

Fagbladet **FOA**

7

GODE RÅD

til den alvorlige samtale

SIDE 35

tema:**GODT ARBEJDSMILJØ
ER MILLIARDER VÆRD**

Nu kan værdien beregnes

SIDE 26-33

**ANJA FIK
SMADRET RYGGEN**

FOA hjalp med at sikre fleksjobbevilling

SIDE 22

**KØKKENLØSE
SUPER-SYGEHUSE**

Kun to ud af syv står til at få eget køkken

SIDE 6

Rengøringsassistent Lis Bendsen fik nok

MIN FAGLIGE STOLTHED FORSVANDT

Klagerne vælter ind i Københavns
Kommune efter udlicitering

SIDE 11

Beskidte tricks

437 klager. Heraf mange klager med talrige underpunkter.

Det er klagehøsten fra 2013, efter Københavns Kommune har udliciteret rengøringen af blandt andet idrætsanlæg, haller og biblioteker til firmaet Alliance Plus.

Københavns Kommune prøver med yderst kreative regnestykker at få udliciteringen til at fremstå som en succes. Men Fagbladet FOA kan påvise, at arealerne fremstår møgbeskidte, og at det piner pligttopfyldende rengøringsassistenter at være presset til at efterlade støv på reolerne og kalk i badene.

Det er desværre langt fra første gang, at udlicitering medfører dalende kvalitet. Også inden for folkeskolen har elever og ansatte oplevet flere beskidte klasseværelser, toiletter og omklædningsrum, når de private aktører tager over.

Så meget desto mere undres man over, at Produktivitetskommissionen så entydigt anbefaler mere udlicitering af

rengøring. Tilmed har FOA for nylig dokumenteret, at to af kommissionens eksempler på succesfuld udlicitering fra Aarhus og Struer kommuner i virkeligheden var fiaskoer. Her blev firmaerne nemlig smidt på skoleporten efter misligholdelse. Nu gider vi ikke se flere uskønne alliancer og beskidte tricks. ★

Gitte Hejberg



Stolt-heden blev væk

Sjuskeriet blev for meget for Lis Bendsen, efter Alliance Plus havde overtaget rengørningen på hendes arbejdsplads.

Side 11



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

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



AD
ER

MEDICIN

Er du
knog-
le-
skør?



Sådan styrker
du dine knogler.

Side 42

Køkkenmedarbejderne på
sygehusene i Herning og Holste-
bro fik ændret planerne, så det
nye supersygehus i Gødstrup
alligevel får et køkken.

Side 6



Masser af ros

På Gentofte Hospi-
tal har køkkenmed-
arbejderne været på
kursus i at fortælle
om maden og lokke
patienterne til at
smage på den.

Side 16

tema
arbejds miljø

Spild for milliarder

Bedre forebyggelse
af problemer i arbejds-
miljøet kan hente
kæmpebeløb til
FOA-arbejdspladserne.

Side 26-33

I hvert nummer

Dennis K	14
Det virker	19
Fagligt talt	20
FOA hjælper	22
Spørg løs	24
7 skridt	35
Mad med Klinken	45
Quizzen	50

UDGIVER

FOA
FAG OG ARBEJDE

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

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

Signe Højgaard
journalist
siho@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 33

Sophie Holland
Journalist-praktikant
soho@foa.dk
Tlf.: 46 97 23 31

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

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

nyt

40

procent finder job efter dagpengeudløb. Det fremgår af en ny SFI-rapport, der belyser, hvad der er sket med de ledige, hvis dagpengeret udløb i foråret 2013.

Sosu'er er populære

Læger, politifolk og hjemmehjælpere er hårdtarbejdende, ansvarlige og nødvendige mennesker. Fagforeningsfolk, bankrådgivere og politikere rasler mod bunden på samme skala. Sådan lyder danskernes dom over faggrupper.

Kilde: Epinion-undersøgelse for analysebrevet DeFacto



Hvis man bare hovedløst begynder at konkurrenceudsætte alt, vil det føre til et voldsomt bureaukrati uden nødvendigvis de store gevinster.

CLAUS ØRUM MOGENSEN, KONTORCHEF I KL, TIL ÅLTINGET.DK



Foto: Michael Rasmussen Smith

Gravide au pairers vilkår i Danmark blev i efteråret sat på dagsordenen af Fagbladet FOA i en række artikler og tv-indslag. Journalisterne Tue Wettergren-Paltorp og Signe Højgaard har nu vundet den nystiftede O-pris for deres arbejde.



Læs mere

Læs temaet 'De forbudte børn'
www.foa.dk/forbudteboern

Skal personlig pleje udliciteres?

Tror du, man kan spare penge ved at udlicitere den personlige pleje. Og vil I benytte jer af det? FOA har spurgt fire borgmestre.



Thomas Andresen (V), Aabenraa

Trænger sig ikke på

Ja, jeg tror, der er penge at spare på det. Vi vil sikkert også i fremtiden benytte udlicitering, for vi kan ikke forsvare ikke at prøve at hive potentialet hjem. Men den personlige pleje er ikke det område, der trænger sig mest på.



Peter Sørensen (S), Horsens

Helt klart nej

Man kan ikke svare ja eller nej på, om udlicitering kan gøre det billigere. Men jeg kan svare helt klart nej til, at vi konkurrenceudsætter området. Kommunen har utroligt dygtige medarbejdere, og de udfører arbejdet til en billig pris.



Flemming Christiansen (K), Køge

Kan ikke udelukkes

Jeg ved ikke, om vi kan spare noget. Andre kan, men det er en følsom vej. Det vil være relevant for os at diskutere det i forbindelse med budgettet, og det kan ikke udelukkes, at vi tester en lille bid af det for at se, om kvaliteten kan holdes.



Winni Grosbøll (S), Bornholms Regionskommune

Tror ikke på det

Jeg tror ikke på, at der reelt kan spares noget, uden det går ud over kvaliteten. Under alle omstændigheder er det ikke noget, vi ønsker at gå ind i. Kerneydelser som personlig pleje og handikaphjælp ligger ganske udmærket her hos os i kommunen.

Flere kommuner ligestiller gravide

En del kommuner undlader at forlænge uddannelsesaftalerne for gravide elever. Men flere kommuner **sadler nu om**.

Af Merete Nielsen og Finn Danielsen ★ foto: Heidi Lundsgaard



Laila Moslund fra Svendborg er en af de sosu-elever, der bor i en kommune, hvor man som gravid ikke får forlænget sin uddannelsesaftale. **“Jeg blev meget overrasket, da jeg fik at vide, at der først bliver taget stilling til mit uddannelsesforløb, når min barsel er slut.”**

Måske er der nye tider på vej for elever, der får børn under deres uddannelse. I hvert fald har flere kommuner for nylig taget en principiel beslutning om at forlænge uddannelsesaftaler, hvor eleverne tidligere risikerede at blive sendt på barselsdagpenge. Det gælder København, Aalborg, Brøndby og senest Vallensbæk og Lyngby-Taarbæk.

Fagbladet FOA kender desuden til en række andre kommuner, hvor man overvejer sin nuværende fremgangsmåde.

“Folk skal have lov til at blive gravide. Det er ikke noget, man skal straffes for. Derfor har jeg det godt med, at vi nu laver vores praksis om,” siger borgmester i Lyngby-Taarbæk **Sofia Osmani** (K).

Kommunernes Landsforening (KL) og Undervisningsministeriet tolker uddannelsesaftalen forskelligt. Ifølge KL har gravide ikke krav på at få deres uddannelse forlænget, og det kan for voksen-

elever ifølge KL betyde en nedgang i indtægt på op til 4.000 kroner om måneden. Undervisningsministeriet mener derimod, at eleverne skal have forlænget deres aftale.

FOA vil fastholde presset

Sofia Osmani mener, at tvivlen om regelgrundlaget må komme eleverne til gode, men efterlyser en afklaring af konflikten.

“Der er klart behov for at finde ud af, hvad der er op og ned i loven. Med vores beslutning undgår vi at gøre noget, der måske senere viser sig at være en unødigt restriktiv fortolkning eller for hård behandling af eleverne.”

Nanna Højlund, forbundssekretær i FOA, er glad for, at endnu en kommune vælger at tolke lovgivningen til fordel for eleverne.

“Alt andet er helt urimeligt over for de gravide. Derfor vil vi i FOA fortsætte med at lægge pres på borgmestrene i de kommuner, som efter vores mening har en forkert praksis.” ★

men@foa.dk



Efter min mening er det i strid med principperne om ligestilling at skubbe unge gravide kvinder ud på et sidespor.

FRANK JENSEN, OVERBORG-MESTER I KØBENHAVN, PÅ FACEBOOK

Strid om elever

FOA har knap 30 sager med gravide elever, der ikke har fået forlænget deres uddannelsesaftale med kommunen. FOA går videre med sagerne, men der kan gå lang tid, før de bliver afgjort.

Kommunerne er splittet

Omkring halvdelen af kommunerne forlænger uddannelsesaftaler for gravide elever.

Kilder: FOAs afdelinger samt en rundspørge fra HK og FOA til borgmestrene i oktober 2013, hvor halvdelen har svaret.

Supersygehuse skal ikke selv lave mad

De nye supersygehuse skal være udstillingsvindue for dansk design og teknologi, men ikke for mad.

Af Ingrid Pedersen

Smuk arkitektur, enestuer og enestående placering i skøn natur, der styrker patientens restitution. Der mangler ikke noget, når regionerne præsenterer deres nye supersygehuse.

Det skulle da lige være bøf eller en delikat salat. Kun på to af sygehusene er det i øjeblikket helt sikkert, at der bliver indrettet køkkener, selv om eksperter regner maden som næsten lige så vigtig for helbredelsen som medicin.

Køkken er operationsstue

I både Aarhus og Hillerød diskuterer politikerne stadig, om de nye sygehuse skal have eget køkken.

“Vi håber selvfølgelig, at politikerne kommer til fornuft,” siger sektorformand **Steen Andersen**, der selv arbejder i køkkenet på det nuværende Hillerød Hospital.

I Aarhus siger projektdirektør **Frank Skriver Mikkelsen**, at der er afsat plads til et køkken på matriklen, men at man indtil videre har prioriteret operationsstuer over et køkken.

Det er til gengæld afgjort, at i Odense, Køge og på det psykiatriske sygehus i Slagelse skal der kun bygges modtagekøkkener.

Kompliceret kost

Formand for Region Midtjylland og Danske Regioner **Bent Hansen** mener ikke, supersygehusene kan fungere uden køkken.

“Jeg tror også, regionsrådet beslutter sig for et i Aarhus, for der stilles specielle krav til maden til syge mennesker,” siger han og tilføjer, at den komplicerede kost til syge ikke kan leveres udefra.

“Det kræver et højt fagligt niveau. Maden er en vigtig del af behandlingen, så derfor er eget køkken nødvendigt,” siger han. ★

ingrid@mediehusetrubrik.dk

2

ud af 7 nye supersygehuse får eget køkken. 3 får kun modtagekøkken, og 2 er endnu ikke afgjort.

Supersygehuse på vej

41,4 milliarder bruges frem til 2022 på at bygge 7 nye hospitaler i Gødstrup, Aarhus, Odense, Aalborg, Køge, Hillerød og Slagelse og ombygge 9 andre.

Kvalitetsfonden

Sygehusbyggerierne er støttet med 25,5 milliarder kroner fra Statens Kvalitetsfond. Resten finansieres af regionerne.



Læs mere

www.godtsygehusbyggeri.dk

Besparelser

Omkring 30 procent af de 73 milliarder, regionerne i dag bruger på at drive sygehuse, bruges på støttefunktioner som køkken, transport og rengøring. Moderne teknologi og intelligente byggerier forventes at give store besparelser her.

Maden er medicin

Køkkenpersonalet fik ændret planerne, så supersygehuset i Gødstrup alligevel får et køkken.

Af Ingrid Pedersen ★ foto: Niels Åge Skovbo

På sygehusene i Herning og Holstebro troede køkkenmedarbejderne, det var løgn, da de sidste sommer hørte, at det nye supersygehus i Gødstrup skulle bygges uden køkken. Økonoma Hanne Venne-





vold Sahl gik i gang med at overbevise politikerne om, at det var en helt forkert beslutning, og kollegerne bakkede op om hende.

“Jeg synes, det er en skrækelig tanke at bygge et sygehus til over tre milliarder kroner uden at lave et køkken,” siger husassistent **Maj-Britt Smedegaard**, der arbejder i køkkenet på Herning Sygehus.

Lokale delikatesser

Maj-Britt Smedegaard understreger, at masser af undersøgelser viser, at god mad er med til at få patienterne hurtigere ud af hospitalssengene.

“Gennem de senere år er der virkelig sket meget med sygehusmaden. Vi har været

på kurser og gør meget ud af tilsmagningen. Vi føler virkelig, at vores mad er med til at gøre folk hurtigere raske,” siger hun.

Et tomt køleskab

I sygehusets eget køkken kan de altid lave lækkerier til småtspisende patienter og særlige retter til allergikere. Patienter, der skal transporteres til undersøgelser på specialafdelinger i Aarhus, kan få en sandwich med under transporten.

“Hvis ældre patienter bliver udskrevet og kommer hjem til et tomt køleskab, kan vi også sørge for, at de får en lille madpakke med hjem. Det kan man jo ikke, hvis maden skal transporteres over stor afstand,” siger hun.

Møde med formanden

Personalet i de to køkkener skrev derfor straks et brev til regionsrådsformand Bent Hansen og hospitalsdirektør Henning Vestergaard. De blev inviteret til et møde og en forklaring på kostens betydning for syge mennesker. Efter mødet erklærede Bent Hansen, at sygehuset får et køkken, og at ernæringen er en del af behandlingen. ★

ingrid@mediehusetribrik.dk

“På godt jysk vil jeg kalde det en **‘tovlig’ beslutning**, at der ikke skulle være køkken. Heldigvis blev den lavet om,” siger husassistent Maj-Britt Smedegaard.

Sakset fra foa.dk

03.03. Erfaring fra udlandet giver højere løn

FOA-medlemmer skal være opmærksomme på, at man kan stige på lønskalaen, hvis man har dokumenteret arbejds erfaring fra andre EU-lande samt Norge og Island.

28.02. FOA'er frygter at miste jobbet

Næsten halvdelen af FOAs medlemmer er bekymret for at miste arbejdet. Det viser en ny undersøgelse.

28.02. Kommission lovpriser skræk-rengøring

To af eksemplerne på succesrig udlicitering af rengøring fra regeringens Produktivitetskommission holder ikke i virkeligheden. FOA anklager kommissionen for vildledning.

26.02. Får over 1,4 mio. efter arbejdsskade

Efter tre år gennem systemet har en sosu-assistent fået erstatning for en arbejdsskade, der har ført til, at hun ikke mere kan arbejde i sit fag.

25.02. Ansatte i plejefirma får ordnede forhold

FOA og det private plejefirma Clara Service har indgået en aftale, der skal sikre medarbejderne i virksomheden ordentlige arbejdsforhold. Det sker, efter at Fagbladet FOA har afsløret lovstridige ansættelsesforhold.

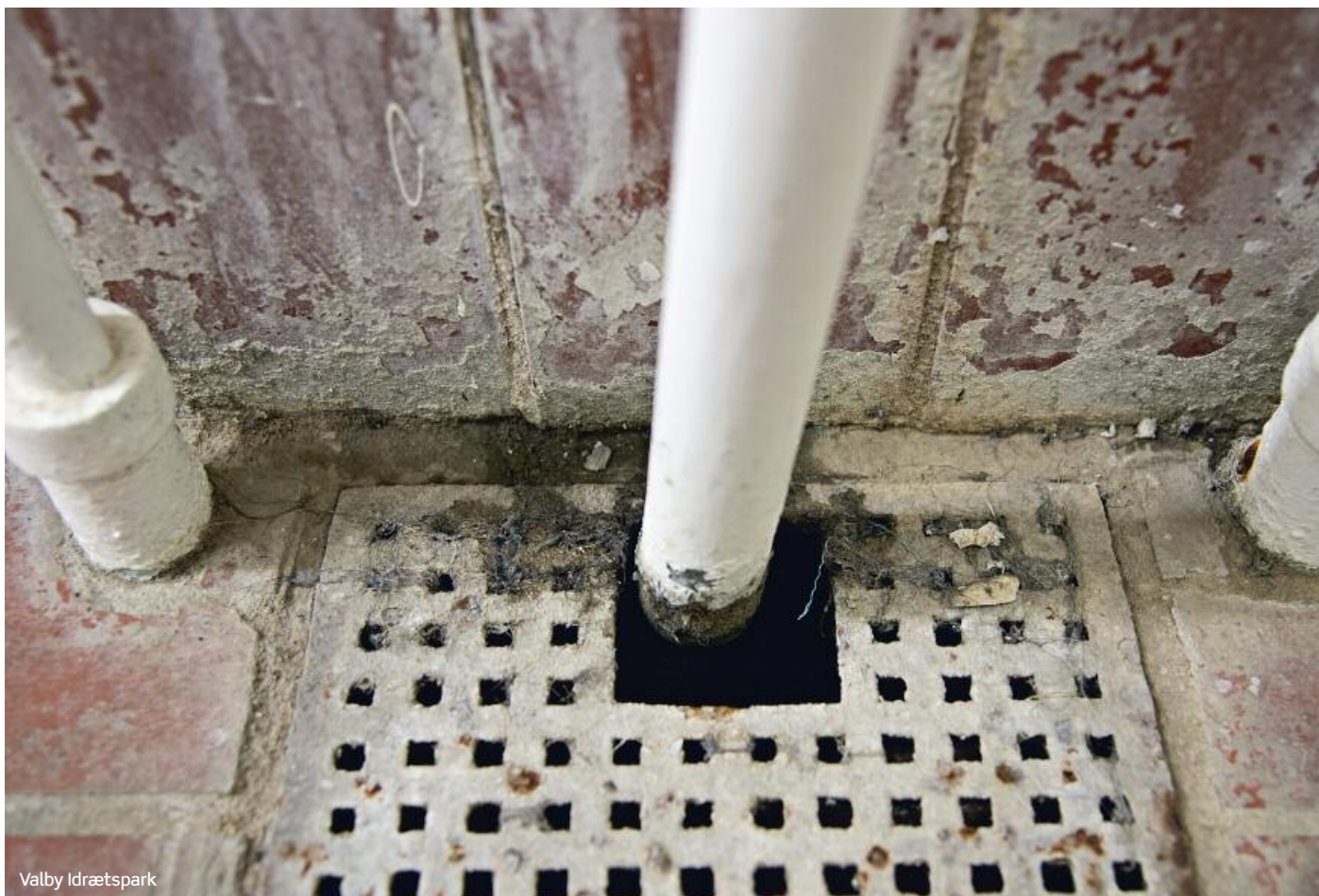
25.02. Sværere for ufaglærte at blive uddannet

Erhvervsuddannelsesreformen vil betyde, at færre voksne uddannede vil søge sosu-uddannelsen og PAU, mener FOA.

Læs flere nyheder på foa.dk



Kalk, støv og skidt hober sig op. Fagbladet FOA har taget billederne på tilfældige biblioteker og idrætsanlæg i Københavns Kommune.



437 klager efter udlicitering

Klagerne er væltet ind, efter **Alliance Plus** har overtaget rengøringen af idrætsanlæg og biblioteker i Københavns Kommune.

Af Sophie Holland ★ foto: Jørgen True

“Støvet ligger fortsat i tykke lag.”

”Der er igen, igen, igen ikke vasket gulv i Lysthuset i dag.”

Det er eksempler på to af de 437 klager, som institutionerne under Københavns Kultur- og Fritidsforvaltning har sendt til rengøringsfirmaet Alliance Plus i 2013. Klagerne indeholder alt fra ét enkelt klagepunkt til lange opremsninger over steder, der ikke har været gjort ordentligt rent i en periode. Det viser en opgørelse, som Fagbladet FOA har fået aktindsigt i.

Kort sagt møgbeskidt

Den 1. oktober 2012 blev rengøringen af Københavns Kommunes idrætsanlæg, svømme- og skøjtehallen, biblioteker, udstillingsbygninger og museer udliciteret til Danmarks tredjestørste rengøringsfirma, Alliance Plus.

Bjarne Pedersen repræsenterer brugerne på Østerbro Stadion som brugerbestyrelsesformand. Han oplever, at brugerne brokker sig over rengøringen og mener også selv, at kvaliteten er forringet.

“Kort sagt, så er her møgbeskidt. Da kommunen var arbejdsgiver, blev borde og stole flyttet, og så blev gulvet vasket. I dag vasker de rundt om uden at flytte noget.”

Hvad med sundheden?

Det er ikke kun i idrætshallerne, brugerne mærker en forandring. **Britt Jacobsen** er tillidsrepræsentant for bibliotekarerne på Sydhavn Bibliotek og Kulturanstalten – Vesterbro Bibliotek. Hun er ikke i tvivl om, at der er blevet mere beskidt på hendes arbejdsplads.

“Det er klart ringere end før. Jeg tænker indimellem over, at det er usundt for os med alt det skidt, der ligger,” siger hun.

Kommunen er tilfreds

Københavns Kommune ser ikke klagerne som et problem:

“Virkeligheden er, at institutionerne kunne have klaget 27.000 gange, hvis de alle sammen havde klaget hver dag i 2013. I forhold til det er 437 klager jo utroligt få,” siger administrerende direktør i Københavns

Kommune **Carsten Haurum**.

Selvom mange klager indeholder flere kritikpunkter, mener han, at udbuddet er gået godt.

“Selv hvis der var det tidobbelte antal klager, havde det stadig været godt.”

Fagbladet FOA ville gerne have haft en kommentar fra kultur- og fritidsborgmester Carl Christian Ebbesen (DF), men han ville ikke udtale sig med den begrundelse, at han ikke kunne nå at sætte sig ind i området med en uges varsel.

Mister arbejdsglæden

Gina Liisborg, formand for FOAs Kost- og Service-sektor, mener, at alle er tabere efter udliciteringen.

“Kvaliteten og glæden ved faget forsvinder, når der ikke er tid til at gøre det ordentligt. Det går ud over både brugere og rengøringsassistenter,” siger hun.

Fagbladet FOA besøgte administrerende direktør **Henrik Nordenlund** på Alliance Plus’ adresse, men han ønskede ikke at udtale sig.

“Det gavner ikke os,” forklarer han. ★

soho@foa.dk

Hanne fik nok af skidt

Side 10



Selv hvis der var det tidobbelte antal klager, havde det stadig været godt.

CARSTEN HAURUM,
ADMINISTRERENDE DIREKTØR
I KØBENHAVNS KOMMUNE

19

millioner kroner om året. Det sparer Københavns Kommune ved at udlicitere rengøringen i Kultur og Fritidsforvaltningen.

Kilde: Københavns Kommune

437 klager

Sidste år modtog Københavns Kommune 437 klager over Alliance Plus’ rengøring i de 94 institutioner i Kultur- og Fritidsforvaltningen.





Fik nok af skidtet

To rengøringsstillinger på i alt 58 timer blev skåret ned til én stilling på **22 timer**, da Alliance Plus overtog rengøringen.

Af Sophie Holland ★ foto: Jørgen True

Rengøringsassistent **Hanne Falk Andersen** havde været ansat ved Kulturanstalten – Vesterbro Bibliotek i 23 år, da Alliance Plus overtog rengøringen.

Under Københavns Kommunes ledelse var de to rengøringsassistenter, der til sammen arbejdede 58 timer om ugen. Hanne Falk Andersen og kollega fik job et andet

sted, og selv blev hun sat ned til 22 timer om ugen.

“Med 36 færre timer om ugen til rengøring af det samme område er det klart, at der var brug for en ændring i opgaverne. Jeg skulle nu gøre ‘æstetisk’ rent. Det betød, at hvis ikke det så beskidt ud, så skulle jeg ikke tage det,” forklarer Hanne Falk Andersen.

Der er møgbeskidt

Hanne Falk Andersen skulle nu vaske gulvene to gange om måneden, hvor det før blev gjort to gange om ugen. Før Alliance Plus overtog, fik reolerne en tur med støvkluden en gang om ugen. Det skulle nu kun gøres, hvis reolerne var tomme, hvilket Hanne Falk Andersen kun har oplevet to gange i de 23

“Jeg skulle nu gøre ‘æstetisk’ rent. Det betød, at hvis ikke det så beskidt ud, så skulle jeg ikke tage det,” fortæller Hanne Falk Andersen om sine oplevelser hos Alliance Plus.

år, hun har arbejdet på biblioteket.

Hun valgte at sige op, da hun havde arbejdet for Alliance Plus et halvt år, men hun taler jævnligt med sine gamle kolleger.

“Hver gang jeg møder bibliotekarerne, så fortæller de, hvor møgbeskidt der er,” siger hun. ★

soho@foa.dk



Lis Bendsen havde ikke drømt om at **gå på pension** som 65-årig, men efter at have oplevet udliciteringen af rengøringen sagde hun stop, få dage efter dette foto blev taget.

Umuligt at gøre ordentligt rent

Udliciteringen betød **dårlige arbejdsforhold**. Derfor valgte Lis Bendsen at sige op efter 24 år som rengøringsassistent.

Af Sophie Holland ★ foto: Jørgen True

Med støvsuger, kalkfjerner og pudseklud har 65-årige **Lis Bendsen** holdt Sundby Idrætspark ren de seneste 24 år. Men den 1. marts 2014 gik hun på pension. Et valg hun for få år siden ikke havde forestillet sig at træffe.

“Havde rengøringen stadig hørt under Københavns Kommune, så var jeg blevet. Men samværet med kollegerne og stoltheden ved at gøre det godt forsvandt desværre med Alliance Plus som arbejdsgiver,” siger Lis Bendsen.

Hun og vikarerne fra Alliance Plus fik tre timer mindre om dagen til at nå de samme områder som før. Ifølge Lis Bendsen kan det kun lade sig gøre, fordi

Alliance Plus ikke ved, at en del af rummene ikke bliver brugt.

“Det er umuligt at gøre noget grundigt. Eksempelvis er der ikke tid til at afkalke badene, så skimmelsvampene får frit spil,” siger Lis Bendsen.

Mangler uddannelse

Lis Bendsen har ondt af vikarerne, fordi de aldrig får muligheden for at blive en integreret del af arbejdspladsen og føle den glæde ved faget, som hun har gjort. Samtidig mener hun, at de mangler uddannelse.

“De siger, de får ét kursus på halvanden time, inden de kommer her. Det betyder, at de ikke ved, hvordan man bruger maskinerne eller gør ordentligt

rent. Et par gange har jeg følt mig nødsaget til at fortælle Alliance Plus, at de må sende en ny,” siger Lis Bendsen.★

soho@foa.dk

Når rengøringen bliver privat



Kommunerne sparer ved at lade private firmaer overtage rengøringen. Men det sker ikke uden konsekvenser for de ansatte og for kvaliteten.

Læs mere

www.foa.dk/u-rengøring

fokus
på de private

Hvad mener du?

Kan din arbejdsplads spare uden at det går ud over kvaliteten?

Sig din mening på Facebook
www.facebook.com/fagogarbejde

Det er umuligt at gøre noget grundigt.

TIDLIGERE RENGØRINGS-ASSISTENT LIS BENDSEN

46

procent. Så meget blev 71 medarbejdere i gennemsnit sat ned i tid, da deres arbejde blev udliciteret til Alliance Plus.

Tredjestørst

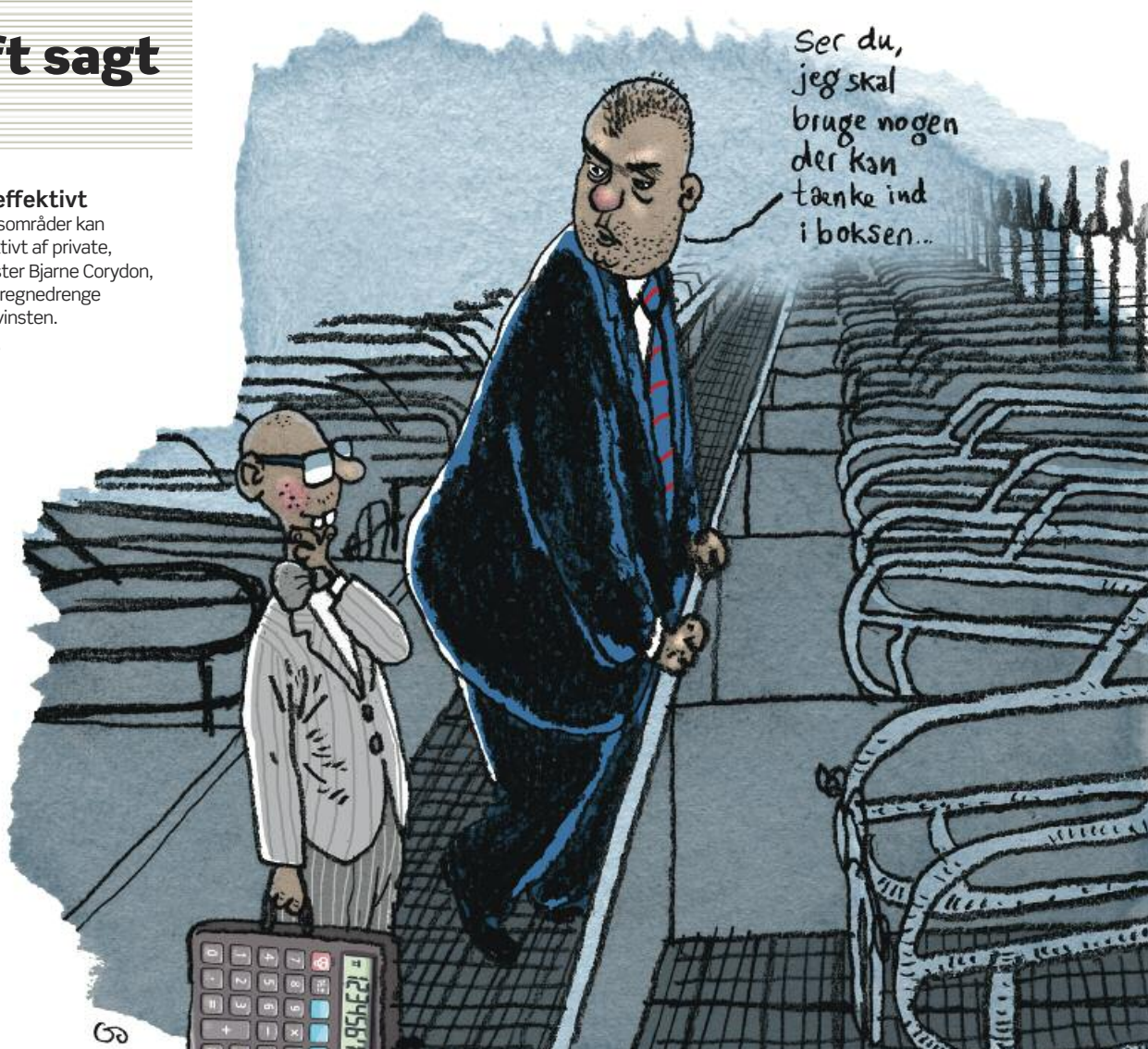
Alliance Plus er Danmarks tredjestørste rengørings-selskab.

groft sagt

Meget mere effektivt

De bløde velfærdsområder kan klares mere effektivt af private, håber finansminister Bjarne Corydon, som har inviteret regnedrenge til at regne på gevinsten.

Tegning: Gitte Skov



[snuden fremme]

Velfærdsprofessor **Bent Greve** tror ikke på, at der er store penge i privatisering.

Så kører debatten om udlicitering og privatisering igen for fuldt tryk, og det overrasker egentlig ikke professor ved Roskilde Universitet Bent Greve, der det meste af et menneskeliv har forsket i den danske velfærd. "Det er et emne, der rører ved grænsefladerne for, hvad der er fælles ansvar, og hvad man indi-

viduelt skal tage sig af. Derfor vender debatten hele tiden tilbage."

Bent Greve tror i modsætning til regeringen og dens produktivitetskommission ikke, at der ligger masser af guld for enden af privatiseringsregnbuen. "Deres præmis er, at det offentlige er ineffektivt, men det er der jo ingen dokumentation for." På længere sigt kan mere udlicitering tværtimod gøre velfærdens dyrere, mener Bent Greve. "Når private først har overtaget markedet, kan de skrue priserne op."

Debatten om mere privat velfærd næres af stærke følelser, og den kunne med fordel gøres lidt mere objektiv, mener Bent Greve.

For eksempel hvis det offentlige definerede klare mål for kvalitet og stillede krav til løn- og arbejdsvilkår. Så kommer debatten nemlig til at handle mere om tal og viden og mindre om den historie med ansigt på, som folk ofte husker bedst.

"Hvis nogen har hørt bare ét dårligt eksempel fra et plejehjem eller en børnehave, så tror de jo, at sådan ser hele verden ud," siger Bent Greve. ★



Polfoto

Bent Greve er professor ved Roskilde Universitet. Han forsker blandt andet i velfærd, social- og arbejdsmarkeds-politik og samfunds-økonomi.

**Uden
Sedaforte**

**Med
Sedaforte**

Sov godt og vågn udhvilet

526... 527... Det er ikke for alle, det virker at tælle får, når man har svært ved at sove. Hvis du er på udkig efter et naturligt middel, der virker dejligt afslappende uden at sløve, så er Sedaforte noget for dig.

Årsager til søvnproblemer

Der kan være tusind årsager til, at man har svært ved at falde i søvn. Uanset om man har for mange ting at tænke på, for travlt på jobbet eller er inde i en svær periode i livet, kan man

Det gør Sedaforte

- ☒ Giver en rolig nattesøvn
- ☒ Virker afslappende
- ☒ Sløver ikke
- ☒ Sænker stressniveauet

selv gøre noget aktivt for at få en bedre nattesøvn.

Hjælp søvnen på vej

Sedaforte er et plantebaseret middel til anvendelse ved søvn-

besvær, baseret på 4 udvalgte planter, nemlig kamille, melissa, humle og schizandra. Da søvnproblemer netop kan skyldes vidt forskellige faktorer, er produktet sammensat således, at det indvirker fra flere vinkler på én gang. Al viden om planter til at fremme søvnen er samlet i én tablet, således at du sikres den bedste virkning.

Sover bedre

Mange oplever også, at selve søvnen bliver bedre med Seda-

forte. Man sover natten igennem og vågner frisk og udhvilet næste morgen. Sedaforte er til dig, der har brug for at sove godt – så du kan være frisk.

Hvem er Wellvita?

Sedaforte er produceret af Wellvita, en dansk virksomhed med 30 års erfaring i at udvikle effektive naturmidler.

ET GODT TILBUD

89⁰⁰

Halv pris

Bestil nu! 82 30 30 40 eller www.wellvita.dk

Prøv Sedaforte - 2 måneders forbrug kun kr. 89,-

Prøv Sedaforte i 2 måneder til halv pris - kun kr. 89,-. Herefter sørger vores leveringsservice for, at du får tilsendt Sedaforte hver 2. måned for kun kr. 179,-.

Med vores fordelagtige leveringsservice sikrer vi dig den optimale effekt og bedste pris. Husk du kan holde pause eller stoppe leveringerne, når du ønsker det.

Bestil på telefon 82 30 30 40 alle hverdage fra kl. 8.00 - 16.00 eller på www.wellvita.dk. Sedaforte leveres direkte i din postkasse, så du undgår turen til posthuset. I pakken er der vedlagt et girokort, som du betaler senest 14 dage efter modtagelsen. Der tillægges kr. 39,- i porto pr. forsendelse.



Alt for ringe kvalitet

Regeringens produktivitetskommission slap overraskende dårligt fra aflevering af sin anbefaling af "konkurrence om alle de offentlige opgaver, der egner sig til konkurrenceudsættelse". Kommissionen ser for sig, at næsten alt i den offentlige sektor er egnet til udlicitering med undtagelse af politi, forsvar og domstole.

Hvorfor slap eksperterne så dårligt fra at give politiske og ideologiske budskaber fra den traditionelle flok af udliciteringsbejstrede det videnskabelige blå stempel?

Svaret er egentlig overraskende enkelt.

Eksperterne slog genvej og sprang den kritiske vinkel på egne kilder



Virkeligheden viser, at 15 skoler i utide har fået ny leverandør, og der er fortsat kritik af kvaliteten på de resterende.

ringen på 40 kommunale institutioner. Dagens virkelighed slukker for solstrålerne og viser, at kommunen efter måneders bøvl og ballade om kvaliteten fyrede den private leverandør, og i stedet tog opgaven tilbage til kommunen.

Undersøgelsen viste også, at Aarhus Kommune sparede 54 procent på at udlicitere rengøringen på 40 skoler. Virkeligheden viser, at 15 skoler i utide har fået ny leverandør, og der er fortsat kritik af kvaliteten på de resterende. Og listen med kritik af kvaliteten kunne fortsættes: Frederikssund, Helsingør, Varde, Ballerup ...

Det er ganske enkelt vildt i varmen, at højtlønnede eksperter på denne måde lægger navn til anbefalinger om at brede konkurrencen ud over kernevelfærden med henvisning til en undersøgelse, hvor virkeligheden har vist, at kvaliteten er raslet ned. Det er en kommission, som selv leverer alt for ringe kvalitet i sit arbejde. ★

[kort sagt]

Produktivitetskommissionen droppede kritikken af egne kilder, da den anbefalede at udlicitere også de bløde velfærdsydelser.

over, da de opfordrede til at udlicitere også de bløde velfærdsydelser som eksempelvis sundhed og ældrepleje.

Kommissionen valgte nemlig at tage udgangspunkt i en række solstrålehistorier fra kommuners udlicitering på rengøringsområdet. Undersøgelsen er hullet som en schweizisk ost.

Undersøgelsen viser, at Struer Kommune sparede 34,5 procent på at udlicitere rengø-



Dennis Kristensen

FOA.dk

Kompetente i weekenden

1. februar

Vi er tre social- og sundhedsassistenter/sygehjælpere i fast aftenvagte på en sygehusafdeling. Nu skal der spares, og det er så vores job, der skal erstattes af to sygeplejersker. Begrundelsen er, at med de komplekse og hurtige patientforløb, vi nu har, er det mest kompetente personale, der skal bruges. Vi bliver så tilbudt en ny jobbeskrivelse med blandede vagter: dagvagter og aftenvagter i weekenden – dem kan de ikke få besat af sygeplejersker. Vi har ikke kompetencer nok mandag-fredag, men i weekenden har vi!

Henny Margrethe Lund

Facebook

Råd til velfærd

5. februar

Jeg synes egentlig, det er helt forfærdeligt at diskutere, om det er fair, at samlevende skal forsørge hinanden, når nu ægtepar skal. Kernen i problemet er, at vi i Danmark betaler en forholdsvis høj skat, og at der dermed burde kunne forventes en rimelig velfærd og dermed også en rimelig forsørgelse af syge og arbejdsløse. Sørgeligt! Desværre har vi bare en alt for stor flok politikere, som mener, at pengene skal kanaliseres over til samfundets rigeste.

Gitte Rylund



Desværre har vi bare en alt for stor flok politikere, som mener, at pengene skal kanaliseres over til samfundets rigeste.

.....
GITTE RYLUND

Hvad mener du?

Her bringer vi uddrag af debatten på www.foa.dk og på FOAs Facebook-side.

Facebook Politisk ideologi 18. februar

Hold kerneydelserne i kommunerne. At private firmaer skal overtage vil betyde, at nogle vil prøve at lukrere på ældre- og børnepasningsområdet. Det er politisk spin og ideologier – og ikke noget, som vil gøre kvaliteten bedre. I virkeligheden skal ressourcer og krav matche – så får vi kvalitet!

Anne Catherine Hoxner Nielsen

Facebook Brunstig hanelefant i en glasbutik 19. februar

Bjarne Corydon: Husk på, du er blevet valgt ind i Folketinget! Med din arrogance er det ikke sikkert, du bliver valgt ind næste gang. Du har ingen anelse om, hvad der foregår ude i samfundet! Du opfører dig som en brunstig hanelefant i en glas-

butik! Du kan meget hurtigt ryge ud i glemsomhedens mørke igen!

Michael Birk

Facebook Kom ud i plejen 19. februar

Hvordan kan finansministeren egentlig tillade sig at sige, at mine kollegaer og jeg ikke er effektive? Jeg kunne godt tænke mig, at han prøvede et par dage i den virkelige verden – altså som udekørende i hjemmeplejen og som sosu-medarbejder på plejehjemmet.

Aase Povlsen

Facebook Ødelægger samfundet 19. februar

Corydon og co. er efterhånden ved at ødelægge det danske samfund med deres evindelige

mistænkeliggørelse af de offentligt ansatte, de arbejdsløse, syge og kontanthjælpsmodtagere. Kommer aldrig til at stemme på det parti igen, så længe man kører den linje, som man gør i øjeblikket.

Kirsten Isaksen

Facebook Klagerne vælter ind 19. februar

1. september sidste år udlicite-rede højrefløj i Kalundborg, anført af den kommende formand for KL, borgmester Martin Damm, den kommunale rengøring til ISS. Ved udgangen af september fyrede man 26 af de 101 medarbejdere og skar 52 andre ned i tid. Den hårdest ramte endte med 9 timer ugentligt. Opgaver bliver ikke udført, kontrol bliver ikke gennemført – og i en række tilfælde falder standarden, og klagerne stiger. Det er muligt, Corydon kalder det sund fornuft og øget velfærd. Det gør børn, forældre og personale på bl.a. skoler og daginstitutioner ikke.

Jesper Kristensen



Spild for milliarder

Dårligt arbejdsmiljø på FOA-arbejdspladser koster mindst 3,3 milliarder kroner om året.

Tema side 26-33



Fagbladet FOA vil gerne høre din mening:

www.foa.dk/debat eller www.facebook.com/fagogar.bejde



30

procent af kommunerne forventer at spare penge i 2014 ved udbud på ældreområdet.

Kilde: KL-analysen 'De effektive kommuner', januar 2014

Vær med i debatten

På disse sider bringer vi uddrag af debatten, som foregår på FOAs hjemmeside og på FOAs Facebook-side **FagOgArbejde**. Debatindlæg vil blive bragt i uddrag her i bladet. De uforkortede indlæg kan ses på www.foa.dk og på Facebook.



Så er der servere



2 Mindre spild. Små portioner virker ikke så uoverkommelige for syge patienter, der ikke har meget appetit. Og så bliver der ikke så meget spild bagefter. Når køkkenpersonalet står for serveringen, kan de bedre vurdere, hvor meget der skal bruges.

3 Anretning. I køkkenet anretter hospitalsmedhjælper Nyoma Dampha og kollegerne retterne på små, hvide porcelænstallerkener. Portionerne er små, men man kan bare få en mere, hvis man er sulten.



På Gentofte Hospital bliver al mad lavet helt fra bunden, og siden nytår har køkkenmedarbejderne selv serveret den på afdelingerne. Det var en overvindelse, men medarbejderne har været på kursus i at fortælle om maden og lokke patienterne til at smage på den, selv om de ikke har appetit. Belønningen er **masser af ros** fra de tilfredse patienter.

Af Ingrid Pedersen ★ foto Jørgen True

[sygehusmad]

De 28 ansatte i Gentofte Hospitals køkken laver mad til 250 indlagte og 150 ambulante patienter. Desuden kan pårørende og de 650 ansatte købe mad i hospitalets kantine og café, og personalet kan købe take-away.

1 Buffet. Tidligere blev maden serveret fra store beholdere på buffeten. Men stuvet hvidkål så ikke indbydende ud i en stor plasticbeholder. Det gør den nu på små firkantede porcelænstallerkener og med et drys grønt.



5 Nervøs. "Det er spændende at møde patienterne og høre, hvad de mener," siger Thom Nguyen. Alle i køkkenet har været på et eksternt kursus i at fortælle patienterne om maden, så de får lyst til at smage. "I begyndelsen var vi lidt nervøse for, om vi gjorde det godt nok," siger hun.

6 Billigere og bedre. Når køkkenmedhjælper René Liebeck skræller knoldselleri, koster de kun fem kroner kiloet. "Tidligere betalte vi 40 kroner kiloet for de grydeklare," fortæller køkkenchef Trine Mossman. De friske råvarer giver desuden maden meget mere smag.

7 Køkkentjans. Hospitalsmedhjælperne Thom Nguyen og hendes søster Thiba Nguyen kan nå at smøre nogle sandwicher, før Thom skal servere stuvet hvidkål og frikadeller for patienterne på øre-, næse- og halsafdelingen.

4 Læserbreve. Når patienterne skriver læserbreve i lokalavisen Villabyerne eller skriver til hospitalets ledelse, handler det ofte om ros til den gode, veltilberedte mad.





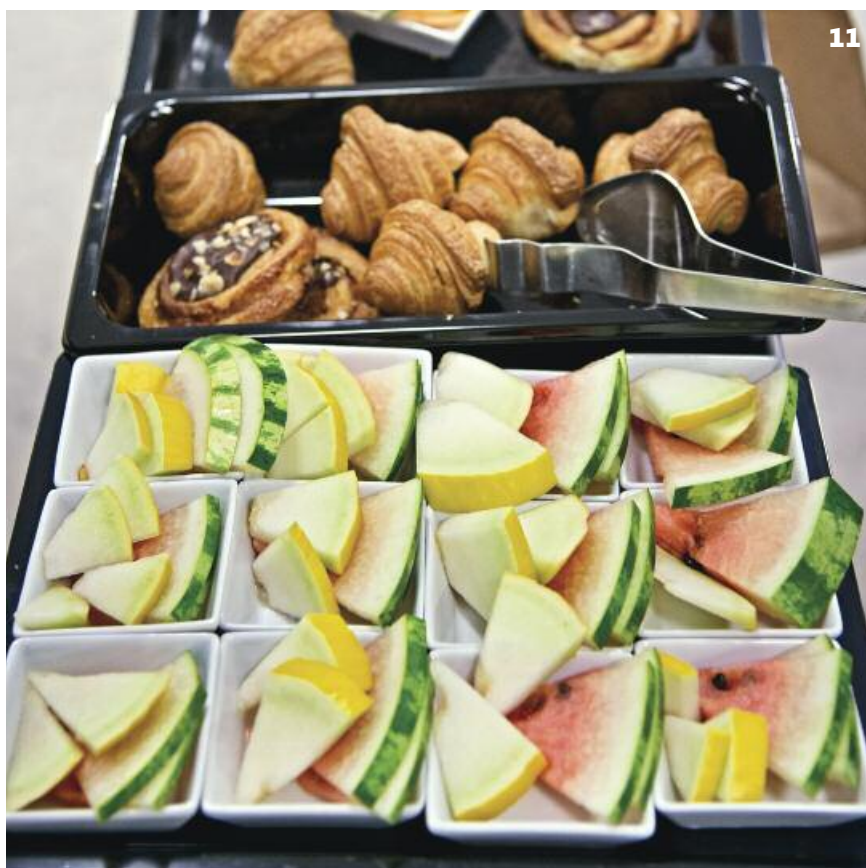
8



9



10



11

8 Rullende. Fra den rullende frokostvogn kan medarbejderne købe en sandwich hos hospitalsmedhjælper Cristina Tomas, hvis ikke de har tid eller lyst til at gå i kantinen. Pårørende kan også handle her.

9 Egen surdej. Køkkenet har ansat to bagere og en konditor. Alt brødet bager de selv – naturligvis med egen surdej, som bager Jesper Øvad Nielsen lige tjekker. Når bagerlønningerne er betalt, er der et årligt overskud på 400.000 kroner sammenlignet med at købe brødet.

10 Tilfredshed. "Det er skønt for kollegerne at læse de mange tilfredse henvendelser fra patienter, der roser maden," siger fællestillsrepræsentant, hospitalsmedhjælper Liselotte Nielsen, der læser mails sammen med køkkenchef Trine Mossman.

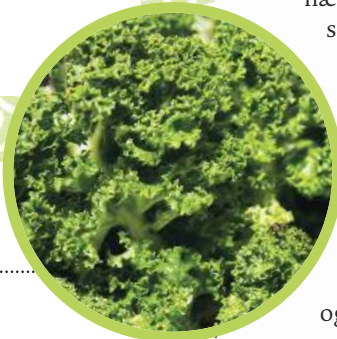
11 Mellemmåltid. Om formiddagen bliver patienterne tilbudt små croissanter, wienerbrød, hjemmelavet shakes og frugt. Om eftermiddagen petit fours og andet sødt bagværk. Samtidig får de udleveret en menuplan.

det virker

Hver måned præsenterer et FOA-medlem sin **yndlings- ingrediens** og fortæller, hvordan den kan bruges til at løfte smagen i de retter, de tilbereder på jobbet. Har du lyst til at fortælle om din – så skriv til: ingrid@mediehusetrubrik.dk

Grønkål er den ældste dyrkede grøntsag i Norden. Den er samtidig den vitaminrigeste og fyldt med mineraler. Nogle sorter er meget vinterhårdføre, så man kan plukke af dem selv i hård frost.

Kilde: havenyt.dk og wikipedia



Navn: Lone Diemer

Alder: 48 år

Uddannelse: Køkkenleder

Job: Har siden 2007 haft ansvaret for kantinen på jobcentret i Vejle.

[opskrift]

Lones grønkålssalat

Til 4 personer

- 300 g fintsnittet grønkål
- 150 g fintsnittet rødkål
- 1 revet gulerod
- 1 æble i tern
- 10 usvovlede abrikoser i små tern
- 75 g pinjekerner – ristet på en tør pande
- 2 spsk. birkes
- 4 fintsnittede forårsløg
- 1 lille håndfuld fintsnittet frisk mynte

Dressing

- 6-8 spsk. oliven- eller rapsolie
- 3 spsk. sherryeddi
- 1 spsk. akaciehonning
- 1 spsk. gule sennepsfrø

Om vinteren bruger **Lone Diemer** ofte grønkål i salaten på jobcentret i Vejle.



Grønkål er tilbage

Hele vinteren bruger Lone Diemer og hendes to kolleger masser af grønkål i de blandede salater, de sætter på frokostbordet i Jobcenter Vejle.

“Her arbejder mange kvinder, og de er bevidste om at spise sundt. Hver dag har vi to blandede salater, lune retter, pålæg og salatbuffet. Men de blandede salater, som vi gør os meget umage med at smage til, er meget populære,” siger Lone Diemer.

“**Det er først de seneste** par år, vi er begyndt at bruge grønkålen. Den var nærmest sådan en slags glemt grøntsag,” siger hun. Lone Diemer kalder grønkål en *upcoming* grøntsag, der er blevet populær sammen med det øvrige fra det nye nordiske køkken. Den er god på den tid af året, hvor tomater og agurker er kedelige og uden smag.

Den fintsnittede grønkål er både vitamin- og mineralrig, og den giver en god mæthedsfølelse, for den skal tygges godt, og den skal hakkes fint, så den ikke føles som en klump i munden.

“Og så skal den selvfølgelig blandes med noget sødt, noget blødt og noget knasende for at være rigtig lækker,” siger hun.

Ifølge Lone Diemer er det vigtigt at krydre salaterne og smage dem omhyggeligt til, så kunderne får en smagsoplevelse, når de spiser dem, og hun bruger tit ingredienser i dressingen, som folk ikke lige har hjemme på hylderne.

“Og så kommer de heldigvis tit og spørger efter opskriften,” siger hun. ★

ingrid@mediehusetrubrik.dk



De køkkenløse supersygehuse

Det er ikke bare en ulykkelig,

men også en mærkelig beslutning, at flertallet af de nye supersygehuse bliver bygget uden køkken. Ulykkelig for patienterne og deres pårørende, for der er vist ingen tvivl om, at maden kan være et af de få lyspunkter i et ellers trist hospitalsophold, og fordi mad er med til at give styrke og gøre folk hurtigere raske. Hvis der var tvivl om det, havde sygehuse vel ikke opprioriteret maden og serveringen gennem de seneste år.



Hvis der var tvivl om madens betydning, havde sygehuse vel ikke opprioriteret maden og serveringen gennem de seneste år.

har heldigvis nogle, der er lige så berømte som restauranten Noma – og entreprenørfirmaer skal efterfølgende tegne og bygge sygehuse i resten af verden.

Når de nye supersygehuse skal vise resten af verden, hvad vi kan, undrer det mig, at man vil spare en så elementær og livgivende ting som indbydende, lækker, nylavet mad – gerne af egnens lokale råvarer – væk. Det undrer mig, at fantastisk sygehusmad ikke også skal indgå i historien, når vi viser de flotte nybyggerier frem. ★

Gina Liisborg

Af Gina Liisborg, sektorforsker ★ foto: Jørgen True

[kort sagt]

De nye supersygehuse skal vise resten af verden, hvad vi kan. Derfor er det en mærkelig beslutning at spare køkkenerne væk.

De mange milliarder, der bliver brugt på at bygge fantastiske, miljøvenlige, arkitektoniske perler i form af nye supersygehuse er heller ikke kun for at glæde borgerne. Det er også meningen, at disse prægtige nye byggerier skal vise resten af verden, hvad vi kan. Vores arkitektfirmaer – og vi



Privatansatte skal stemme

Forhandlingerne om nye overenskomster for FOAs privatansatte medlemmer er i fuld gang, og de skal snart stemme om resultatet. Stemmesedlerne forventes udsendt i slutningen af marts eller starten af april.



Læs mere

www.foa.dk/ok14

Lav din egen plak

Vis dit faglige fællesskab på en plak. Du skal bare uploade et foto på Facebook.

Læs mere

www.erduok.dk



Den bedste idé

Hvem kan hitte på den bedste idé, som gør hverdagen lettere for både ledere, medarbejdere og borgere?

Læs mere

danmarksbedste mindsteide.dk

Tvivlsomt fald i ledigheden

I 2013 faldt ledigheden med 16.800 personer, men beskæftigelsen voksede kun med 800. Det skyldes, at mange af de ledige simpelthen har forladt arbejdsmarkedet.

Kilde: ae.dk

Gi' madpakken en hånd

En god og sund madpakke består af fem ingrediensgrupper – en for hver finger:

- **Grønt** – gnavegrønt, salat eller pålæg
- **Brød** – helst rugbrød eller groft brød
- **Pålæg** – kød, ost eller æg
- **Fisk** – mindst en slags fiskepålæg
- **Frukt** – det friske og søde.

Husk 'hånden' når du køber ind, og når du smører madpakken.

Læs mere

www.fvst.dk – skriv 'Gi' madpakken en hånd'.



Bod for dårlig rengøring

Det står så skidt til med rengøringen på skoler og andre institutioner i Viborg, at kommunen er begyndt at straffe det private firma, Absolut Rengøring, der står for arbejdet. Siden nytår har Absolut Rengøring otte gange fået en bod – tilsammen løber det op i 16.000 kroner.

Kilde: www.dknyt.dk



Hold igen med rå champignon

Det naturlige giftstof phenylhydraziner findes i champignoner – for det mest i rå champignoner – og mistænkes for at være kræftfremkaldende. Fødevarestyrelsen anbefaler derfor, at man undgår et stort forbrug af rå champignoner – det vil sige væsentligt mere end det gennemsnitlige årlige forbrug, der for os danskere ligger på 2,2 kg.

Kilde: www.kortlink.dk/au/dtftp

Sådan opbevarer du børnevitaminpiller

Mange børnevitaminpiller er tilsat frugtsmag, og børn kan derfor synes, at det smager godt. En enkelt vitaminpille om dagen er ikke farlig, men indtag af mange piller på én gang kan føre til forgiftning. Opbevar derfor altid vitaminpiller og andre kosttilskud uden for børnenes rækkevidde – for eksempel i et aflåst skab eller placeret så højt, at børnene ikke kan få fat i dem.

Har du mistanke om, at dit barn er blevet forgiftet, kan du døgnet rundt ringe til Giftlinjen på 82 12 12 12.

Kilde: www.fvst.dk



Behov for ekstra vitaminer

Fødevarestyrelsen anbefaler, at børn og voksne generelt dækker deres behov for næringsstoffer gennem en sund og varieret kost. Enkelte grupper af befolkningen kan dog have behov for et tilskud – for eksempel anbefales børn op til 2 år et vitamin D-tilskud og gravide anbefales af indtage folsyre.



Læs mere

www.altomkost.dk



Mange kræftpatienter dør af underernæring, og sundhedsvæsenet er nødt til at tænke maden ind i behandlingen.

LAILA WALTHER, AFDELINGSLEDER I KRÆFTENS BEKÆMPELSE, I KOST, ERNÆRING & SUNDHED



Foto: Jørgen True

Vi er stolte af vores arbejde

Medarbejderne i rengøringen på Glostrup Hospital er så stolte af deres arbejde, at de gerne vil vise omverdenen alt det, de kan. Derfor inviterer rengøringsafdelingen presse, politikere og borgere indenfor den 30. april, så de kan se, hvordan de sikrer patienterne mod snavs og farlige bakterier.

“Vi vil gerne vise remedier og metoder og fortælle om den uddannelse, vi får,” siger områdeleder Azime Simsek.

Ifølge rengøringschef Marianne Hummel er rengøringen gennem mange år et blevet ‘talt ned’.

“Folk er ikke klar over, hvor specialiseret og højt kvalificeret arbejde, der er tale om,” siger hun.



Læs mere

www.glostruphospital.dk

Gode råd om deals



På nettet kan du købe såkaldte deals, som er tilbud, der giver dig rabatter på for eksempel restaurationsbesøg, teaterbilletter og køb af varer. Opstår

der problemer i forbindelse med dit deal-køb, kan du klage til Forbrugerklagenævnet.



Læs mere

www.forbrug.dk

Social- og sundhedsassistent Anja Duelund fik efter syv års kamp med FOAs hjælp **bevilliget fleksjob** efter en arbejdsskade.

140 kilo ødelagde Anjas ryg

Vejen til fleksjobbevilling

2006 September

Anja Duelund kommer til skade med sin ryg og bliver sygemeldt.

2008 August

Har ikke kunnet få henvisning til MR-scanning via egen læge, men bliver henvist via privat kontakt. Bliver opereret for diskusprolaps, men med negativt resultat.

2009 Juni

Sygedagpenge stopper. FOA anker til beskæftigelsesankenævnet for at få forlængelse. Samtidig peger de på, at jobcentret skal gå efter et fleksjob til Anja Duelund.

2009 August

Arbejdsskadestyrelsen anerkender skaden. Midlertidigt erhvervsevnetab på 35 procent.

2009 November

Beskæftigelsesankenævnet hjemviser sagen til kommunen. Sagen kører frem og tilbage mellem FOA, jobcentret og ankenævnet.

2013 December

Kommunen bevilliger Anja Duelund fleksjob.

Den 23. september 2006 var dagen, der vendte op og ned på social- og sundhedsassistent **Anja Duelunds** liv. Sammen med en kollega på Holbæk Sygehus var Anja Duelund ved at vaske en psykisk syg mand. Pludselig slap kollegaen den 140 kilo tunge mand, som røg ned over Anja Duelund.

Stærke smerter

Efter uheldet blev Anja Duelund sygemeldt med stærke smerter i ryggen. Men hun kunne ikke få sin læge til at lave en henvisning til en MR-scanning, så ryggen kunne blive undersøgt.

“Ifølge lægen var der ingen indikationer for at gøre det. Jeg kunne jo stadig bukke mig forover,” fortæller Anja Duelund.

Først to år efter kom Anja Duelund via en privat kontakt til en reumatolog, som lavede en henvisning til en MR-scanning. Lægerne fandt to diskusprolaps.

“Det var rart at få en afklaring, så jeg

vidste, at det ikke var mig, der var hysterisk,” siger Anja Duelund.

Operationen mislykkedes

Allerede fire dage efter scanningen blev Anja Duelund opereret, men operationen satte ikke en stopper for hendes rygsmerte, tværtimod.

“Da jeg vågnede op, og der var gået en dag, kunne jeg stadig ikke røre mig. Jeg havde langt mere ondt, end jeg havde før,” siger Anja Duelund, som i dag stadig lider af smerter i ryggen.

I juni 2009 udløb Anja Duelunds sygedagpengeperiode, og indtægten var derefter kontanthjælp.

FOA Midtjylland, som

Anja havde kontaktet lige efter ulykken skete, ankede sagen til Beskæftigelsesankenævnet og pegede samtidig på, at jobcentret skulle gå efter at give Anja Duelund et fleksjob. En konklusion flere specialister også var kommet frem til.

De næste fire år kørte sagen frem og tilbage mellem FOA, jobcentret og Beskæftigelsesankenævnet. Imens blev Anja

Hvis ikke jeg havde fået hjælp fra FOA, havde jeg ikke stået her med en fleksjobbevilling i dag.



Duelund skilt og fik økonomiske problemer.

12-tal med 16 pile opad

Den 17. december 2013 blev dagen, som igen vendte rundt på Anja Duelunds liv. Da fik den nu 49-årige social- og sundhedsassistent omsider sin indstilling til et fleksjob.

“Hvis ikke jeg havde fået hjælp fra FOA, havde jeg ikke stået her med en fleksjobbevilling i dag. Som almindeligt menneske har man ikke en chance for at forholde sig til alle de breve, jura og

Syv års kamp er slut. “Det er en **enorm lettelse** og betyder, at jeg igen er et værdigt menneske. Nu skal jeg ikke tænke på, at jeg er på kontanthjælp, og hvornår sagen slutter,” siger Anja Duelund.

ankemuligheder,” siger Anja Duelund og giver “et 12-tal med 16 pile opad” i karakter til FOAs hjælp.

FOA Midtsjælland har også hjulpet Anja Duelund med at få erstatning i Arbejdsskadestyrelsen. De har anerkendt skaden med et midlertidigt erhvervsevnetab på 35 procent. Sagen er ikke afsluttet endnu, da man har ventet på en afgørelse i jobcentret. ★

rikkegundersen@gmail.com

Krav til fleksjobbevilling

- Jobcentret giver tilbud om fleksjob til personer, som ikke modtager førtidspension, og som ikke kan besidde et job på normale vilkår på arbejdsmarkedet.
- Jobcentret kan desuden give tilbud om fleksjob til personer, der aktuelt har en meget begrænset arbejdsevne, hvis der er mulighed for, at deres arbejdsevne inden for en rimelig periode kan udvikles.
- Fleksjob kan først tilbydes, når alle relevante tilbud med henblik på almindeligt job har været afprøvet.
- For at kunne opnå fleksjob kræves der blandt andet dokumentation for, at personens arbejdsevne anses for varigt og væsentligt begrænset, og at alle indsatser for ordinær beskæftigelse er afprøvet.

Kilde: Bekendtgørelse af Lov om en aktiv beskæftigelsesindsats

Stol på kostrådene

Er smør sundt?



Ifølge et af kostrådene skal man spise mindre mættet fedt, men for nylig læste jeg, at smør er sundt. Hvad er rigtigt?

[Sonja Petersen]

SVAR

Det er rigtigt, at et af kostrådene siger, at vi skal skære ned på det mættede fedt. Det er primært det 'hårde' fedt, der kommer fra smør, stegemargarine, fede mælkeprodukter samt fedt kød og pålæg. En kost

med mindre mættet fedt og en bedre fedtkvalitet reducerer nemlig risikoen for hjerte-kar-sygdomme.

Når det er sagt, er der plads til lidt af det mættede fedt i kosten. Men problemet er, at vi allerede er dækket godt ind. Fra undersøgelser af hvad danskerne spiser, ved vi, at de fleste danskere får rigeligt af det mættede fedt.

Når nogle forskere går i pressen med, at smør er bedre end sit rygte, handler det om flere ting. Dels er der krav om, at forskere skal offentliggøre

den forskning, de gennemfører.

Dels refererer forskere nogle gange til forsøg, der sammenligner smør med noget, der er endnu mere usundt end smør.

Endelig vil der altid være undersøgelser, der kan bekræfte næsten hvilken som helst påstand. Men når man rådgiver en hel befolkning, bør det altid ske på grundlag af det samlede videnskabelige grundlag, som det er sket med kostrådene. Så stol trygt på dem.

[Gitte Gross]



Fra undersøgelser af hvad danskerne spiser, ved vi, at de fleste danskere får rigeligt af det mættede fedt

.....
GITTE GROSS

Har jeg ret til at få fri til undersøgelse?



Hvis jeg har fået en indkaldelse til sygehuset, har min arbejdsgiver så pligt til at give mig fri?

[Anonym]

SVAR

Hvis du bliver indkaldt til en almindelig undersøgelse på et sygehus og ikke samtidig er sygemeldt, er udgangspunktet, at det skal foregå uden for arbejdstiden. Det er dog FOAs opfattelse, at man kan have en sygdom, der gør det nødvendigt, at man er væk fra arbejdsstedet for at blive undersøgt og behandlet. Er det ikke er muligt at placere undersøgelsen uden for arbejdstiden, er du berettiget til fravær. Du har dog pligt til at søge fraværet placeret, så det er til mindst mulig gene

for din arbejdsgiver. Du har dog ikke ret til fravær, hvis det drejer sig om en ren kosmetisk undersøgelse/behandling.

Hvis der er tale om graviditetsundersøgelser eller behandling for barnløshed, hvor det skyldes sygelige forhold, har man ret til fravær. I forbindelse med graviditetsundersøgelser skal det dog være foreneligt med forholdene på arbejdsstedet.

Der kan være lokale kutymer og personalepolitikker vedrørende fravær til undersøgelser, så det bedste vil være at kontakte din lokale afdeling. Det er dog FOAs oplevelse, at det normalt ikke giver problemer, når man oplyser, at man skal til undersøgelse på et sygehus.

[Eike Huish]

Får jeg skattefri præmie som fritstillet?



Jeg indgik en fratrædelsesaftale med Fredensborg Kommune, hvor jeg får fuld løn, til jeg fylder 63 år, men er fritstillet indtil ophør af arbejde. Får jeg udbetalt min efterløn for det år mellem 62 og 63 år, hvor jeg har fået løn, men ikke har været i fysisk arbejde?

Jeg er vidende om, at de først udbetales, når jeg fylder 65 år.

[Suzanne Kærager Hey]

SVAR

Den skattefri præmie opgøres på baggrund af de løntimer, som din arbejdsgiver indberetter til Indkomstregistret. Hvis du får helt almindelig løn i opsigelsesperioden, vil de indberettede løntimer tælle med i opgørelsen af den skattefri præmie, selv om du har været fritstillet i perioden. Det forudsætter naturligvis, at du opfylder de øvrige betingelser for at få udbetalt en skattefri præmie, når du fylder 65 år. Hvis du er i tvivl om reglerne, rådes du til at kontakte dit lokale a-kassekontor.

[Bente Harrekilde]

Jeg gik ned med stress



Jeg har gået sygemeldt i 8-9 uger, fordi jeg gik ned med stress på grund af min arbejdsplads. Er det noget, man skal anmelde som en arbejdsskade? Jeg blev henvist til psykolog af min læge. Er det noget, man på nogen måde kan få dækket udgifterne til? **[Anonym]**

SVAR

Jeg vil anbefale dig at kontakte din lokale FOA-afdeling, som både kan hjælpe dig med en eventuel anmeldelse til Arbejdsskadestyrelsen og eventuelt med en henvisning til Arbejdsmedicinsk klinik. Desværre er det meget svært at få anerkendt stress som en arbejdsbetinget lidelse. Behandlingsudgifter vil man kun kunne få dækket, hvis skaden bliver anerkendt i Arbejdsskadestyrelsen.

Nogle arbejdspladser har lokale ordninger, hvor man for eksempel får dækket de første 5 behandlinger, men ellers plejer det at være for egen regning, medmindre man er medlem af sygesikringen Danmark eller andre sundhedsordninger.

[Helle Thunø]



Desværre er det meget svært at få anerkendt stress som en arbejdsbetinget lidelse.

HELLE THUNØ

Hvornår kan jeg få folkepension?



Jeg er en kvinde på 58 år – født den 6. maj 1955. Hvornår kan jeg gå på folkepension? Er det, når jeg fylder 65 år eller 67 år? **[Lene V. Nielsen]**

SVAR

Pensionsalderen afhænger af ens fødselsdato. For dit vedkommende er pensionsalderen 66 ½ år.

Folkepensionsalderen er:

- 65 år for personer, der er født før den 1. januar 1954.
- 65 ½ år for personer, der er født i perioden fra den 1. januar 1954 til den 30. juni 1954.
- 66 år for personer, der er født i perioden fra den 1. juli 1954 til den 31. december 1954.
- 66 ½ år for personer, der er født i perioden fra den 1. januar 1955 til den 30. juni 1955.

- 67 år for personer, der er født efter den 30. juni 1955.

I 2015 vil der blive lavet en beregning ud fra befolkningens gennemsnits-levaalder på pensionsalderen for dem, som er født efter den 31. december 1962. Denne beregning foretages hvert 5. år.

[Malene G. Haarder]



E-mail:
brevkasse@foa.dk

eller send et brev med posten:

Fagbladet FOA
Staunings Plads 1-3
1790 København V
Mrk. **spørg løs**

Du kan være anonym, hvis du foretrækker det. Brevkasseredaktøren skal dog vide, hvem du er.

Hvad har jeg ret til at få i barselsdagpenge?



Jeg er på barsel fra mit arbejde som sosu-assistent, hvor jeg arbejder 32 timer om ugen. Hvis jeg var ledig, ville jeg kunne få fuld dagpengesats. Nu har jeg fået brev fra Udbetaling Danmark om, at mine barselsdagpenge beregnes efter mit timetal i jobbet og ikke efter, hvad jeg ville kunne få i dagpenge, hvis jeg var ledig. Kan det

virkelig passe, at jeg er dårligere stillet, fordi jeg er i job, end hvis jeg havde været ledig, da jeg gik på barsel?

[Anonym]

SVAR

Der er desværre ikke noget at gøre. Ifølge reglerne skal barselsdagpenge beregnes på grundlag af det faktiske

ugentlige antal timer, som du skulle have arbejdet, hvis du ikke havde været fraværende på grund af barsel. Arbejdsløshedsdagpenge derimod beregnes på baggrund af lønsummen, fordi den skal kompensere for tabt lønindtægt.

[Malene G. Haarder]

Flere spørgsmål og svar

Vi har samlet alle de tidligere spørgsmål og svar på FOAs hjemmeside



www.foa.dk/brevkasse

Denne gang får du svar fra



Gitte Gross,
bromatolog,
DTU



Eike Huish,
konsulent i FOA



Bente Harrekilde,
konsulent,
FOAs A-kasse



Helle Thunø,
arbejdsskade-
konsulent i FOA



Malene G. Haarder,
konsulent
i FOA

Syge arbejds- pladser spilder milliarder

Bedre forebyggelse af problemer i arbejdsmiljøet kan hente **kæmpebeløb** til FOA-arbejdspladserne.

Af Finn Danielsen

Det er ikke pebernødder, der ædes op af dårligt arbejdsmiljø på FOA-arbejdspladserne. En opgørelse siger mindst 3,3 milliarder kroner om året. Beregningen er lavet på grundlag af nøgletal fra en arbejdsmiljøberegner, som FOA har udviklet sammen med konsulentfirmaet COWI.

43 procent af FOAs medlemmer mener, at de har et dårligt arbejdsmiljø, og det afspejler sig i et højt fravær.

“Omkring halvdelen af FOA-medlemmernes fravær kan tilskrives helt konkrete forhold i deres arbejdsmiljø, og havde vi haft bedre data, var det formentlig muligt at forklare en endnu større del,” siger **Per Tybjerg Aldrich**, der er seniorprojektleder i COWI.

Brug for mere forebyggelse

Per Tybjerg Aldrich peger på misforholdet mellem det enorme pengespild og indsatsen for at forebygge problemer med arbejdsmiljøet.

Han vurderer, at de samlede omkostninger ved arbejdsmiljøproblemer på landsplan kan løbe op i 100 milliarder kroner, mens der kun bruges omkring 1 milliard kroner på Arbejdstilsynet, branchemiljøråd og andre forebyggende indsatser. FOA ønsker forebyggelsen styrket med en langsigtet strategi og mere støtte til løsningen af problemerne.

“Der er brug for mere rådgivning af arbejdspladserne, når arbejdsmiljøet og den forebyggende indsats skal styrkes,” siger forbundssekretær **Inger Bolwinkel**.

Hun ser den nye arbejdsmiljøberegner som et vigtigt værktøj i en mere systematisk indsats for at forebygge dårligt arbejdsmiljø på de enkelte FOA-arbejdspladser. ★

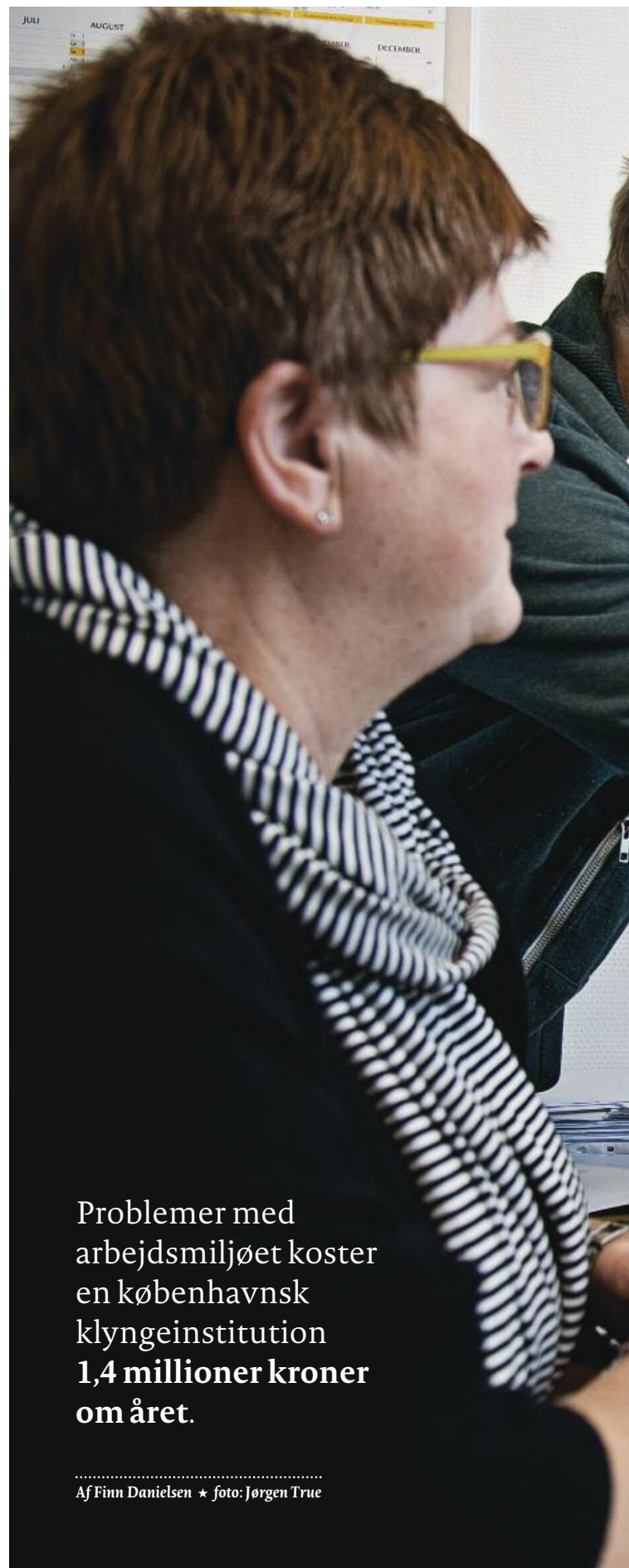
fida@foa.dk

3,3
milliarder
spildt
side 30

45

procent af FOA-medlemmernes fravær kan direkte forklares med dårligt arbejdsmiljø i form af fysisk hårdt arbejde, følelsesmæssigt og monotont arbejde, stress, alenearbejde og mobning.

Kilde: COWI



Problemer med
arbejdsmiljøet koster
en københavnsk
klyngeinstitution
1,4 millioner kroner
om året.

Af Finn Danielsen ★ foto: Jørgen True



Leder Pia Bah (tv.) sætter sammen med arbejdsmiljørepræsentanterne Keld Eskildsen og Claudia Pais **kroner og øre** på institutionens arbejdsmiljø.

Arbejdsmiljøet koster kassen

Læs mere på næste side →



200 børn og 19 sprog

Klynge Ve6 omfatter institutionerne Børnegården Frederiksholm og Bavnehøj Fritidshjem & Børnehave i København. Der er cirka 200 børn, som taler 19 forskellige sprog. Klyngen får ekstra sociale normeringer og har i alt 53 ansatte.

[bag om ordet]

Klynge er den københavnske betegnelse for daginstitutioner, der er under fælles ledelse. Det svarer til, hvad der i andre kommuner kaldes distriktsledelse eller områdeledelse.

Arbejdsmiljøet koster kassen

➔ Klyngeleder **Pia Bah** er overrasket over, at arbejdsmiljøproblemer i de to daginstitutioner, som hun har ansvaret for, kan opgøres til et tab på 1,4 millioner kroner. Penge, som de to institutioner i klyngen Børnegården Frederiksholm og Bavnehøj Børnehave & Fritidshjem i København sagtens kunne bruge.

“Det svarer til fire fuldtidsstillinger, og vi har et stort underskud, som sidste år betød, at vi måtte undvære vikarer de sidste fire måneder,” siger Pia Bah.

Milliontabet fremgår af en helt ny arbejdsmiljøberegner, som FOA har udviklet sammen med konsulentfirmaet COWI. Her kan man taste nøgletal om personale og løn ind sammen med afkrydsninger af de problemer i arbejdsmiljøet, som arbejdspladsvurdering og trivselsundersøgelse har afdækket. Så klarer beregneren resten.

Højt sygefravær

De 53 ansatte til klyngens mere end 200 børn har et gennemsnitligt sygefravær på 18,1 dage.

Men arbejdsmiljøet belaster også de ansatte på flere områder. Pia Bah og de to arbejdsmiljørepræsentanter, pædagog **Claudia Pais** og pædagogisk assistent **Keld Eskildsen** peger på problemer med kulde og træk fra utætte vinduer og døre i det gamle hus, på støj og mange løft især i vuggestuen. Hertil kommer knas i det psykiske arbejdsmiljø med stressede medarbejdere, tilfælde af voldstrusler fra forældre og mobning i personalegruppen.

Pædagog Claudia Pais
serverer frokost for
Vilmer og Birta.



Pædagogisk
assistent Keld
Eskildsen hyg-
ger sig med
Freja, Alishba,
Michella, Ferja
og Noah.

Flere årsager til stress

Når vikarkontoen er tom og seks ud af 14 ansatte i vuggestuen er langtidssyge, er konsekvenserne indlysende.

“Så bliver der altså rendt stærkt, og der bliver slidt rigtig meget på de tilbageværende,” siger Pia Bah.

Men stressen kan have flere årsager, mener Claudia Pais.

“Det stresser også, at tomme pladser og underskud gør os usikre på, om vi kan beholde vores arbejde.”

Op Keld Eskildsen oplever, at

5
gode råd
side 32

især folkeskolereformen skaber usikkerhed blandt de ansatte i fritidshjem-
delen.

“Flere af mine kolleger er ved at gå ned med stress, for vi ved ikke, hvor vi havner.”

Kvaliteten daler

Problemerne trækker deres spor ind i dagligdagen med børnene.

“Vi kan ikke nå vores mål, der er ting, vi ikke kan gøre, og meget bliver gjort halvt. Vi kan ikke levere den kvalitet, vi ellers ville kunne,” siger Keld Eskildsen.



**Jeg tror, at
arbejds miljø-
regnskabet
kan være en
øjenåbner for
kollegerne.**

KELD ESKILDSEN,
PÆDAGOGISK ASSISTENT

tema

arbejds miljø



Hårdt fysisk arbejde

2 ud 3 FOA-medlemmer har mange tunge løft/forflytninger på jobbet. 4 ud 5 går og står meget.

Kilde: Medlemsundersøgelse, november 2012

Flere konflikter

Omkring hvert fjerde medlem oplevede i 2013 flere konflikter på deres arbejdsplads end året før. Også en fjerdedel af medlemmerne synes, at tonen er blevet hårdere.

Kilde: Medlemsundersøgelse, august 2013

Alligevel kommer arbejdsmiljøregnskabet bag på alle tre.

“Vi er vant til kun at tænke på de direkte omkostninger og ikke så meget på de afledte, der kommer oveni,” siger Claudia Pais. Hun mener, at beregneren er et godt værktøj til at gøre det synligt, at en indsats kan give gevinst på længere sigt.

Øjenåbner for kollegerne

Pia Bah er som leder glad for at kunne tænke i kroner og øre, også om arbejdsmiljø.

“Men det er lidt uklart for mig, hvordan vi så at sige får pengene i hænderne. Der er jo ingen garantier.”

Personalegruppen skal nu i gang med en debat om, hvor der skal sættes ind for at komme problemerne til livs på de fem områder, der koster institutionen fravær og penge – stress, mobning, voldstrusler, indeklima og støj.

“Jeg tror, at arbejdsmiljøregnskabet kan være en øjenåbner for kollegerne,” siger Keld Eskildsen. ★

fida@foa.dk ➔

Sådan virker arbejdsmiljøberegneren

Arbejdsmiljøberegneren giver svar på, **hvor mange penge** der kan spares ved at løse problemer med arbejdsmiljøet. Her er princippet i beregneren.



FOA-arbejdspladser spilder mindst 3,3 milliarder

Arbejdsmiljøberegneren gør det helt tydeligt, hvad et **dårligt arbejdsmiljø** koster

Af Finn Danielsen

En beregning, der er baseret på nøgletal fra FOA, viser, at dårligt arbejdsmiljø på FOA-arbejdspladserne koster mindst 3,3 milliarder kroner om året. Det svarer til cirka 10.000 fuldtidsstillinger.

Tallet er fremkommet ved hjælp af den nye arbejdsmiljøberegner, som FOA har udviklet sammen med konsulentfirmaet COWI.

Høje afledte omkostninger

Af de 3,3 milliarder kroner udgør

de direkte omkostninger 1,1 milliarder kroner (før dagpenge-refusion) og de afledte omkostninger 2,2 milliarder, for eksempel vikarlønninger og al den tid, der bliver brugt på at følge op på problemerne.

Ikke alt er regnet med

Ikke alle arbejdsmiljøforhold er taget med i beregningen, som viser de økonomiske konsekvenser af hårdt fysisk arbejde, følel-

sesmæssigt og monotont arbejde, stress, alenearbejde og mobning. Problemer som vold og volds-trusler, arbejdsulykker, indeklimaproblemer, støj og arbejdsbetingede hudproblemer er derimod ikke regnet med. Det skyldes især mangel på brugbare data for alle FOA-medlemmer og risikoen for, at fravær tælles med mere end én gang. ★

fida@foa.dk

43

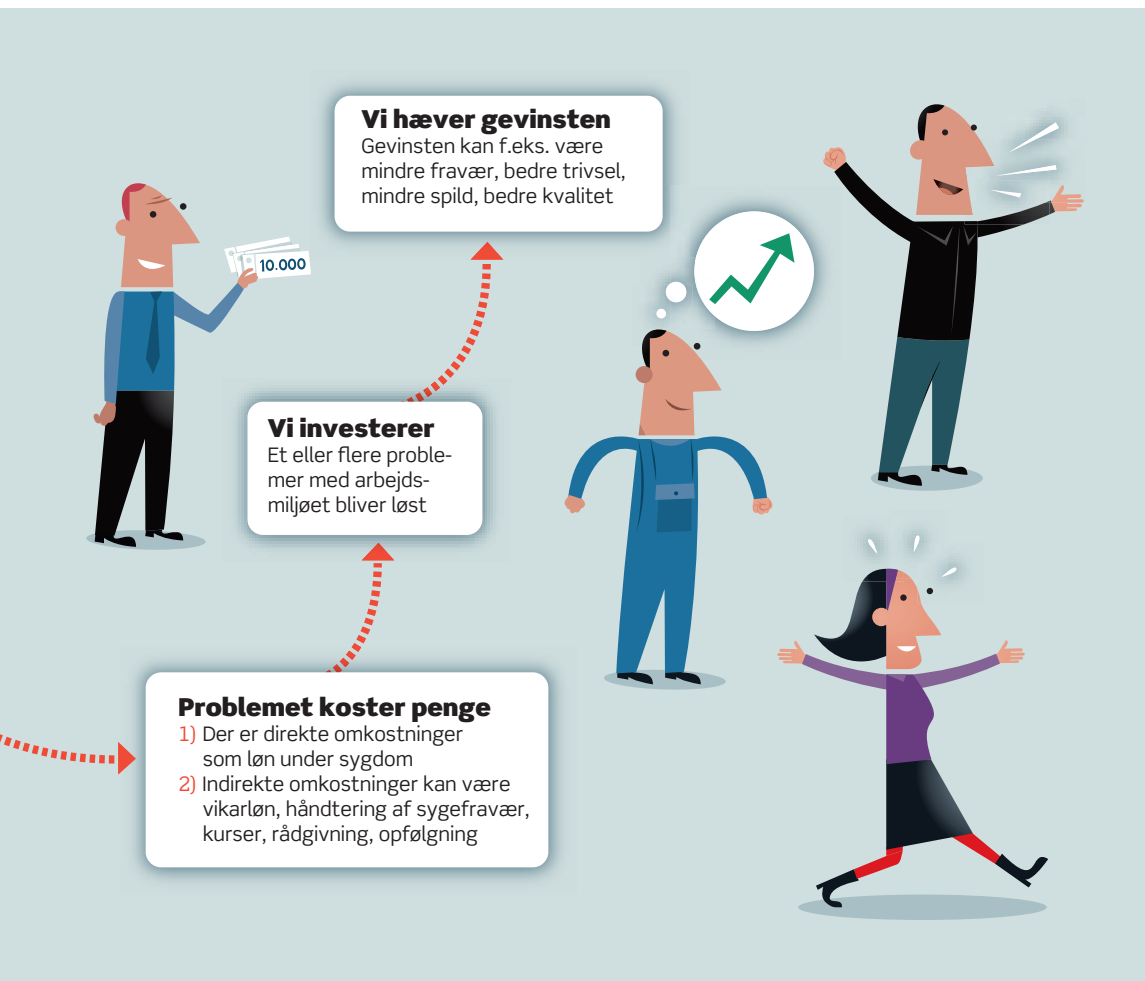
procent af FOA-medlemmernes fravær kan direkte forklares med dårligt arbejdsmiljø i form af fysisk hårdt arbejde, følelsesmæssigt og monotont arbejde, stress, alenearbejde og mobning.

Kilde: COWI

For meget fart på

13 procent af FOA-medlemmerne føler sig stressede 'i høj grad' eller 'i nogen grad'.

Kilde: Medlemsundersøgelse, januar 2012



På mange arbejdspladser er arbejdet med arbejdsmiljøet fastfrosset. Med arbejdsmiljøberegneren kan man bryde isen og finde en vej.

PER TYBJERG ALDRICH, COWI

12 problemer der koster

Arbejdsmiljøberegneren giver et skøn over, hvad arbejdspladsen kan spare ved at gøre noget ved:

- Hårdt fysisk arbejde
- Følelsesmæssigt og monotont belastende arbejde
- Stress
- Alenearbejde
- Mobning
- Arbejdsulykker
- Vold og trusler om vold
- Dårligt indeklima
- Støj
- Arbejdsbetingede hudproblemer
- Forhøjelse af normeringen i en børneinstitution

Døde penge skal vækkes til live

Det er lettere at få arbejdsgiverne i tale, når snakken handler om **kroner og øre**.

Af Finn Danielsen

Dårligt arbejdsmiljø koster massevis af kroner, men det er ikke penge, man bare lige kan skrabe ned i lommen. Eller som kommunen uden videre kan hente ind som besparelse.

“Når vi siger, at der kan spares penge, så mener vi, at de penge, der allerede bliver brugt, kan udnyttes bedre,” siger FOAs idémænd bag arbejdsmiljøberegneren, konsulent **Rudy Larsen**.

“Der er for mange ‘døde’ kroner i budgettet, som arbejdspladsen ikke får noget ud af, samtidig med at de ansatte

har det dårligt og bliver syge,” forklarer han.

Hvis arbejdsmiljøet forbedres, kan de døde driftskroner genoplives, og det giver institutionen langt bedre muligheder for at løse sine opgaver:

“Så kan de ansatte yde den indsats, de er ansat til, og de får en hverdag med mere arbejdsglæde,” siger Rudy Larsen.

Investeringer betaler sig

Han peger på, at forbedringer af arbejdsmiljøet kan forhindre en masse nedslidning, som kan føre til førtidspension. Det ville betyde en



De snakker bare om, at sygefraværet skal ned, og snakken sidder fast i den rille.

RUDY LARSEN,
ARBEJDSMILJØKONSULENT I FOA

kæmpe besparelse for samfundet, udover gevinsterne på de enkelte arbejdspladser. Men det har ikke rigtig politikernes bevilgning.

“De snakker bare om, at sygefraværet skal ned, og snakken sidder fast i den rille.”

FOA vil med sine beregninger prøve at overtale arbejdsgiverne til at investere i forbedringer. Forskning viser, at de penge, der bruges på at løse arbejdsmiljøproblemer, typisk hentes hjem igen i løbet af tre måneder til to år.

“Vi er ikke kommet så langt med vores retfærdige harme. Når vi snakker økonomi, er det nok lettere at åbne øjnene hos arbejdsgiverne,” vurderer Rudy Larsen. ★

fida@foa.dk



Forbedringer af det psykiske arbejdsmiljø kan give store gevinster.

.....
HELGE HVID, PROFESSOR
VED ROSKILDE UNIVERSITET

[vidste du at]

FOAs medlemmer anmelder i gennemsnit 4.200 arbejdsskader om året. Den hyppigste arbejdsulykke er en overbelastningsskade, og den typiske erhvervssygdom er skader i bevægeapparatet.

Kilde: Arbejdsskader blandt FOAs medlemmer 2006-11

8

millioner kroner om året – det er hvad Region Midtjylland har sparet i perioden 2010-2012 ved at sætte fokus på arbejdsulykker ud fra de samme principper, som indgår i FOAs arbejdsmiljøberegner.

Kilde: Region Midtjylland

Svært at få ørenlyd

4 ud af 10 FOA-medlemmer oplever så meget støj på jobbet, at de er nødt til at hæve stemmen for at tale med andre. Det er 6 ud af 10 i Pædagogisk Sektor.

Kilde: Medlemsundersøgelse, november 2012

Monotont arbejde

Halvdelen af FOAs medlemmer arbejder i gentagne og ensidige bevægelser. Værst er det i Kost- og Servicesektoren, hvor det er 3 ud af 4.

Kilde: Medlemsundersøgelse, november 2012

Hudproblemer

FOAs medlemmer har hudproblemer i betydeligt større omfang end andre. De har ofte fugtige eller våde hænder på jobbet og har jævnligt hudkontakt med kemikalier.

Kilde: Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø

5 gode råd

Helge Hvid, professor ved Roskilde Universitet, peger på det, der skal til, for at det **psykiske arbejdsmiljø** kan komme i top.

.....
Af Finn Danielsen ★ tegninger: Gitte Skov

Start med at antage noget

En trivselsmåling kan være svær at omsætte til handlinger. Tag derfor en forudgående snak i personalegruppen om, hvor de største styrker og svagheder i arbejdsmiljøet ligger. Så lader man sig ikke styre af trivselsmålingen, men bruger den til at blive klogere på sine antagelser.

Lav overskuelige projekter

Projekter, der skal forbedre arbejdsmiljøet, skal helst kunne afsluttes inden for en rimelig tid. Så alle kan fornemme, at der sker fremgang i processen.

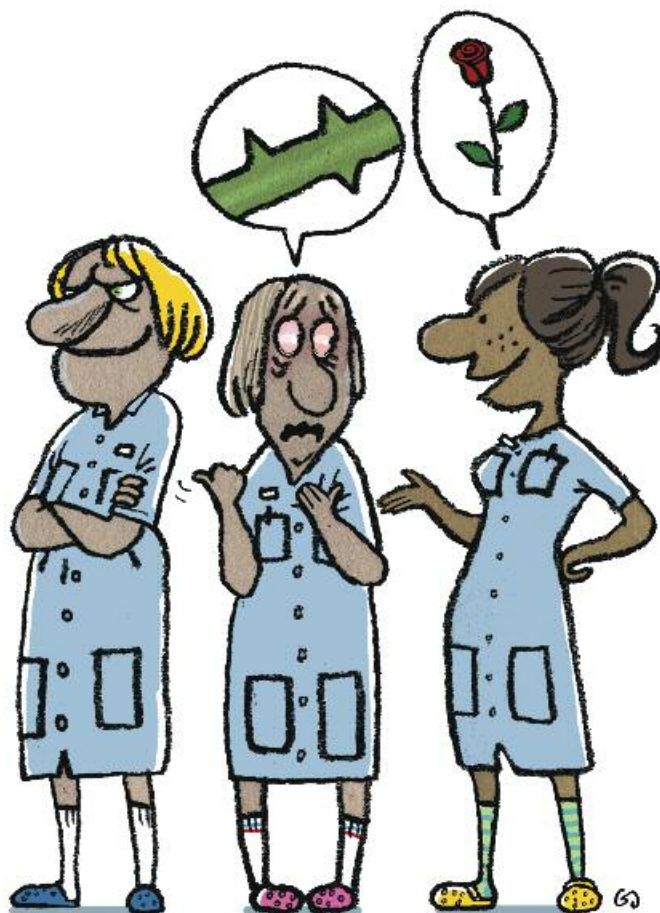


Tal ikke om ofre og skyldige

Vær realistisk

Man skal tage problemer op, som er betydningsfulde, men som det også er realistisk at gøre noget ved. Man kan ikke lave om på, at det er følelsesmæssigt belastende at arbejde på en intensivafdeling. Hvis kravene er for høje, må man finde en anden måde at håndtere dem på.

Hvis arbejdspladsen for eksempel har problemer med mobning, kan man lave aftaler om, hvordan man taler til hinanden for bedst muligt at løse opgaverne. På den måde styrker man arbejdsprocessen i stedet for at udpege ofre og skyldige.



Gør indsatsen til en del af hverdagen

Initiativer skal integreres i det daglige arbejde, så der ikke bliver tale om ekstra foranstaltninger. Det kan være svært at oversætte kursusaktiviteter til dagligdagen, derfor er det den, der skal være udgangspunktet.

Helge Hvid er professor ved Institut for Miljø, Samfund og Rumlig Forandring ved Roskilde Universitet og forsker blandt andet i psykisk arbejdsmiljø.

Prøv selv at regne

Du kan sætte pris på dit eget arbejdsmiljø ved at bruge FOAs arbejdsmiljøberegner. Den er meget enkel at anvende, og det har netop været et af formålene med at lave den. Du skal bruge nogle få oplysninger om din arbejdsplads:

- Hvilke alvorlige arbejdsmiljøproblemer har I?
- Hvor mange fuldtidsmedarbejdere har I?
- Hvad er jeres fraværspcent?
- Hvad er jeres gennemsnitlige timeløn?



Se hvad det koster

Arbejdsmiljøberegneren findes på FOAs hjemmeside. Prøv selv www.foa.dk/amberegner

BESPARELSER OG TILBUD MED DIT LO PLUS KORT



SHOP HVIDEVARER ONLINE!

**5,5 %
RABAT**

Hos De3Bedste får du 5,5 % rabat på hele vores udvalg lige fra tørretumblere og vaskemaskiner til støvsugere og køkkenmaskiner.



Læs mere på
loplus.dk/de3bedste

REJSE-MAGASIN MED ÆGTE REJSEGLÆDE

**4 %
RABAT**

Bestil sommerferien nu mens udvalget er størst, og som LO Plus medlem får du **4 % rabat** på ALLE rejser.



Læs hvordan du booker på
loplus.dk/falklauritsen

FÅ NY ENERGI TIL LO PLUS SÆRPRIS

**SÆR-
PRIS**

Som LO Plus medlem får du nu ekstra gode priser på el og naturgas hos TREFOR og abonnement til kun **10,42 kroner/md***

*Opkræves på årsbasis.

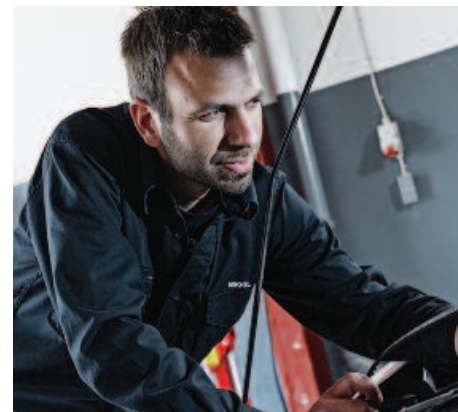


Læs mere på
loplus.dk/trefor

BILLIG AUTOREPARATION

**10 %
RABAT**

Hos QuickPot får du autoreparation billigt. F.eks. får du udskiftet tandrem fra kun kr. 3.995-, inkl. montering og tandrem. Billigt... Meget billigt!



Læs mere på
loplus.dk/quickpot

Har du mistet dit medlemskort til FØA – og dermed også dit LO Plus rabatkort?
Bestil et nyt kort på www.loplus.dk/genbestilkort eller kontakt LO Plus kundeservice på 70 10 20 60.

SE FLERE TILBUD PÅ **LOPLUS.DK**



7 skridt

Ved en tjenstlig samtale er der **formelle krav**, der skal opfyldes.

Hvis du skal til tjenstlig samtale

- 1** En tjenstlig samtale er en samtale mellem dig og din leder om tjenstlige forhold, der kan få konsekvenser for din ansættelse. Du har ret til at medbringe en bisidder til samtalen – f.eks. din tillidsrepræsentant.
- 2** Du skal have at vide på forhånd, hvad samtalen drejer sig om. Du skal også have tid til at forberede dig og skaffe en bisidder.
- 3** Forbered dig grundigt sammen med din bisidder inden samtalen.
- 4** Under samtalen har du ret til at give din mening til kende og få den ført til referat. Hvis du og bisidderen har brug for at tale sammen alene, kan I bede om en pause. Husk først at underskrive referatet, når du er enig i indholdet.
- 5** Samtalen kan ende med, at du får en advarsel om, at dette ikke skal gentage sig. Det skal være klart, hvad advarslen gives for. Prøv at aftale med din arbejdsgiver, at den skal være tidsbegrænset – f.eks. til ½-1 år.
- 6** Tal med din tillidsrepræsentant/FOA-afdeling om du eventuelt skal protestere skriftligt, hvis du er uenig i advarslen.
- 7** Den tjenstlige samtale kan også ende med afskedigelse eller bortvisning i alvorligere tilfælde. Du kan kontakte din lokale FOA-afdeling for bistand i disse situationer.



**Første-
hjælp**

Læs mere

www.foa.dk – se 'Hjælp til dig'.

[bag om ordet]

Tjenstlig samtale.

Arbejdsgivere bruger tjenstlige samtaler til at afklare og vurdere konsekvenser af et hændelsesforløb i forhold til en medarbejder.

Loyalt bidrag

Du skal bidrage loyalt til at oplyse det hændelsesforløb, som samtalen drejer sig om.

Husk en bisidder

Din bisidder kan lytte, tage notater og rådgive dig.



Martin
sparede
2.600
kroner

Martin Johansen er teknisk servicemedarbejder ved Albertslund Idrætsanlæg. I 2011 solgte hustruen og han deres stationcar og blev delebilister. Bilbudgettet gik fra 3.500 til 900 kroner pr. måned.

“Vi kører delebil af tre grunde: Økonomi, miljø og motion. Vi bor og arbejder begge i Albertslund og har vennekreds og familie her.

Så vi cykler stort set altid,” siger Martin Johansen.

Et par gange om ugen snupper de bilen: Ud at handle, til stranden med hundene eller på besøg hos udenbys venner. Til sommer har de en feriebil i 12 dage. Nærmeste bil står 50 meter væk, og det plager ikke Martin at gøre den ren efter brug.

“Når vi selv kører, er der stort set ikke noget. Når vi har hundene med, dækker jeg af, så de ikke sviner. Vi bruger en halv time på at støvsuge, det er en billig besværighed.”

Og så bliver der afdraget lidt ekstra på andelsboliglånet.

“Vi har en sund økonomi med overskud og kan tillade os det, vi gerne vil.” ★

Delebil gør udgiften synlig

Hvis du ikke kører bil hver dag, kan du spare **mange penge** med en delebil.

Kan du undvære en bil, når du skal til og fra arbejde? Så kan du med fordel melde dig ind i en delebilforening frem for at eje selv. Du får en hel bilpark, som du kan vælge mellem, booke og køre i.

Søren Have fra PA Consulting Group, specialist i transportøkonomi, siger:

“Som delebilist får du en forudsigelighed ind i økonomien. Du slipper for uforudsete udgifter til reparation.”

Og så kører du simpelthen mindre.

“Pludselig bliver det synligt, hvor meget det koster at køre i bil. De gange, hvor man ville tage bilen hen til bageren, fristes man ikke i samme grad. Hvis man regner på, hvad det koster at have bil over fem år, er det faktisk en del penge.”

Du kan tur for tur afstemme bilstørrelse efter behov.

“Mange køber bil efter det største behov, de kan forestille sig. Selv om de kun er i Ikea en gang om året, skal bilen være en stationcar. Men mindre biler er billigere og bruger mindre brændstof,” påpeger Søren Have. ★

Sådan fungerer en delebilsordning



Vi kører delebil af tre grunde: Økonomi, miljø og motion.

MARTIN JOHANSEN, TEKNISK SERVICEMEDARBEJDER

33

procent. Så meget mindre kører man i bil, hvis man kører delebil frem for at køre egen bil.

Kilde: forbrug.dk

Når det passer dig

En delebil kan lejes på timebasis og bookes spontant. Bilerne er nyere, miljøvenlige og står på faste, decentrale pladser. De hentes ved selvbetjening.

Så mange

Der er cirka 7.000 delebilsbrugere og cirka 300 delebiler i Danmark.

Kilde: danskdelebil.dk

Find en delebil

Danskdelebil.dk har en liste over sine medlemmer. Letsgo har delebiler i København, Greve, Hedensted, Aarhus og Herning og planer om at åbne i flere byer.



Hvad koster bilen?

Beregn hvad det koster dig at have en bil: www.fdm.dk – skriv 'bilbudget' i søgefeltet



Har du et spørgsmål om din privatøkonomi, du gerne vil have svar på? Så send dit spørgsmål til brevkasse@foa.dk, og redaktionen vil kontakte en ekspert, der kan hjælpe dig med at få svar på dit spørgsmål.



23. marts

Dine udbetalingsmeddelelser har skiftet navn til "Min indbakke". Vi arbejder på at samle al det, du har sendt til os – og vi har sendt til dig – på et sted. Vi starter i det små med dine udbetalingsmeddelelser. Du skal bruge dit NemID, ligesom du plejer.

Udbetalingsmeddelelsen

Dine udbetalingsmeddelelser har skiftet navn til "Min indbakke". Vi arbejder på at samle al det, du har sendt til os – og vi har sendt til dig – på et sted. Vi starter i det små med dine udbetalingsmeddelelser. Du skal bruge dit NemID, ligesom du plejer.



på www.foa.dk/min-indbakke

Fejl i artikel

På side 46 i nr.8/13 skrev vi i artiklen *Job i udlandet kan koste efterlønnen*, at du, for at kunne gå på efterløn, som tommelfingerregel skal have haft fuldtidsarbejde, dvs. 1.924 timers arbejde pr. år i 3 år, hvis du er fuldtidsforsikret. Det er naturligvis 1.924 timers arbejde inden for de sidste 3 år, inden du går på efterløn.

Udfyld jobsøgnings-skemaet på nettet

Du kan udfylde dit jobsøgnings-skema elektronisk ligesom dit dagpengekort. Du finder jobsøgnings-skemaet på www.foa.dk/jobsoegningsskema, hvor du også kan læse en vejledning til skemaet. Husk at sende det ind til os via www.foa.dk, inden du skal til rådighedssamtale.

Sådan får du feriedagpenge

Den 1. maj begynder et nyt ferieår, hvor du kan have optjent op til 25 dage med feriedagpenge, som du kan afholde fra 1. maj 2014 til 30. april 2015.

Du optjener ret til feriedagpenge af ydelser, som enten a-kassen eller kommunen har udbetalt til dig i kalenderåret 2013. Du optjener feriedagpenge på baggrund af dagpenge og feriedagpenge samt syge- eller barselsdagpenge fra kommunen.

Krav til dig

Feriedagpenge kan betragtes som en erstatning for, at man ikke har optjent ret til fuld ferie hos en arbejdsgiver, f.eks. fordi du har været på dagpenge i en periode. I modsætning til feriepenge optjent efter ferieloven er feriedagpenge en særlig ydelse, som du kun har ret til, hvis du opfylder nogle særlige betingelser. Du skal bl.a. have ret til dagpenge på ferietidspunktet og være i arbejde som lønmodtager eller være ledig og tilmeldt jobcentret. Du skal desuden umiddelbart før ferien opholde dig i Danmark og stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

Sådan søger du

Du kan læse mere om reglerne på www.foa.dk/feriedagpenge. Her kan du også søge om at få udbetalt feriedagpenge. Vi sender hvert år umiddelbart før ferieårets begyndelse et brev til dig, hvis du har modtaget en ferieberettiget ydelse fra a-kassen i 2013. I brevet oplyser vi, hvor mange dage du har optjent med feriedagpenge. Du kan som regel tidligst få udbetalt dine feriedagpenge, når du har holdt den ferie, du måtte have optjent fra en arbejdsgiver. Husk altid at oplyse om tidligere afholdt ferie, når du søger om feriedagpenge.

Husk at give besked

Hvis du er i arbejde, skal du aftale ferien med din arbejdsgiver. Er du ledig, kan du selv vælge, hvornår du vil holde ferie, men både jobcentret og din lokale a-kasse skal have besked – enten telefonisk eller via mail. Vi skal have besked senest på feriens første dag. Jobcentret skal have besked så hurtigt som muligt og mindst 2 uger før feriens start.



Ring 4697 1010

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

Risikerer karantæne

Hvis du ikke overholder denne frist, har du pligt til at deltage i de møder og aktiviteter, som jobcentret indkalder til – også selvom du holder ferie. Deltager du ikke, risikerer du at få en karantæne og miste dagpengene for en periode. Hvis du vil være sikker på at have dine feriedagpenge inden feriens start, skal vi have modtaget din ansøgning senest en måned inden, du holder ferien.

Sidste frist

Du kan søge om feriedagpenge for perioden 1. maj 2014 til 30. april 2015 helt frem til den 31. maj 2015. Hvis du har feriedagpenge til gode for perioden 1. maj 2013 til 30. april 2014, kan du søge om at få disse udbetalt frem til den 31. maj 2014. ★



www.foa.dk/feriedagpenge



**TRÆT
TRÆT
TRÆT**

❁ 9 ud af 10 kvinder mangler jern

Træthed og manglende energi er et velkendt tegn på, at kroppen er i underskud af jern. Men føler du dig bleg eller svimmel, kan det også være et fingerpeg om, at kroppen mangler jern.

Floradix® Kräuterblut er et velmagende urte – jerntilskud, der med sit indhold af syrlige naturlige ekstrakter fra blomster, frugter og bær, optages særligt godt.

Floradix® Kräuterblut er mild ved maven og er ikke tilsat nogen form for sukker, eller konserveringsmidler.

Købes i helsekostforretninger, hos Matas og på apoteket.

Læs mere på www.mezina.dk.

*Kvinder i den fødedygtige alder



Scan koden og læs mere om produktet.



gæt et job

FOAs medlemmer er en broget flok. Her fortæller **Rolf Bekker** om sit job. Kan du gætte, hvad han laver?

Folk spørger tit, om jeg har en fløjte med



I mit job skal man være fordomsfri og tålmodig. Jeg møder mennesker fra mange socialklasser og mange kulturer, som alle skal behandles ens.



Det bedste ved jobbet er borgernes tilfredshed og glæde, når man får løst et problem, som de virkelig har kæmpet med.



Jeg vil hellere forebygge end bekæmpe, så folk kan føle sig trygge.



Folk spørger tit, om jeg har en fløjte med.



Indimellem arbejder jeg 4-5 meter under jorden. Hvis vi skal mere end 180 cm under jorden, tager jeg beskyttelsesmaske på med ren luft.



I mit job risikerer man at blive bidt.



Hvad laver Rolf?

Kan han være ...

- Pedel
- Portør
- Miljøkontrollør
- Kedepasser
- Pædagogmedhjælper



Send svaret til **quiz@foa.dk** senest 22. april. Så er du med i lodtrækningen om et gavekort til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

Brian og de andre

- FOA har 106 medlemmer, der er vaskeriarbejdere.
- Oplæring finder sted på arbejdspladsen. Der findes også AMU-kurser på området. Se også UddannelsesGuiden www.ug.dk

[i sidste nummer]

Brian Jensen er vaskeriarbejder

Inga Nielsen, Bakkeager 20 c i Vejle havde gættet, at Brian Jensen er vaskeriarbejder. Hun blev den heldige vinder af et gavekort til Coop Danmark. Til lykke til Inga.



[cv]

Navn: Brian Jensen
Job: Vaskeriarbejder på Centralvaskeriet BBH, Region Hovedstaden.
Medlem af FOA siden 1990.

IKKE MERE SNAK

SUVERÆNE FORSIKRINGER TIL DIG

**BILLEGE
FORSIKRINGER**
Kun for dig i
FOA

Er du medlem af FOA, så har vi en kontant fordel til dig: Få suveræne forsikringer til **medlemspris** – f.eks. en indboforsikring for **under 120 kr. om måneden**.

Tjek, hvad DU kan spare på **pensam.dk/foafordele** eller **44 39 39 53**

Er du allerede kunde, og har du ikke FOA fordele, så ring til os.



INDBO



BIL



ULYKKE



HUS

PenSam FORSIKRING

FOA

Er du i farezonen?
Det kan en **fingerscanning** give dig svar på.

Knogleskørhed kan forebygges

Omkring hver anden kvinde og hver fjerde mand vil i løbet af livet få et knoglebrud på grund af knogleskørhed. Men vi forebygger ikke knogleskørhed så effektivt, som vi kunne, påpeger **Teresa Friis-Holmberg**, ph.d. og forsker på Statens Institut for Folkesundhed.

Hun har påvist, at man med fingerscanning bedre kan finde

frem til personer med knogleskørhed og lettere kan udvælge dem, som hofte- og rygscanning er relevant for. Fingerscanning bruges i udlandet og på enkelte privathospitaler herhjemme, men de små scannere er ikke almindelige hos lægerne endnu.

“Der er ingen grund til, at så mange får brud på håndled, hofter og

Der er flest håndleds- og underarmsbrud. Men hoftebrud koster mest og nedsætter især livskvaliteten.

TERESA FRIIS-HOLMBERG, PH.D.

ryghvirvler, når vi kan fange dem, der er i risiko, og give knoglestyrkende medicin,” siger hun.

Er man over 50 år og i risiko for knogleskørhed, opfordrer Teresa Friis-Holmberg til, at man får en hofte- og rygscanning, som kan vise, om man skal have knoglestyrkende medicin og tilskud af kalk og D-vitamin. ★

Derfor opstår knogleskørhed

Knogleskørhed skyldes, at det naturlige knogletab bliver så stort, at knoglerne ikke længere er stærke. Enten fordi man opbyggede for lidt knoglevæv som ung, eller fordi knogletabet er ekstra stort.

Pas på overgangsalderen

Ved overgangsalderen øges knogletabet, fordi kroppen producerer mindre østrogen.

Dyrt for samfundet

Knogleskørhed koster samfundet ca. **12 mia. kr.** om året, viser en dansk undersøgelse fra 2013. Det dækker bl.a. behandling, indlæggelse, operationer og genoptræning.

Er du knogleskør?



Vær opmærksom, hvis du:

- har knogleskørhed i familien
- får binyrebarkhormon i større doser
- ryger
- drikker mere alkohol end Sundhedsstyrelsens anbefalinger
- er meget tynd
- kom i overgangsalderen tidligt, før 45 år
- har brækket en knogle efter et uskyldigt fald eller er blevet rundrygget. Brud opstår typisk i underarm, hofte eller ryghvirvler.



Tag testen og find ud af, om du er knogleskør:

Læs mere

www.knogleskor.dk

PenSam indkalder til fælles forbrugergruppemøde den 24. april 2014 på Hotel Comwell Kolding, Skovbrynet 1, 6000 Kolding

Har du forslag til dagsordenen, skal du sende dem senest 30 dage før mødet afholdes til PenSam, Ledelsessekretariatet, Jørgen Knudsens Vej 2, 3520 Farum.

Hvis du vil deltage i det fælles forbrugergruppemøde, skal du tilmelde dig senest fem dage før mødet. Det gør du ved at ringe på **telefon 44 39 31 33** eller **sende en mail til lew@pensam.dk**. Alle deltagere kan få tilsendt dagsorden med bilag ved at henvende sig til PenSam.

Du kan også se indkaldelsen til det fælles forbrugergruppemøde på PenSam's hjemmeside www.pensam.dk



PenSam

Du må gerne falde på halen over komforten.
Men så er det også sidste gang.

Da vi designede SIKA Motion-sandalen handlede det i høj grad om 2 ting: At skabe arbejdsglæde i fodhøjde samt at minimere risikoen for faldulykker.

Resultatet er en sandal med god svangstøtte, behagelig indersål og foring, som former sig efter foden og giver suveræn pasform og komfort dagen lang. Ydersålen er stødabsorberende og ekstremt skridhæmmende for at minimere risikoen for faldskader. Det gør sandalen særdeles velegnet til sygeplejersker, SOSU-personale og andre i jobs, hvor man står og går meget i løbet af dagen.

KØB DEN PÅ SYGEPLEJEBUTIKKEN.DK



www.sika-footwear.dk



**22206 SIKA
MOTION LADY**
Fås i blå eller lilla.

Kr. 519,-



**22207
SIKA MOTION**
m/aftagelig hælrem.
Fås i sort eller hvid.

Kr. 469,-

SIKA
Created to work

Gå ikke glip af nyhedsbrevet

Få mere ud af dit medlemskab af FOA

Fagbladet FOA mailer hver fredag et nyhedsbrev til alle FOA-medlemmer, som vi har mailadresse på.

Nyhedsbrevet bringer nyt om løn og arbejdsforhold, faglig inspiration og meget andet.



Hvis du ikke allerede modtager nyhedsbrevet, kan det være fordi, vi ikke har din mailadresse.

Hvis du vil modtage nyhedsbrevet, så gå ind på www.foa.dk/nyhedsbrev og følg vejledningen.

Du kan altid melde dig fra igen. Det gøres meget nemt via et link i selve nyhedsbrevet.

KURSER FOR LEDIGE

Brænder du for at arbejde med mennesker?

Og ønsker du et arbejdsliv hvor du kan gøre en forskel?

6 ugers kurser for ledige i foråret:

PSYKOLOGIEN I

SOCIALPÆDAGOGISK ARBEJDE

– til arbejdet med udsatte unge og voksne

AT ARBEJDE MED TERAPI

– med fokus på psykiatriske lidelser og terapeutisk arbejde

MISBRUGSKONSULENT

– om misbrug og behandling af forskellige former for misbrug

Få flere oplysninger om kurserne på:

www.fobiskolen.dk • fobiskolen@fobiskolen.dk • tlf. 33161200



KOGNITIVT CENTER SJÆLLAND
www.fobiskolen.dk

Fobiskolen.dk/Kognitivt Center Sjælland har 30 års erfaring med terapi, kursusvirksomhed og supervision på et kognitivt psykologisk grundlag. Alle underviserne har stor teoretisk og praktisk erfaring indenfor deres felt.

NØRRE FARIMAGSGADE 45, 2. 1364 KBH K • TLF.: 33 16 12 00 • WWW.FOBISKOLEN.DK

Fnuggeline

Slankeforeningen Fnuggeline Netværk for svært overvægtige kvinder

giver dig

livsglæde, oplevelser, motion, sund mad, aktivitet, samvær, fælleskab og inspiration mens du taber dig.

Lokalgrupper over hele landet.

Se mere på www.fnuggeline.dk
og [facebook](https://www.facebook.com/fnuggeline)



Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen**.
I denne måned handler det om hytteost, der både
egner sig til salater, pålæg og desserter.

Månedens råvare: Hytteost

Hytteost er et surmælksprodukt og en frisk ost, der er let syrnede med ostekorn, der giver den særlige konsistens. Navnet stammer fra engelsk – *cottage cheese*, der direkte oversat betyder hytteost. Osten blev oprindeligt lavet af de fattige amerikanske nybyggere i små hytter.

Hytteost fås naturel og er god i salater med grøntsager, til pålæg eller som tilbehør til varme grøntsager. Hytteost er fin med friske eller tørrede frugter og med nødder og honning – som dessert eller til morgenmad.



Bagekartoffel med hytteostsalat med æg og urter

Til 4 personer

- 4 store bagekartofler eller 8 mellemstore kartofler

Hytteostsalat:

- 400 g hytteost naturel
- 4 hårdkogte æg
- 6-8 saltede ansjoser (sardeller)
- 1 spsk. kapers
- 1 lille fennikel
- 2 tomater
- 2 spsk. fint hakket rødløg
- salt og friskkværnet peber

- **Tilbehør:** ca. 8 blade hjertesalat og evt. groft rugbrød

- Skrub kartoflerne rene. Skær et kryds 1 cm dybt ned i hver kartoffel.
- Læg kartoflerne i et ovnfast fad eller i en bradepande. Bag dem ca. 1 time i en 200 grader varm ovn. Stik en spids kniv i og bedøm konsistensen. Kartoflerne skal være møre.

- **Hytteostsalat:** Kog æggene 10 minutter. Pil dem og hak dem.
- Bland hytteost med hakket æg, hakkede ansjoser og kapers.
- Skær den grove top af fenniklen. Skær fenniklen og tomaterne i små tern og bland dem i hytteostsalaten med fint hakket rødløg. Smag til med salt og peber.
- Spis varm bagekartoffel med hytteostsalat, grøn salat og evt. rugbrød.



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

Lav en madstafet

I en fornuftig husholdning bruger man op og sørger for ikke at smide ud. Man har i et stykke tid talt om at bruge rester, og det lyder lidt trist. Faktisk er det mere inspirerende at tænke på at lave en stafet som f.eks. ris til en rissalat, kartofler til en æggekage eller fisk til en fiskegratin, så det er lettere at lave aftensmad næste dag. Det er rationelt og gør det lettere at få god mad på bordet i hverdagen.



foto: Colourbox

Maden skal give oplevelser

Maden skal se lækker ud, smage godt og give oplevelser i hverdagen. Konsistensen skal være forskellig. Det er dejligt med en cremet dressing, en tyktflydende sovs, men også sprød mad er lækker. Sprød skorpe på bollen og sprødt knækbrød og sprødt skind på kyllingen eller flæsken er en god oplevelse. Og så er det sjovt, at det også giver lyd at spise noget, der knaser.

Bliver du slået, skubbet eller truet på dit arbejde?

Forebyg vold på jobbet



På forebygvold.dk kan du finde:

- Værktøjer, som I kan bruge til at forebygge og håndtere vold på arbejdspladsen
- Gode eksempler på, hvordan andre arbejdspladser gør
- Forskningsbaseret viden om vold

DANMARKS BEDSTE BILLÅN – SÅ KAN DU TRYGT LEGE MED



Få 3 stærke kort på hånden

- ✓ Lånebevis til et af Danmarks billigste billån
- ✓ Gavebevis – Applus TilstandsAttest – værdi 475 kr.
- ✓ Forsikring: 50% rabat på PenSam bilforsikring

Vi gør dit bilkøb til en leg

Nu giver PenSam Bank dig Danmarks nemmeste og tryggeste vej til ny eller brugt bil. Få et lånebevis og et gavebevis til biltjek hos Applus. Samtidig kan du få 50% rabat på bilforsikring, når du vælger et billån hos os.*

Få et lånebevis på
44 39 39 44 eller **pensam.dk/bil**

PenSam BANK

* For at få Applus gavebeviset skal du blot kreditgodkendes til lånebeviset, der herefter gælder i 6 måneder. 50% rabat på bilforsikring gælder 1. år, herefter 10% rabat.

det sker

Bestil publikationer fra FOA og FOAs A-kasse:
www.foa.dk/publikationer

FOA/PMF Kbh. Syd Seniorklubben Piger Med Fut. 7. april: Foredrag om Ukraines venner og påskefrokost. 2. maj: Zoologisk Have. 10. juni: Frilandsmuseet. Vi har eksisteret i 20 år til sept. Det vil vi gerne fejre med en weekendtur 30.-31.8. Vi mangler medlemmer, så hvis du er gået på efterløn eller pension, så kom og vær med. Kontakt formand Doris Andersen på 36 78 63 23/28 31 73 92. Næstformand Elly Laur-

sen på 36 75 70 63/30 66 86 58 eller kasserer Birgit Jensen på 36 78 55 68/27 35 04 22.

Frederikssund Social- og Sundhedssektoren. 29. april: Generalforsamling i Ådalsparken 2, Frederikssund. Dagsorden iflg. lovene. Indkomne forslag – herunder lovændringer – samt forslag til personvalg skal være sektoren i hænde senest 2. april inden kl. 16. Indtjekning fra kl. 17, en lille let anretning kl. 18 og generalforsamlingen starter kl. 19. Tilmelding på 46 97 12 00 senest 22. april inden kl. 14.

Seniorklubben. 23. april kl. 13.30: Cafédag. For-

eningen Svend Gønge fra Lundby på Sydsjælland kommer og fortæller om en af Danmarks største helte, Gøngehøvdingen Svend Poulsen. 14. maj: Den årlige udflugt, hvor vi skal besøge Dragør Fort og spise i deres restaurant. Der vil også være tid til på egen hånd at kigge lidt på denne skønne by. Vi kører fra Frederiksværk St. kl. 9 og fra Frederikssund St. kl. 9.30. Medlemmer 300 kr. og gæster 350 kr. – dækker bustur, mad og en lille en i bussen. Drikkevarer til maden er ikke indregnet.

Guldborgsund Afdelingen. Ordinær generalforsamling 3. april kl. 19 på Kikko,

Lindholmcentret Vendsysselvej 9, Nykøbing F. Dagsorden iflg. lovene. Se hjemmesiden. Af hensyn til spising bedes tilmelding ske til afdelingen senest 21. marts kl. 12 på 46 97 17 50.

Horsens Sektorgeneralforsamlinger 25. marts på Scandic Bygholm Park

Fagbladet FOA

Fagbladet FOA nyhedsbrev

Få nyhedsbrevet fra Fagbladet FOA i din mailboks hver fredag www.foa.dk/nyhedsbrev

i Horsens. Læs mere i generalforsamlingsbladet, som er udkommet.

Odense

Seniorklub Odense. 25. marts: Foredrag om kropssprog kl. 10-12 i Vesterbro 120, Odense, kl. 9.30-10 er der tilmelding til Glücksburg 29. april m.m., pris 350 kr. 8. april kl. 10-12: Foredrag om øjenssygdom, kl. 9.30-10 tilmelding til Bunkermuseum, pris 75 kr. 10. juni: Udflugt til Tunø, pris 450 kr.

Seniorklub Nyborg. 8. april kl. 13: Besøg på Langeskov Plantecenter Tilmelding til Grethe Bahn. 6. maj kl. 11: Udflugt til Stige Ø, tilmelding til Grethe Bahn.



Tillidsrepræsentant?

Find en liste over FOA-medlemmer på din arbejdsplads på www.tillidszonen.dk – dit værktøj i hverdagen



Randers

Pædagogisk Sektor. 22. maj kl. 19: Sektorårsmøde i Medlemshuset, Østergade 12. Randers. Spisning kl. 18. Dagsorden iflg. lovene. Forslag skal være sektoren i hænde senest 30. april kl. 12. Herefter vil den endelige dagsorden blive offentlig-

Medlemspulsens er FOAs medlemspanel, som ved hjælp af elektroniske spørgeskemaer hjælper FOA med at få mere viden om medlemmernes holdninger til forskellige spørgsmål. Der er åbent for nye deltagere, og hver måned trækker vi lod om præmier til deltagerne.

Du kan tilmelde dig ved at gå ind på www.foa.dk/medlemspulsens. Du skal være medlem af FOA og have en e-mailadresse.

Du kan vælge mellem et weekend-ophold for to på et Comwell-hotel i Danmark, en iPod, en gps eller en e-bogslæser.

Medlemspulsens

Medlemspulsvindere i januar var:

Hovedpræmie:

- Berith Norquist Thomsen, Strandvejen 5, Strøby

Gavekort på 300 kr til Coop:

- Else Torndahl, Klokkestøbergade 21, st. th., Slagelse
- Gitte Fuhr Jørgensen, Bjørnemoosevej 10, Ebberup
- Jette Anker Petersen, Kastanievej 1, Langeskov
- Heidi Tanja Næsager, Artillerivej 98 B, st. th., København S
- Winnie Boes Andersen, Møllevej 5, Svebølle

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

gjort på www.foa.dk/Randers. Ønsker du at deltage i spisning kl. 18, er det nødvendigt, at du tilmelder dig senest 12. maj via randers@foa.dk.

Roskilde

Afdelingen. 29. april kl. 19: Generalforsamling i Roskilde Kongres & Idrætscenter, Møllehusvej 12, Roskilde. Dagsorden iflg. lovene. Indkomne forslag skal være afdelingen i hænde senest 7. april. Kopi af indkomne forslag, skriftlig beretning, regnskab samt forslag til budget kan afhentes på afdelingens kontor 14 dage før generalforsamlingen. Adgang til generalforsamlingen har afdelingens medlemmer, der ikke er i kontingentrestance udover 1 måned. Husk at medbringe dit medlemskort. Tilmeldingsfrist senest 7. april. Der er sandwich med en øl/vand kl. 18, pris 20 kr. for mad. Af hensyn til bestilling af mad, skal du købe spisebillet på FOAs kontor eller bestille den via www.foa-roskilde.dk. Ved bestilling via hjemmesiden kræves en indbetaling på konto 5396-0394055. Hvis du ønsker at deltage i spis-

ningen, skal du have afhentet eller bestilt spisebillet senest 22. april kl. 15. Du kan godt deltage i generalforsamlingen uden at deltage i spisningen.

Silkeborg-Skanderborg

Afdelingen. Kontoret i Silkeborg og kontoret i Skanderborg er lukket 1. maj. Faglig afd. kan kontaktes på nødtelefon 46 97 12 89 fra 16-22. A-kassens callcenter kan kontaktes på 46 97 10 10 fra 16-20 10.-11. maj og 14.-15. juni: Legoland. Billetter bestilles i afdelingen til 140 kr. pr. stk. Børn u. 2 år er gratis. Maks. 6 billetter pr. medlem. 29. maj-1. juni: Djurs Sommerland. Billetter bestilles i afdelingen til 120 kr. pr. stk. Børn u. 2 år gratis. Maks. 6 billetter pr. medlem.

Pædagogisk Sektor. 8. april kl. 18.30-20.30: Besøg på Sølund, maks. 25 pladser. Tilmelding på 46 97 20 20 senest 4. april.

Social- og Sundhedssektoren. 10. april kl. 17-19: Besøg på Snoezelhuset, Sølund, maks.

25 pladser. Tilmelding på 46 97 20 20 senest 3. april. 7. maj: Sejlturn med Hejren, afgang fra havnen i Silkeborg kl. 17.30. Sektoren serverer en let anretning – drikkevarer er for egen regning og skal købes på båden. Tilmelding på 46 97 20 20 senest 30. april.

Seniorklubben. 30. april kl. 11.30: Arrangement i Indelukket, Silkeborg. Først en gåtur – derefter frokost i Motorbådsklubben. Pris 100 kr.

Sønderborg

Social- og Sundhedssektoren. 8. maj kl. 18-21.30: Årsmøde (generalforsamling) i FOA Sønderborg, Damgade 104, Sønderborg. Hvis du vil deltage i fællesspisning, skal du tilmelde dig senest 30. april. Se dagsorden på www.foa.dk/soenderborg – Arrangementskalender.

Seniorklub. 27. marts kl. 14: Kør selv-tur til Broderup Mejeri i Tinglev, tilmelding senest 14. marts. 10. april kl. 19: Øl-smagning i FOA Sønderborg. Tilmelding senest 4. april. 8. maj



Læs mere

om arrangementerne på www.fagbladetfoa.dk/ekstra

kl. 10: Udflugt til Humle-magasinet på Fyn, samlet afgang fra politistationen i Sønderborg, tilmelding og betaling senest 25. april. 27. maj kl. 13.30: Halvårsafslutning i Lystbådehavnen i Høruphav, tilmelding senest 19. maj. Læs mere på www.foa.dk/soenderborg eller hent et program i afdelingen. Tilmelding på 46 97 34 00 eller fag020@foa.dk.

Sønderjylland

Seniorklubben. 23. april: Bowling i Haderslev Bowlingcenter. Vi spiser fra kl. 13, bowlingen starter kl. 15-16. Samkørsel fra FOA Rødekro kl. 12. Pris ikke-medlemmer: 175 kr. Tilmelding til afdelingen på 46 97 35 00 senest 16. april. 14. maj kl. 14: Skodemonstration i FOAs mødelokaler Rødekro. Tilmelding til afdelingen på 46 97 35 00 senest 7. maj. Seniorklubbens aktivitetskalender kan afhentes i afdelingen.

om bladet

Forsideillustration:
Jørgen True



Medlem af Danske Medier



DANSKE MEDIER



Tilsluttet Specialmediernes
Oplagskontrol

Oplag: 206.000/5. årgang
Tryk: Color Print A/S
ISSN: 1901-5712

Redaktionen sluttet:
7. marts

Indlæg til 'det sker'

sendes til både Dorthe Møller, dorm@foa.dk og Mark Nixon, mlix@foa.dk
Frist til nummer 3: 1. april
Frist til nummer 4: 20. maj

Annoncer:

DANSK MEDIAFORSYNING
Telefon: 70 22 40 88
www.dmfnet.dk

Annoncefrist:

Nummer 3: 1. april

Nummer 3 udkommer:

8. maj

Udgiver:



Staunings Plads 1-3
1790 København V
Telefon: 46 97 26 26
Telefax: 46 97 22 90
foa.dk • e-mail: 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 højre 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
Social- og Sundhedsafdelingen
sosu@foa.dk 46 97 22 22
Sydfyn: 46 97 27 27
sydfyn@foa.dk
Sydsjælland: 46 97 28 00
sydsj@foa.dk
Sønderborg: 46 97 34 00
soenderborg@foa.dk
Sønderjylland: 46 97 35 00
soenderjylland@foa.dk
Thisted-Morsø: 46 97 29 00
thistedmorsoe@foa.dk
Varde: 75 21 01 00
varde@foa.dk
Vejle: 75 82 52 88
vejle@foa.dk

Viborg: 46 97 30 30
viborg@foa.dk
Aalborg: 46 97 31 31
aalborg@foa.dk
Århus: 89 36 66 66
aarhus@foa.dk
PMF-afdelinger:
PMF afd. 1: 46 97 31 01
pmf-afd1@foa.dk
PMF afd. 4: 43 71 66 90
pmf-afd4@foa.dk
FOA/PMF Kbh. Syd: 46 97 28 50
kbhsyd@foa.dk
PMF Fyn: 46 97 13 13
pmffyn@foa.dk

PenSam
Jørgen Knudsens Vej 2
Postboks 282
3520 Farum
Telefon: 44 39 39 39
Telefax: 44 39 39 40
pensam.dk

quizzen



Kan du dit fagblad?

Vær med i lodtrækningen om et **gavekort** til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

Vi trækker lod blandt de indsendere, der har svaret rigtigt på flest spørgsmål. Du finder alle svar i dette nummer af Fagbladet FOA.

Send dit svar til: brevkasse@foa.dk senest **den 22. april**.

Du kan også besvare quizzen online på www.foa.dk/quiz

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 1 blev **Ulla Thyrsted, Bryrup**.

1. Hvad koster dårligt arbejdsmiljø på FOA-arbejdspladser om året?

- A. 500 millioner kroner
- B. 2,5 milliarder kroner
- C. 3,3 milliarder kroner



2. Hvad er klyngeleder Pia Bah overrasket over?

- A. At mange af børnene kun skal holde en uges sommerferie
- B. At arbejdsmiljøet i hendes to institutioner kan opgøres til et tab på 1,4 millioner kroner
- C. At sygefraværet er så højt

3. Anja Duelund fik stærke rygsmerter, efter ...

- A. En 140 kg tung patient faldt ned over hende
- B. Hun greb ud efter et barn, der var på vej ud på kørebanen
- C. Hun gled på en glat trappe

4. Hvor mange skoler i Aarhus har i utide fået ny leverandør til rengøring på skoler?

- A. 5
- B. 15
- C. 25

5. Hvad kan en fingerscanning bruges til?

- A. Udregne den biologiske alder
- B. Tjekke om man mangler K-vitamin
- C. Give en indikation på, om man har knogleskørhed

6. I denne måned af 'Spørg løs', kan du få svar på ...

- A. Hvordan man bliver aflønnet på helligdagene i påsken
- B. Om smør er sundt
- C. Hvad man gør, hvis man bliver mobbet

7. I denne måned forklarer Klinken, hvordan man kan lave en ...

- A. Madstafet
- B. Kaloriefattig diæt
- C. Madplan uden gluten

8. Hvor meget sparer Martin Johansen om måneden på at have delebil?

- A. 1.500 kroner
- B. 2.600 kroner
- C. 3.600 kroner



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

- A. Klumbudding
- B. Risalamande
- C. Hytteost



det sker

20.-21. marts
Kommunalpolitisk topmøde i Aalborg

23. marts
Frist for udfyldelse af dagpengekort

31. marts-1. april
Faggruppelandsmøde i Pædagogisk Sektor på Hotel Nyborg Strand og i Teknik- og Servicesektoren på Comwell i Kolding

28. april
International arbejdsmiljødag

28.-30. april
Faggruppelandsmøde i Social- og Sundhedssektoren på Comwell i Kolding

1. maj
Arbejdernes internationale kampdag. Se efter FOA-arrangementer på www.foa.dk

7.-8. maj
Pædagogiske konsulenter landskonference på Hotel Nyborg Strand

12.-13. maj
Kvalitet i dagplejen – landskonference på Hotel Nyborg Strand

Sommerferie på Røsnæs

Luksus-ferieophold for medlemmer



Bliv forkælet i en hel uge og oplev Danmark, når det er allersmukkest

Værelserne er parate ved ankomsten, feriegæsten skal bare pakke bagagen ud, slappe af og nyde at være helt fri for de daglige pligter i en uge.

Alt serveres for gæsten – stor breakfast-buffet, frokost-buffet med mange lune og kolde anretninger, friskbagt brød, eftermiddagskaffe med hjemmebagte kager, to-retters middagsmenu og aftenkaffe med is og saft til børnene.

Tiden er feriegæstens egen. Man kan tage på tur med frokostpakke og kaffe. Man kan også vælge at dase på stranden, fiske eller fordrive tiden med spil og aktiviteter indendørs eller udendørs.

Her er mange hyggelige kroge, hvor man kan få sig en sludder, et spil billard, bordtennis eller petanque.

Kalundborg er en smuk middelalderby med en del seværdigheder i omegnen.

I løbet af ugen vil der blive arrangeret en grillaften.

Kort sagt: Er du ung, ældre, single eller familie – du er velkommen til et lækkert ferieophold i dejlige sommer Danmark på det smukke Røsnæs Hotel & Kursuscenter i Vestsjælland.

Ankomst lørdag til frokost.
Afrejse følgende fredag.

Tilbuddet gælder:
Uge 27 og 28 – kun voksne
Uge 29 – voksne og børn

Pris pr. voksen med
fuld forplejning: 3.000 kr.

Børn mellem 2 og 12 år betaler
halv pris ved opredning i forældres
værelse.

Tilmelding kun ved telefonisk
henvendelse:

Røsnæs Hotel & Kursuscenter
Klintedalsvej 60, 4400 Kalundborg
Tlf. 59 50 80 67

Email: info@roesnaes.dk
www.roesnaes.dk

praxis®

... gør din dag behagelig

Kanonpriser

- på populære modeller til arbejde og fritid!



Sort

Turkis

Rød

Lime

Orange

- Fantastisk kvalitet og pasform
Softshell jakke med hætte som er åndbar, vind og vandtæt. Gennemgående lynlås og lynlås ved lommer samt inderlomme.
- UHØRT LAV PRIS for denne kvalitet!!

Model 98876
Dame softshell jakke
Str. S - 3XL

Model 98875
Softshell jakke m/hætte
Str. S - 3XL

Frit valg
kr. 499,-
2 stk. kun
kr. 800,-

NYHEDER

Model 25260 Palermo

Slip-in til damer med elastik over vrysten og lille hæl. Kvalitet: Imiteret skind. Farve: Hvid. Størrelse: 36 - 42

kr. 329,- kr. 263,20 ekskl. moms



Model 25240 Genova

Sportssko til damer med elastiklukning og lille hæl. Kvalitet: Imiteret skind
Farve: Sort - Hvid. Størrelse: 36 - 42

kr. 349,- kr. 279,20 ekskl. moms



Model 25250 Rimini

Ballerinasco til damer med velcro-lukning over vrysten og lille hæl. Kvalitet: Imiteret skind. Farve: Hvid
Størrelse: 36 - 42

kr. 349,- kr. 279,20 ekskl. moms

Praxis Stretch Sport

- 2-vejs strækkvalitet!



Model 96302

Model 96306

Frit valg
kr. 399,-/379,-
2 par kun
kr. 700,-

Sporty buks

Med stræk i begge retninger og mange detaljer. Meget funktionel til brug i træningslokalet, plejesektoren, på klinikken eller til sport og fritid.
Fås i sort og hvid.
Str. XXS/34 - 4XL/50

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 15.04.14 og du har fuld retur- og bytteret i 30 dage.

Bestil på 97 12 82 82 eller www.praxiswear.dk

Praxis
Hammershusvej 16 i
DK-7400 Herning