lave en masse opgaver, som vi slet ikke er forberedt på. Jeg synes, jeg har fået mere selvtillid af at være her. Det er sjovt, men hårdt.”

Og det skal være hårdt, siger Kasper Elvstrøm:

”De skal være fuldstændigt rundt på gulvet. Vi presser dem, stresser dem og flytter deres grænser. Det er hele essensen. Vi vil gerne udvikle de unge.” ★ REDAKTIONEN@FOA.DK



BRANDMAND TILKNYTTET STATION VEJLE

Kasper Elvstrøm · 25 år
Uddannet brandmand og
personvognsmekaniker.

Arbejder som brandmand, er ansvarlig for køretøjerne i Vejle Brandvæsen, er instruktør for Ungdomsbrandkorpset og i forløbet ’Gennem ild og vand’.





Marie er 1'er – det vil sige, at hun er strålefører. Hun er meget utryg, så Kasper Elvstrøm støtter hende.

En bil splittes ad for at få en 'tilskadekommen' ud. Bilens bærende konstruktion er klippet over, og taget løftes af.

VI ER EN DEL AF LØSNINGEN

FAGLIGT TALT | Alle faggrupper i Teknik- og Servicesektoren påvirker klimaet gennem deres opgaver og aktiviteter. Mange har i årevis haft fokus på forbrug og på at begrænse det. Det gælder naturligvis særligt jer på overenskomsten for teknisk service, der arbejder på kommunale institutioner. Mange tiltag er blevet taget for at reducere forbruget af varme, el og vand.

Reduce, reuse and recycle – begræns, genbrug og recirkuler – skal tænkes ind i alle facetter af livet – og i dette tilfælde arbejdslivet. Renovering er langt bedre og mindre belastende end nybyggeri, men det skal gøres klogt, og ressourcerne skal anvendes der, hvor de giver mest effekt. Ny teknologi, digitalisering og standardisering er redskaber, som kommunerne i stigende omfang vil gøre brug af. Det kan være en fordel for dig og dine kolleger, men kan også være en trussel mod faget og jobbet. Det er en kerneopgave for FOA at sikre medlemmerne de rette kompetencer til fremtidens arbejdsmarked. Her bliver kompetenceudvikling til bæredygtig drift afgørende og derfor også en opgave, vi løbende skal vende tilbage til.

Det kræver viden og omtanke at udvise klimavenlig adfærd. Som teknisk servicepersonale har I kontakt med mange mennesker og kan derfor spille en central rolle i at formidle de relevante klimatiltag, som du, din ledelse eller kommune har besluttet på din institution. Vi har få år til at nedbringe vores CO₂-udslip til et niveau, som kloden kan tåle. Så det er vores generationer, der har ansvaret, men det er politikerne, der skal gå forrest og være modige, handlekraftige og ansvarsbevidste. ★


REINER BURGWALD
SEKTORFORMAND

”

**SOM TEKNISK SERVICE-
PERSONALE HAR I
KONTAKT MED MANGE
MENNESKER OG KAN
DERFOR SPILLE EN
CENTRAL ROLLE I AT
FORMIDLE DE RELE-
VANTE KLIMATILTAG.**



REBOO1@FOA.DK



KORT
OG
GODT

29

døgn. Så længe varede branden i Studstrupværket nord for Aarhus. Branden startede 22. september 2022, og først 20. oktober fik beredskabet bugt med flammerne. Der blev ifølge TV 2 brugt 15.143 arbejdstimer i alt.

KILDE: EKSTRA BLADET



FOTO: COLOURBOX

DYGTIGT PERSONALE GUIDER I REDNING

12 procent af alle hjertestoppatienter sidste år fik stød med en hjertestarter, før ambulancen nåede frem. Det viser nye tal fra Dansk Hjertestopregister. Det skyldes blandt andet et dygtigt og vejledende personale på landets vagtcentraler, at flere overlever i dag, mener Dansk Råd for Genoplivning.

KILDE: BEREDSKABSINFO.DK



FOTO: PR

Nyt ambulanceselskab stiftet

3. november så DAFS – Dansk Ambulancefagligt Selskab – dagens lys ved en stiftende generalforsamling. Selskabet, som er stiftet af 3F og FOA, skal blandt andet inspirere til faglig udvikling, styrke netværket og synliggøre ambulancepersonalets indsats i sundhedsdebatten.

”Regionerne mangler et sted at spørge, hvordan ambulancefolkene mener, at faget skal udvikles, og vi ambulancefolk mangler en indgang til de danske regioner, så vi kan præge dem,” siger paramedicinen Morten Kelsen, som er en af initiativtagerne bag selskabet.

Selvom midlerne til selskabet kommer fra 3F og FOA, er selskabet uafhængigt af de to organisationer.

”Vi kan have vores egne holdninger, uagtet hvad 3F og FOA synes. Det er vigtigt, fordi vi skal lave helt frie og uafhængige anbefalinger, og det kan man ikke, hvis der står to fagforeninger og trækker i hver sin retning eller holder udviklingen tilbage,” siger Morten Kelsen.

& **Læs mere**
Dafs.dk

REDDEDE MAND OP FRA BRØND

Den Danske Redningsberedskabspris 2022 gik til 13 ansatte fra Nordjyllands Beredskab og Falck, som i maj 2021 udviste mod og kreativitet, da de reddede en tilskadekommen gårdejer op fra en 25 meter dyb brønd. En ung brandmand blev firet ned til gårdejeren, som stod i vand til brystet med flere knoglebrud og med fare for, at ilten slap op.

KILDE: NORDJYLLANDS BEREDSKAB

PTSD BLIVER ANERKENDT SOM ARBEJDSKADE

En dag i begyndelsen af november tikkede en besked ind i e-Boks hos brandmanden Jan Tørning. Efter 3,5 års sagsbehandlingstid fik han anerkendt den svære PTSD, som han er diagnosticeret med, som en arbejdsskade. Han er den første danske brandmand, der har fået PTSD anerkendt som en arbejdsskade hos Arbejds-markedets Erhvervssikring.

”

Jeg er meget lettet og glad for, at indsatsen lykkedes. Jeg er klar over de gener, der har været for naboerne, men scenariet kunne have været meget værre, hvis branden var stukket af.

KASPER SØNDERDAHL

BEREDSKABSDIREKTØR I ØSTJYLLANDS BRANDVÆSEN
om branden ved Studstrupværket i efteråret. Til TV2 Østjylland



IND OG UD IGEN MED DE UNGE

80 procent har – inden de fylder 30 år – været betalende medlem af en overenskomstbærende fagforening. Men kun 36 procent af de 30-årige er i dag medlem af et forbund under Fagbevægelsens Hovedorganisation.

KILDE: FAGBEVÆGELSENS HOVEDORGANISATION

”Det var ren overlevelse”

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

AF RASMUS HANDBERG | FOTO: HEIDI LUNDGAARD

KEND DIN RET

TIL ET SIKKERT ARBEJDSMILJØ

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



Læs mere
at.dk

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

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

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

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

Truede med kokkekniv

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

”Det bliver lidt sort for mig, men jeg får

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

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

”Adrenalin pumper, og jeg føler, jeg har overblikket. Men det er ren overlevelse. Da jeg er hjemme, og en kollega ringer og spørger til mig, knækker filmen fuldstændig,” siger Nanna, der bliver sygemeldt samme dag.

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

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

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

Angsten vokser

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

”

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

NANNA MADSEN
SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT

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

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

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

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

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

Region: Det var vores ansvar

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

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

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

236 MILLIONER KRONER TIL FOA- MEDLEMMER

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

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

MOBR@FOA.DK



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

FÅ HJÆLP TIL SUNDHED

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

AF ALEXANDER PILGAARD KJÆR | ILLUSTRATION: ISTOCK

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

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

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

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

1

FYSISK NEDSLIDNING

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

KILDE: PENSAM

2

PSYKISK NEDSLIDNING

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

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

3

HVEM ER OMFATTET?

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

4

SÅ MANGE BEHANDLINGER KAN DU FÅ

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

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

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

5

DU KAN FÅ HJÆLP TIL FLERE HÆNDELSER

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



SUNDHED I PENSAM

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



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

DEL DINE FIF

Har du et arbejdsredskab eller en metode, som virker på din arbejdsplads, så skriv til alwa@foa.dk.

Hvis vi bruger det i bladet, får du et gavekort på 250 kroner til Coop.



FOTO: TOBIAS STIDSEN

I CV I

Navn: Claus Skovby Olsen

Alder: 46 år

Arbejde: Beredskabsassistent ved Østjyllands Brandvæsen

BRANDE I ELBILER

Langt de fleste elbilbrande bliver håndteret som en normal bilbrand. Det er først et problem, hvis der går ild i batteriet, for så skal elbilen i vandbad i containeren i 48 timer. Ellers kan branden blusse op igen.

En elbilbrand er mere krævende, fordi den er varmere, flammerne er kraftigere, og der dannes hydrogenklorid, som er giftig røg. Derfor er der en anden procedure i forhold til de ansattes tøj. Masken skal beholdes på som det sidste, når udstyret skal af, fordi den giftige røg binder sig i tøjet.

GAMMEL SNEKANON SÆTTES IND MOD BRAND I ELBILER

Beredskabsassistent ved Østjyllands Brandvæsen Claus Skovby Olsen har som tidligere mekaniker brugt sin erfaring i en arbejdsgruppe, der har indkøbt nyt udstyr til at bekæmpe elbilbrande.

AF IDA ØSTERLUND

Hvilken type udstyr har I fået?

Vi har fået en container, som udover at fungere som vandbad til elbiler i brand også fungerer som en stor førstehjælpskasse. I containeren opbevarer vi alt det udstyr, vi kan få brug for ved en elbilbrand. Blandt andet en fjernstyret slukningsrobot, som er en ombygget snekanon. Den har larvefodder og et kamera. Derudover har vi et stort brandtæppe og to slukningsspyd.

Et slukningsspyd – hvordan det?

Det ene spyd er automatiseret og køres ind under bilen, hvor vi på otte meters afstand kan affyre spyddet op i batteriet og få vand op på den måde. Det andet spyd er manuelt med en tilkoblet brandslange, og med håndkraft spidder vi det

brændende batteri. Det kan for eksempel være på elbusser, hvor nogle batterier sidder på taget, så det automatiske spyd ikke kan bruges.

Hvordan kom det i stand?

Vi fik 2,7 millioner kroner fra Aarhus Kommunes Klimapulje til at skaffe en udstyrspakke til at bekæmpe elbilbrande, som der nok bliver flere af i fremtiden. Østjyllands Brandvæsen nedsatte så en arbejdsgruppe, hvor jeg som tidligere mekaniker var med. I arbejdsgruppen har vi hentet erfaring fra andre beredskaber, for eksempel i Oslo, Göteborg og Bergen og på den måde sammensat det udstyr, der gav mest mening for os. Jeg har også besøgt et østrigsk værksted for at se, hvordan et bilbatteri er opbygget.

Hvorfor er det smart?

For det første er det smart, at alt udstyret er samlet i én container, som vi kan tage med i én bil. For det andet er vi gået efter udstyr, som også kan bruges i det daglige beredskab. For eksempel kom vores slukningsrobot med på opgave på den store brand på Studstrupværket, dagen efter vi fik den. ★ ID50@FOA.DK



FOTO: TOBIAS STIDSEN

INDBLIK
JUL PÅ JOBBET

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



JUL PÅ



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

DEN DØENDE MANDS SIDSTE JUL

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

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

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

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

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

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

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



Therese Holgersen
Sosu-assistent

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

JOBDET



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

JULEN VARER LIGE TIL EID

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

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

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

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

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

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

"Men uden spiritus og fyrværkeri," tilføjer hun.

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

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

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

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

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

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

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

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



Gulnara Dokujeva

Køkkenmedarbejder

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

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

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

SØGNEHELLIGDAG ELLER EJ?

Sådan er reglerne for
for døgnområdet:

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

KILDE: FOA OVERENSKOMST, LIS SVANBERG

LIVETS VALG

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

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

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

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

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

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

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

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



**Lone Helligsø
Christoffersen**
Sosu-assistent

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

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

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

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

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

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

JULEN ER EN BALANCEAKT

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

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

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

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

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

For andre er det første gang.

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

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

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

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

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

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

”Vi forsøger at være stabile, når alt

andet er ustabil.

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

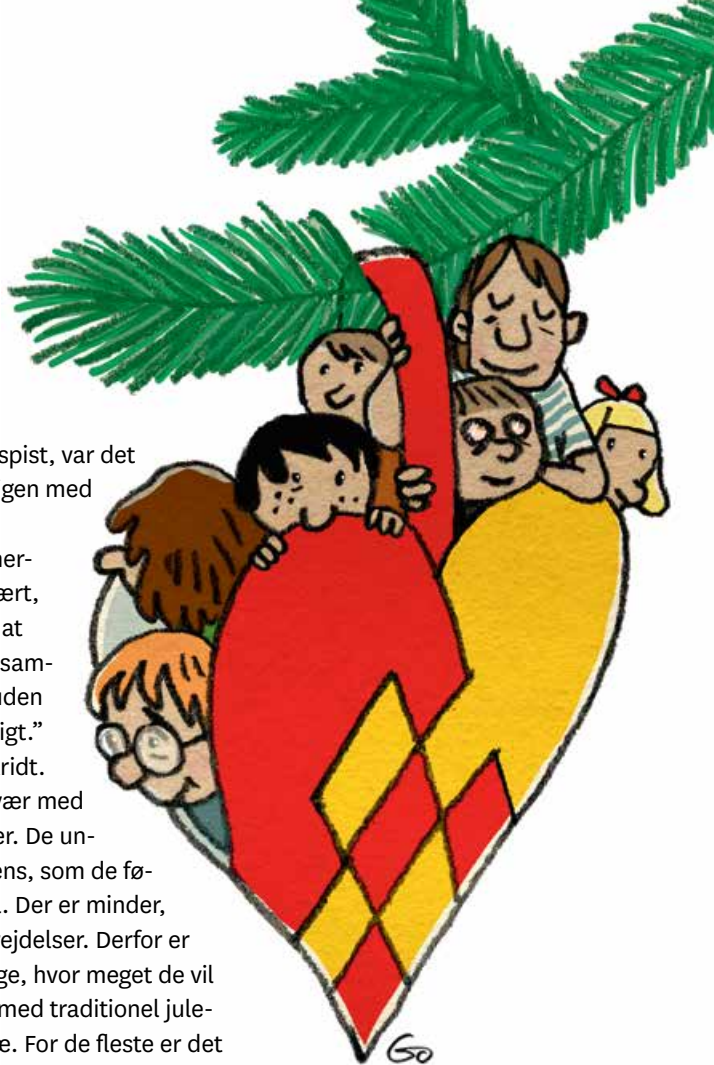
at mærke efter,” siger Maria Nielsen.

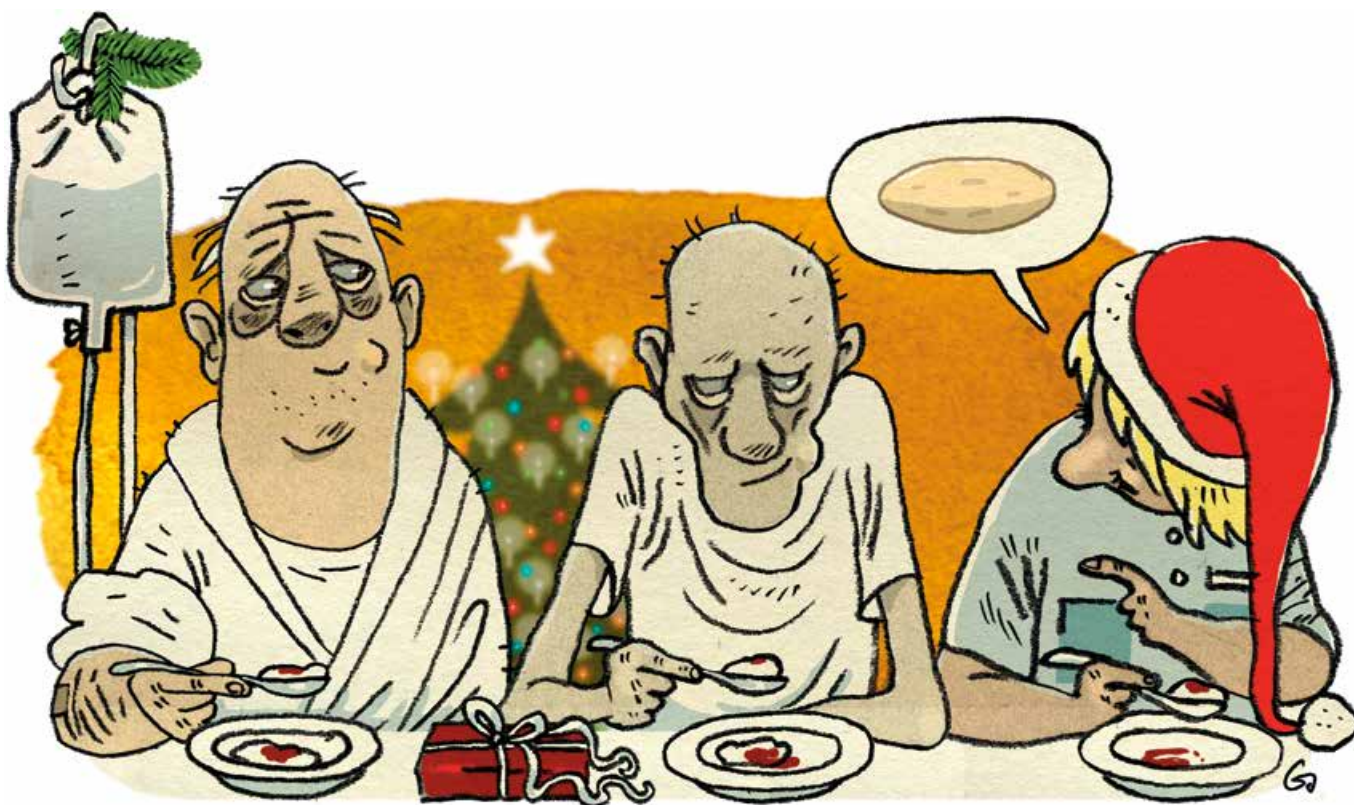
For hvor skulle de vide det fra, sagde én til hende. De kan vaske tøj og lave mad. Men de har ikke lært deres følelser at kende.

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



Maria Nielsen
Pædagog





LIDT EKSTRA JULEGLIMMER I HÅRET

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

har jo også en anderledes juleaften.”

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

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

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

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

Afdelingen har 24 pladser til midlertidige ophold. ★



Camilla Louise Egebjerg
Sosu-assistent

AMBULANCESTATIONENS GERTRUD SAND

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

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

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

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

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

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

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

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

Mange af patienterne i julen er fest-

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

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

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

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

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

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



Karina Jensen
Ambulance-
behandler



KOLLEGA KRAM



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

ANETTE CHRISTENSEN:

WINNIE TOG MIG UNDER SINE VINGER

AF MERETE NIELSEN | FOTO: JACOB NIELSEN

Hvorfor fortjener Winnie et kram?

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

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

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

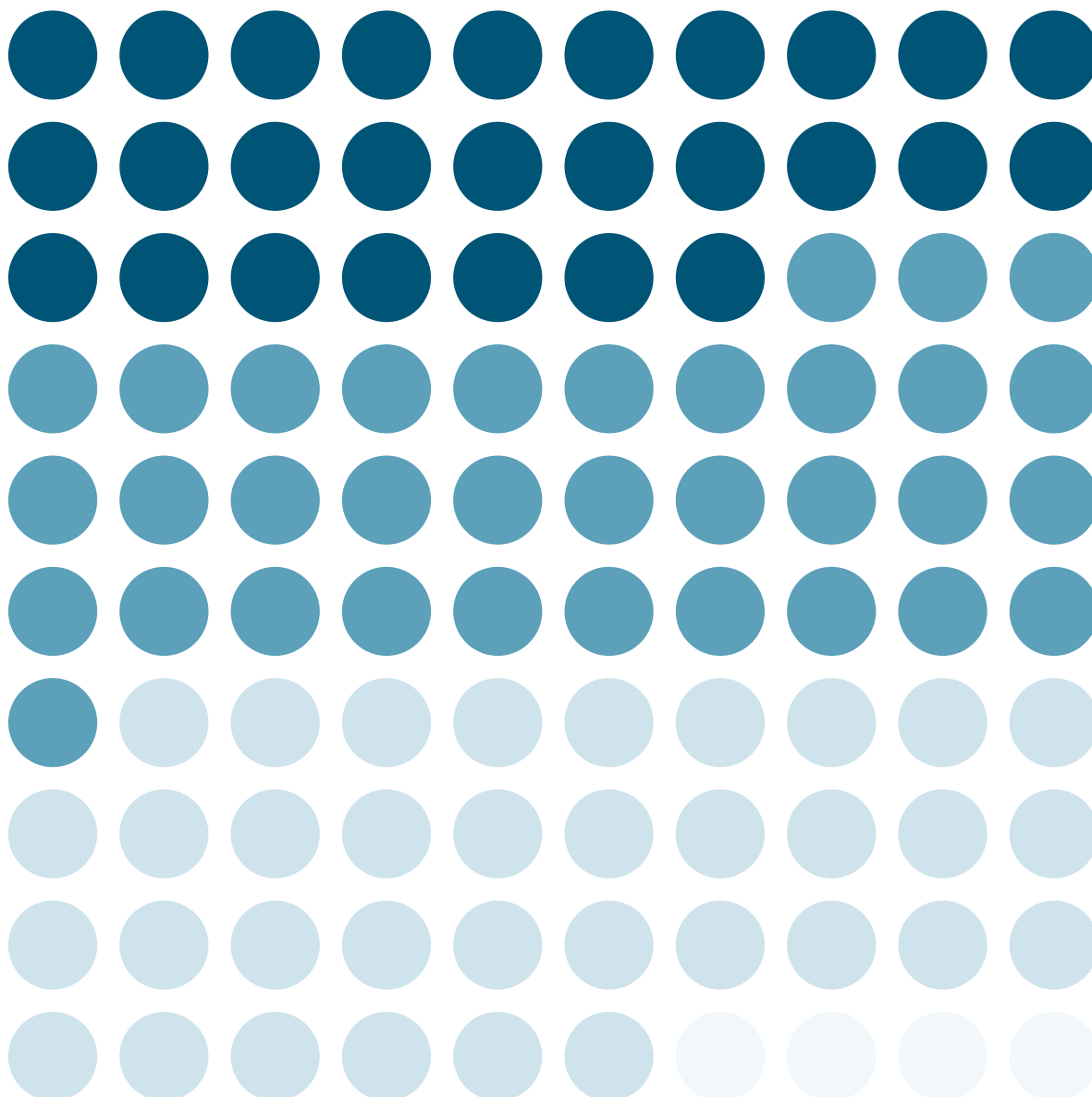


KRAMMET GÅR TIL

Winnie Holm
rengøringsassistent
og teamkoordinator

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

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



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

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

HUSK!**22. december**

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

Husk at udfylde din Joblog

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

Nyt job?

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

Digital post

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

A-KASSENS CALLCENTER – en udvidet service til dig

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

SE DATOER FOR AT INDSENDE KORT I 2023

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

AF METTE WIEDERHOLT PEDERSEN

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

INDSENDELSES DATOER 2023

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

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

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

Find flyer med datoer

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

Satser 2023

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

ATP eller ej?

Som efterlønnør bestemmer du selv, om du vil indbetale til din ATP-konto, når du går på efterløn. I 2022 betalte du 1,78 kroner pr. time i ATP – det svarer til 285 kroner for måneder med fuld efterløn som fuldtidsforsikret. Som deltidsforsikret var beløbet 231 kroner for måneder med fuld efterløn.

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

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

SPICY SANDWICH

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

AF KATRINE KLINKEN | FOTO: LINE FALCK



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



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



Sandwich med kotelet og pickles

2 stk.

1 flute eller 2 store sprøde boller

Lynpickles

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

Fyld

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

Sådan gør du

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

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

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

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



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

Benyt dit PlusKort, og få rabat på tøj og tilbehør

– se alle rabatterne på pluskort.dk

PlusSport.

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

Op til 35 %



PlusHerretøj.

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

4 %

TØJ | eksperten

PlusMode.

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

10 %



PlusFritid.

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

9 %



GODT UDSYR - BEDRE OPLEVELSER

PlusBriller.

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

5-20 %

Synoptik

PlusSport.

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

10 %



FOA PlusKort.



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



PÆDAGOGISK ASSISTENT YILDIZ ÜCLER:

JEG SKAL IKKE SIDDE PÅ KONTOR

AF ULLA ABILDTRUP | FOTO: JACOB NIELSEN

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

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

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

| CV |

2018-: Børnehuset Lyngholm

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

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

1992-1996: Sekretær på sprogskole og i et familiehushus

1989-1991: HG og teknisk assistentuddannelse

FREDERIKSSUND

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

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

**LILLEBÆLT
MIDDELFART**

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

MIDTJYLLAND

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

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

ODENSE

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

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

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

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

RANDERS

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

ROSKILDE

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

SYDFYN

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

SØNDERBORG

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

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

SØNDERJYLLAND

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

MEDLEMSPULSEN**Vindere i oktober 2022****Hovedpræmievinder**

Arnarke Magdalene P. Trans, FOA Vest

Gavekort til Coop

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

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

KONTAKT FOA

FOA, forbundshuset
Stauings Plads 1-3
1790 København V

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

FOA-afdelinger

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

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

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

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

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

VEST

Seniorklubben

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

Seniorklubben Varde.

9. jan. kl. 14: Bankospil med mange fine præmier i FOAs lokaler Ndr. Boulevard 78. Kaffe/brød 25 kr. Tilmelding senest 3. jan. til Anna Lise Nielsen på 30 66 01 75.

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

Seniorklubben Vejen.

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

I TVIVL OM DIN LØN?

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



foa.dk/loenmagasin

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

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

PMF-afdelinger

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

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

Redaktionen sluttet

1. december

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

Frist til nummer 1

3. januar

Frist til nummer 2

30. januar

Annoncer

Media-Partners

Telefon: 28 57 08 57

jorgen@media-partners.dk

Annoncefrist

Nummer 1

11. januar

Nummer 2

8. marts

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

Nummer 1 udkommer

Uge 7 2023

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

Vi tager ansvar for indholdet og er tilmeldt

PRESSE NÆVNET

Medlem af Danske Medier

DANSKE MEDIERS OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes Oplagskontrol

Oplag:

169.153/12. årgang
Tryk: Stibo Complete
ISSN: 1901-0230



Udgiver:

FOA

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

QUIZ



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

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

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

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

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

- A. 22 år
- B. 27 år
- C. 31 år

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

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



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

Hvad forestiller det?

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

KAN DU DIT FAGBLAD?

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

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

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

ANNONCE

STYRK FAGLIGHEDEN. DET BETALER SIG.

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

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

Find nærmeste VUC på www.vuc-erhverv.dk

VUC-ERHVERV
MERE END UDDANNELSE

Scan og
læs mere



Kompetence-
løft på alle
niveauer

FÅ MERE UD AF DIT FAGBLAD

Fagbladet FOA er meget mere end det trykte blad. Her kan du se, hvor du finder de mange historier – uanset om du er til papir, digitale løsninger eller sociale medier.

Du kan finde tidligere numre af Fagbladet FOA som e-magasin nederst i 'burger-menuen'.

FAGBLADETFOA.DK

Her finder du de seneste nyheder, nyhedsarkiv, temaer og kontaktinfo til redaktionen.



FACEBOOK

Her bringer vi dagligt nye artikler og inviterer til debat og kommentarer (i en god tone).



INSTAGRAM

Her er det især billeder og grafik, vi lokker med som små, lækre appetitvækkere.



HUSK!

Hver uge modtager du automatisk mail med Fagbladet FOAs nyhedsbrev. Tjek her om din mailadresse er korrekt: foa.dk/ret-personoplysninger





Kurser når det passer jer

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

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

