

# Fagbladet **FOA**

## fokus

### SNYDT FOR TILLÆG?

Tjek din lønseddel  
efter sommerferien

SIDE 8

### VÆR PÅ MÆRKERNE

Sådan ser du, om  
modermærker er farlige

SIDE 36

## 7

### RÅD

til at modstå chikane  
på Facebook

SIDE 32

Ny teknologi med chips i tøjet frigør ressourcer

# MERE TID TIL DET SJØVE

For husassistent Tove Jensen er arbejdet  
med at sortere vasketøj blevet nemmere

SIDE 16

## Den sociale gabestok

Tyveri. Vold. Svigt. Det er ikke småting, FOAs medlemmer bliver beskyldt for, når rasende borgere ruller sig ud på hjemmesider og på sociale medier. For mange FOA-medlemmer er det blevet en reel erhvervsrisiko at blive offentligt hængt ud. De oplever blandt andet, at frustrerede borgere skriver nedsettende om dem på Facebook. Opslagene kan sprede sig på rekordtid, da opslag om svigt og uretfærdighed får mange til at reagere skarpt ved at kommentere og dele.

Som ansat er det selvsagt en yderst ubehagelig oplevelse at blive anbragt i den sociale gabestok. Mødt med foragt – og ude af stand til at svare igen.

Der er altid to sider af en sag. Men en shitstorm på Facebook baseret på ét opslag fra én person levner ikke mulighed for at høre de implicerede parter i en sag eller foretage et faktatjek.

Fejl skal frem i lyset, men ensidige anklager gør ingen af de implicerede i en sag noget godt. Her er noget så banalt som åben dialog og personlig kontakt vejen frem. Derfor gør arbejdspladserne klogt i at udarbejde handleplaner for, hvordan man forebygger digital chikane – og håndterer det, når det alligevel sker. ★



*Gitte Hejberg*

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

**Signe Westergaard-Jensen**  
redaktionschef  
swje@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 97

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

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

**Marie Brynskov**  
journalist  
mbry@foa.dk  
Tlf.: 46 97 24 68

## “Det føles så uretfærdigt”

Cityassistent Heidi Simonsen har prøvet at blive fotograferet af en bilist, der lagde billedet på Facebook, efter han fik en parkeringsbøde.

Side 30



Husassistent Tove Jensen (th.) nyder at have fået frigjort lidt tid til snak med beboerne på Billund Plejecenter, efter det med ny teknologi er blevet nemmere at sortere vasketøj.

Side 16

## Gå nu eller vente?

Det skal du overveje inden efterløn.

Side 24

Efterløn-  
bevis



# TID TIL SNAK



### Slut med støv og pletter

Rigshospitalet Glostrup har afprøvet nye retningslinjer for rengøring. Det lover godt for patientsikkerheden.

Side 6

**fokus**  
løn under ferie

## Ansatte snydes for tillæg

Sosu-hjælper Anette Skou Pedersen er af dem, der har fået for lidt løn udbetalt i ferien.

Side 8-11

### I hvert nummer

|                 |    |
|-----------------|----|
| Dennis K        | 14 |
| Det virker      | 19 |
| Fagligt talt    | 20 |
| FOA hjælper     | 22 |
| Dine penge      | 24 |
| 7 skridt        | 35 |
| Mad med Klinken | 38 |
| Quizzzen        | 42 |

UDGIVER

**FOA**

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

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

Anders Ejbye-Ernst  
journalist  
anee@foa.dk  
Tlf.: 46 97 23 25

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

May Buhr  
grafiker  
mayb@foa.dk  
Tlf.: 46 97 24 42

procent af FOAs privatansatte medlemmer stemte ja til overenskomsten mellem LO og DA. Den giver blandt andet en højere mindsteløn og mulighed for flere fridage til seniorer.

Kilde: lo.dk



Foto: Jørgen True

## Svært at få anerkendt arbejdsskade

Kun hver anden sag om arbejdsskader gav sidste år medhold til den tilskadekomne. Det viser tal fra Arbejdsmarkedets Erhvervsforsikring. Tallet er faldet markant de seneste ti år. I 2003 fik knap 70 procent medhold, og så sent som i 2011 var tallet helt oppe på knap 80 procent.

Kilde: ugebrevet A4



Vi vil ikke køres fuldstændigt flade, for at en direktør kan få råd til fladskærm nummer fem.

LIZETTE RISGAARD FORMAND LO OM HØJERE PENSIONSALDER.

## Demonstration for velfærd

37 steder rundt om i landet var folk på gaderne 10. maj for at demonstrere imod nedskæringer i den offentlige sektor. Alene på Rådhuspladsen i København demonstrerede flere tusinde mod besparelser i kommuner og regioner. Demonstrationerne var arrangeret af Velfærdsalliancen, der er en sammenslutning af politiske partier og fagforeninger, blandt andre en række FOA-afdelinger.

Er du bange for at blive hængt ud på de sociale medier i forbindelse med dit arbejde?



Foto: Niels Åge Skovbo

**Jytte Dahl Andersen,**  
cityassistent og tillidsrepræsentant, Aarhus

### Ikke behageligt

Vi havde for nyligt en kollega, der blev filmet og lagt på Facebook. Det er ikke særlig behageligt, for det er jo sjældent for noget positivt, hvis det sker. Problemet er, at så længe det er i det offentlige rum, så kan vi ikke gøre noget.



Foto: Niels Åge Skovbo

**Lotte Berthelsen,**  
sosu-assistent, Aalborg

### Vi er forsvarsløse

Jeg tænker helt klart på det. Det er jo blevet alle mands ret at råbe op, hvis ikke det lige går, som man vil have det, og så er det nemmere at gå til tasterne, hvor vi ikke kan forsvare os selv.



Foto: Jørgen True

**Søs Maja Grundtvig,**  
pædagogmedhjælper, København

### Kan stå imod

Nej, ikke personligt. Det er jeg stærk nok til at stå imod, men jeg føler nogle gange, at vi og vores fag bliver latterliggjort. Jeg tror, der er mange, der ser pædagogfaget som noget lidt flippet noget.



Foto: Jørgen True

**Helle Christiansen,**  
sosu-assistent, København

### Bange for fejl

Ja, hvis jeg laver fejl. Og når vi har så travlt, som vi har i hverdagen, kan man godt blive bange for at begå fejl. Folk vil jo have den optimale pleje, og det kan vi ikke altid yde, så man går på kompromis med nogle ting.

# Ingen oplæring giver sygdom

Dårligt fysisk arbejdsmiljø og mere sygdom er konsekvensen, når ansatte **ikke bliver vejledt godt nok.**

Af Finn Danielsen ★ foto: Jørgen True



Mere end hvert femte FOA-medlem har ikke fået den nødvendige vejledning i, hvordan de klarer deres arbejde uden at sætte helbredet på spil. Det viser en ny medlemsundersøgelse fra FOA. Undersøgelsen viser også, at manglende oplæring har alvorlige konsekvenser. Ansatte, der ikke har fået oplæring eller instruktion, arbejder nemlig oftere i arbejdsstillinger, der truer deres helbred, og de har et højere sygefravær.

“Det er et kæmpe problem og en grov overtrædelse af arbejdsmiljøloven, og det forværrer arbejdsmiljøet og nedslidningen,” siger **Jens Nielsen**, der er forbundssekretær i FOA. Han vil have både arbejdsgiverne og Arbejdstilsynet på banen for at få løst problemet.

## Stigende fokus på oplæring

Arbejdstilsynet har siden 2011 haft fokus på tilsyn med oplæring af unge og nyansatte og har givet en række påbud, også inden for FOAs

område, oplyser forebyggelseskonsulent **Holger Delfs**.

“Vores reaktion afhænger af, hvor galt det kan gå, altså hvilke konsekvenser manglende oplæring kan have. Arbejde med forflytninger og forvredne arbejdsstillinger hører til i den alvorlige afdeling,” siger han.

Chefkonsulent i Kommunernes Landsforening **Preben Meier Pedersen** mener, at problemer med oplæring skal løses på den enkelte arbejdsplads mellem leder og medarbejdere.

“Men vi tager også gerne en snak i det samarbejde om arbejdsmiljø, som vi har med blandt andre FOA, om vi kan gøre noget i fællesskab,” siger han. ★

“Vi har et godt arbejdsmiljø hos os, blandt andet fordi **alle nyan-satte bliver oplært og får vejledning** i forflytning. Men erfarne ansatte kan også bruge instruktion, for der findes ikke noget værre end dårlige vaner,” siger Lisbeth Kragh Ludvigsen, social- og sundhedshjælper i Sorø Ældrepleje.

fida@foa.dk

# 22

procent af FOAs medlemmer mener, at de ikke får den nødvendige vejledning i sikker udførelse af deres arbejde.

**Kilde:** Medlemsundersøgelse om fysisk arbejdsmiljø, 2017

## Mere sygdom

Ansatte, der er ikke får vejledning, er mere syge end andre. 14% af de ansatte, der er 'helt enige i', at de får den nødvendige vejledning, er syge mere end 14 arbejdsdage om året, mens det er 29% blandt dem, der er 'helt uenige'.

**Kilde:** Medlemsundersøgelse om fysisk arbejdsmiljø, 2017

## Kritik fra Arbejdstilsynet

52 såkaldte tilsynsreaktioner som påbud og strakspåbud for manglende instruktion af ansatte havde Arbejdstilsynet i 2016 på områderne hospitaler, rengøring, daginstitutioner, døgninstitutioner og hjemmepleje.

**Kilde:** Arbejdstilsynet

# Styr på rengøringen

Rigshospitalet Glostrup tester de nye retningslinjer, der skal gøre rengøringen på landets hospitaler ensartet.

Af Ingrid Pedersen

Hvert hospital – sin måde at gøre rent på. Sådan har praksis været indtil nu. Region Hovedstaden har imidlertid besluttet som de første at bruge de nye Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer, der er udarbejdet af Statens Serum Institut.

“Hospitalerne har efterspurgt et rengøringssystem, som alle kan bruge. Det skal sikre en ensartet kvalitet og høj patient-sikkerhed,” siger overlæge **Elsebeth Tvenstrup Jensen**, der har været tovholder på projektet.

Rigshospitalet Glostrup er gået forrest med at afprøve det nye system på to etager, og sammen med FOA er de i gang med at lave et undervisnings- og vejledningsmateriale, der kan bruges af landets øvrige hospitaler.

## Ingen pletter og støv

De nye retningslinjer betyder blandt andet, at der slet ikke må være pletter og heller ikke støv på svært tilgængelige steder som teknikpanelet bag patienten.

Funktionsleder **Anita Heidelberg** oplevede i starten, at kvaliteten af rengøringen faldt i de lokaler, der var med i pilotprojektet, men nu går det så godt, at 92 procent af de undersøgte lokaler er perfekt rengjorte.

“Det er i den grad medarbejdernes for-tjeneste, at rengøringsstandarden ligger konstant højt,” siger hun.

Det høje niveau skyldes blandt andet en systematisk kontrol, som både leder og to driftsassistenten står for. Driftsassistenten har et særligt ansvar for, at nye kolleger får den rette oplæring og fastholder niveauet.★

Ingrid@MediehusetRubrik.dk

# 1

gang om året bliver samtlige 152 hospitals-medhjælpere på Rigshospitalet Glostrup screenet. Har de glemt noget, får de undervisning, så deres viden bliver genopfrisket.

## To adresser – ét hospital

- Rigshospitalet og Glostrup Hospital blev lagt sammen i 2015 og hedder nu Rigshospitalet Glostrup og Rigshospitalet Blegdamsvej.
- Halvdelen af rengøringen på Blegdamsvej er hjemtaget og hører sammen med rengøringen i Glostrup. Den anden halvdel er fortsat udliciteret til For-enede Service.

## Rengøring skal være ensartet

Region Hovedstaden har besluttet at udfase den gamle standard DS 2451-10 og erstatte den med NIR, Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer, der skal gøre hospitalsrengøringen i hele landet ensartet. Det er frivilligt, om resten af landet følger efter, men hvis ikke de gør, skal de på anden vis sikre ensartet kvalitet og høj patientsikkerhed.

 Læs mere

ssi.dk

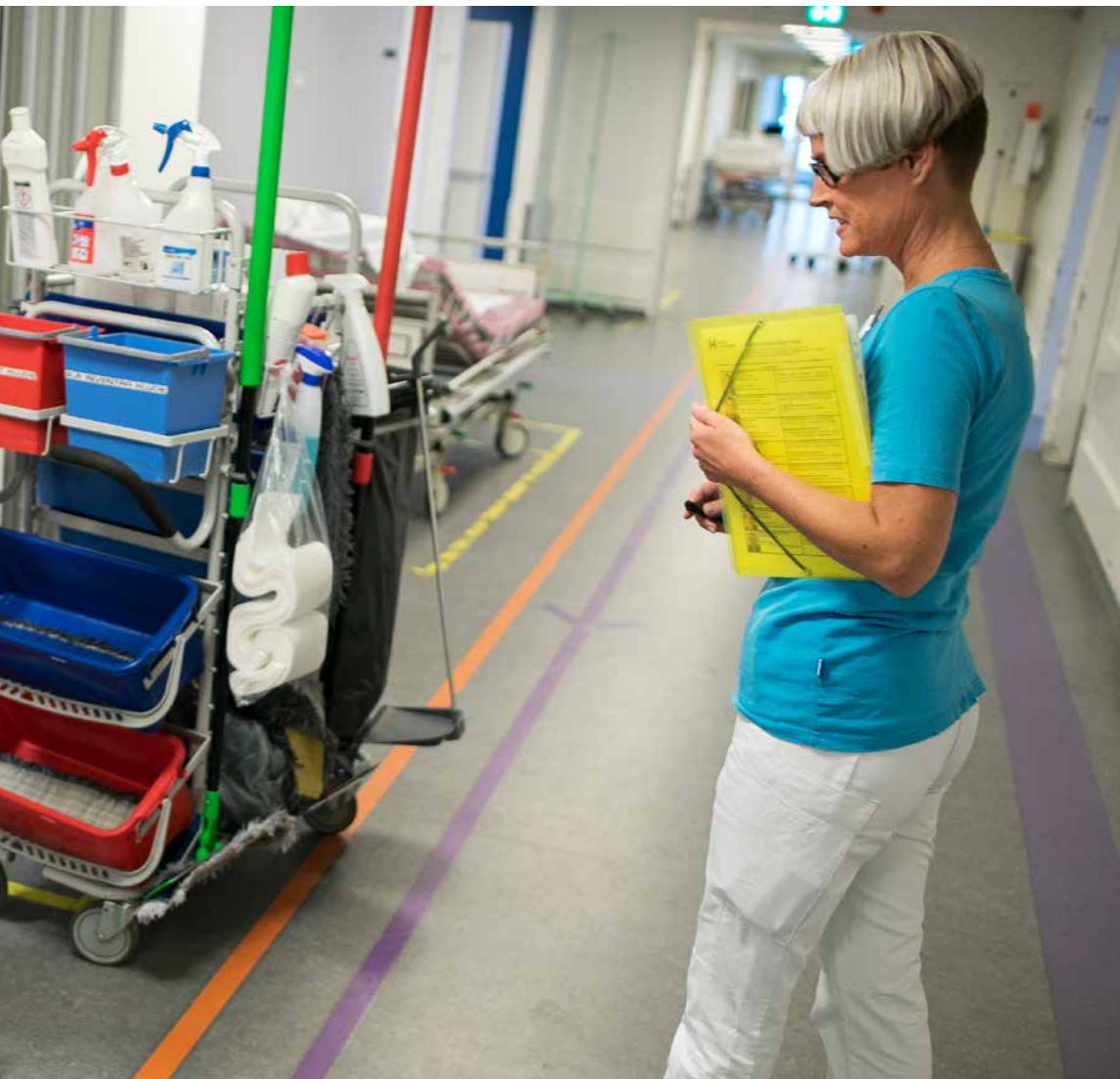


# Se, sådan gør vi rent her

Lisbeth Stampe følger nye kolleger, til de kan gøre rent på den rigtige måde.

Af Ingrid Pedersen ★ foto: Mikkel Østergaard

En ny hospitalsmedhjælper, der skal gøre rent på Rigshospitalet i Glostrup eller på



Blegdamsvej i København bliver ikke bare overladt til sig selv. Fra første dag tager serviceassistent **Lisbeth Stampe** sig af ham eller hende, for rengøring er ikke noget, man bare kan. Rengøring er et fag, og hospitalsrengøring er en helt særlig disciplin.

#### Kvaliteten bliver sikret

Lisbeth Stampe, der har haft 25 års jubilæum på Rigshospitalet i Glostrup, sørger for, at den nye kollega får undervisning i, hvordan rengøringen skal foretages på de to hospitaler.

Efter en uge laver hun kvalitetssikring af den nye kollegas arbejde, og hun sørger for at følge op, så vedkommende ikke forfalder til dårlige rutiner – for eksempel

at glemme et sengebord eller dørhåndtag. Det er de områder, bakterier især overføres fra. “De fleste har lidt erfaring med at gøre rent, men hospitalsrengøring er noget helt andet, så jeg underviser dem blandt andet i de nyeste hygiejnestandarder, afbrydelse af smitteveje, håndhygiejne, fagudtryk og i at gøre rent i den rigtige rækkefølge,” siger hun.

Det sidste er vigtigt, så man ikke bringer bakterier fra mindre rene områder til mere rene. Man starter altid, hvor der er mindst snavset.

Lisbeth Stampe har ansvaret for, at nye kolleger kommer godt i gang, men hun **sørger også for den årlige screening af kollegerne**, og hun kontrollerer, at de både kan pakke vognen rigtigt og huske, hvornår man skal spritte af.

#### Ansvar overrasker

“De nye kolleger lytter og spørger og bliver tit overraskede over så stort ansvar, der er forbundet med at gøre rent på et hospital, og hvor krævende det er,” fortæller Lisbeth Stampe.

Efter den første introduktion bliver de nye sidemandsopplært, mens hun følger deres udvikling. Hun har selv været på kursus i at instruere andre på den rigtige måde og kommunikere irettesættelser, så folk ikke føler, hun slår dem oven i hovedet.

“Alligevel kan de godt være nervøse, når jeg skal kvalitetssikre dem,” siger hun. ★

Ingrid@MediehusetRubrik.dk

**Sakset fra**  
fagbladetfoa.dk

**02.06.**

#### Portører risikerer tvangsuddannelse

Portører i Region Sjælland risikerer at blive varslet, at de skal tage en uddannelse som serviceassistent, fordi for få har meldt sig frivilligt.

**29.05.**

#### Kommunerne bruger dagplejen til udsatte børn

Næsten tre ud af fire kommuner anser dagplejen for et særligt egnet tilbud til børn med særlige behov. Det fremgår af en ny undersøgelse, som Rambøll har lavet for FOA.

**22.05.**

#### FOA-medlemmer frifundet i sag om medicinfejl

Tre social- og sundhedsassistenter er blevet frifundet i sag om medicinfejl. De havde ikke fået den nødvendige efteruddannelse, mener FOA.

**22.05.**

#### Sosu-assistent i almen praksis: Det er et fantastisk job

For syv år siden skiftede Monica Kloch en ansættelse i det offentlige ud med at blive sosu-assistent i almen praksis.

**18.05.**

#### Dagplejer om syge børn: Det er blevet et hårdt børneliv

Dagplejer Jannie Lilja Gannon har købt et termometer, så hun kan overbevise forældrene om, at børnene er syge og skal hentes.

*Læs flere  
nyheder på  
fagbladetfoa.dk*



Social- og sundheds-  
hjælper Anette Skou  
Pedersen blev **snydt  
for tillæg under ferie.**  
"Jeg tror, mange ikke  
aner, at de har krav på  
tillæg i deres ferie,"  
siger hun.

# Medarbejdere snydes for tillæg

FOA-medlemmer går glip af flere tusinde kroner, når de holder ferie. Mange får ikke alle tillæg, de har ret til.

Af Mette Boysen ★ foto: Niels Åge Skovbo

Overraskelsen kan være stor, når lønsedlen efter ferien dukker op. For en række FOA-medlemmer er lønnen nemlig lavere end normalt. Det skyldes, at arbejdsgiverne ikke har givet medarbejderne de tillæg, de har ret til, når de holder ferie.

Det er et problem, som 13 ud af 28 af FOAs lokalafdelinger har oplevet inden for det seneste år, viser en rundringning foretaget af Fagbladet FOA.

Problemet er typisk, at medarbejdere, der normalt både har aften-, dag- og weekendvagter, kun bliver lønnet for dagvagter, når de holder ferie. Dermed får de ikke udbetalt de tillæg, vagter på skæve tidspunkter giver.

Det er ikke tilladt kun at sætte en medarbejder i dagvagt i ferien, når vedkommende normalt har blandede vagter. Det slog en højesteretsdom fast helt tilbage i 1976.

“Bare fordi det er ferie, kan man ikke sætte aften- og nattevagter i dagvagter. De har ret til at få de tillæg, de normalt får udbetalt, også når de holder ferie,” slår chefkonsulent hos FOA **Lis Bjørnestad** fast.

## Ferien skal afspejle vagtplanen

“Det skal være sådan, at hvis en arbejdsgiver bevilliger en medarbejder ferie, så skal vagtplanen afspejle den situation, at hvis ferien bliver aflyst af en årsag, der er

tilladt, kan man komme ind og passe sit arbejde. Så skal der ikke være sat ti aftenvagter på dagvagt,” siger Lis Bjørnestad.

## Arbejdsgivere er i gråzone

Mange lokalafdelinger oplever ifølge Fagbladet FOAs rundringning, at arbejdsgiverne bevæger sig ud på lovgivningsmæssigt tynd is for at spare penge.

“Jeg vil ikke sige, at arbejdsgiverne omgår reglerne, men vi oplever, at de strækker sig helt ud i en gråzone for at spare hver en krone,” siger Lis Bjørnestad.

Hun opfordrer FOAs medlemmer til at tjekke, om de får den løn under ferien, som de ville få under arbejde.

Hos FOA Frederikssund er det en problemstilling, formand for social- og sundhedssektoren **Irene Buus** kender godt.

“Der er ikke grænser for, hvor kreative arbejdsgiverne kan være. Vi hører det hvert år, når der er ferie. Så får medarbejderne pludselig ingen aftenvagter. Det gælder i øvrigt også ved barsel og langtidssygemeldinger,” siger Irene Buus og tilføjer:

“Arbejdsgiverne er pressede på deres økonomi, og nogle steder tror jeg ikke, at de ved bedre. De forstår ikke, at de ikke bare kan gøre, som de gør,” siger Irene Buus. ★

mebo@foa.dk



## [bag om dommen]

Ilse Both-dommen blev afsagt af Højesteret i 1976. Dommen fastslog, at betaling for tjeneste på særlige tidspunkter, der fast udbetales, også skal gives under sygdom, ferie og barsel med løn. For du har krav på sædvanlig løn under ferie, sygdom og barsel med løn.

Kilde: UFR 1976, side 528 ff



Det er dér tillidsrepræsentanterne skal være vågne.

Lis Bjørnestad

## 8.000 kroner tilbage

På en hospitalsafdeling i Viborg oplevede otte FOA-medlemmer, at de var blevet sat i andre vagter under ferien, end dem de normalt gik i. Det havde betydning for de tillæg, de fik. Det gjorde FOA Viborg opmærksom på, og medlemmerne fik tilbagebetalt mellem 2.600 og 8.000 kroner.

Kilde: FOA Viborg



# “Jeg anede ikke, jeg havde ret til tillæg i ferien”

Anette Skou Pedersen oplevede sidste sommer at få den **forkerte løn udbetalt under ferien.**

Af Mette Boysen ★ foto: Niels Åge Skovbo



Det var en kollega, der opfordrede social- og sundhedshjælper **Anette Skou Pedersen** til at få gennemgået sine lønsedler hos FOA, efter at der var fundet en del fejl på hendes lønseddel.

Det trykkede hun lidt på.

“Jeg tænkte over det, for jeg har ikke ret meget forstand på reglerne. Men samtidig syntes jeg, at det var meget at bede min fagforening om,” siger Anette Skou Pedersen.

Hun besluttede sig alligevel for at tage kontakt til sin lokalafdeling, som bad hende om at medbringe alle lønsedler for 2016.

Anette Skou Pedersen havde selv undret sig over den arbejdstidsopgørelse, hun fik, da hun holdt sommerferie.

Hun arbejder 30 timer om ugen på botilbuddet Marienlund i Ikast, og har vagter på forskellige tidspunkter.

“Jeg arbejder altid blandet. Enten møder jeg fra kl. 15-22 eller fra kl. 6.30-14,” siger Anette Skou Pedersen.

Men da hun så sin opgørelse efter 14 dages sommerferie, opdagede hun, at

hun var sat i en vagt, der hed kl. 8-14 hver dag. En vagttype Anette kun har haft en enkelt gang i hele 2016.

“Det undrede jeg mig over og spurgte derfor min daværende teamleder, som sagde, at det ikke betød noget, det skulle bare passe med timerne,” siger Anette Skou Pedersen.

“Og den slugte jeg, for jeg var slet ikke klar over, at jeg havde ret til aften-tillæg i min ferie.”

## FOA opdagede fejlen

Da sektorformand Susanne Andersen i FOA Herning gennemgik Anette Skou Pedersens lønsedler, faldt hun da også blandt andre ting over, at Anette ikke havde fået de tillæg i ferien, hun havde ret til.

I alt drejede det sig om 21 timer, hvor Anette var blevet snydt for et tillæg på 40,77 kroner. Det løb op i lidt under 1.000 kroner samlet set.

Men det er ikke pengene, det handler om for Anette Skou Pedersen.

“I kroner og øre er det ikke ret meget. Men vores løn er ikke for stor i forve-

jen, så det er vigtigt, at vi får det, vi har krav på,” siger hun.

Social- og sundhedshjælperen har kun arbejdet på Marienlund siden slutningen af 2015, så der er ingen grund til at undersøge, om hun har fået de rette tillæg udbetalt ved tidligere ferier.

Men Anette Skou Pedersen har opfordret sine kolleger til også at få tjekket deres lønsedler.

“Jeg tror, der er rigtig mange, der ikke aner, at de har krav på tillæggene i deres ferie,” siger hun.

Selv ved hun godt, hvordan hun sikrer sig, at hun får den rette løn, når hun fremover holder ferie.

“Susanne fra FOA har sagt til mig, at jeg skal skrive i min kalender, hvilke vagter jeg skulle have haft under min ferie, og så kan jeg være opmærksom på, at jeg får de rette tillæg, når jeg ser min arbejdstidsopgørelse,” siger Anette Skou Pedersen.

Botilbuddet Marienlund har siden sidste sommer fået ny ledelse. ★

mebo@foa.dk



## Har du fået for lidt i løn under ferie?

 Sig din mening på facebook  
[facebook.com/foadanmark](https://facebook.com/foadanmark)

### Obs ved sygdom og barsel

Som ved ferie er det ikke tilladt kun at aflønne medarbejdere for dagvagter under sygdom og barsel, når de normalt har blandede vagter.

Et FOA-medlem opdagede f.eks., at hun ikke fik aften-tillæg, da hun var på barsel. Det viste sig, at hun manglede aften-tillæg for 805 timer. Hun endte med at få udbetalt 30.000 kr., efter FOA Aarhus gik ind i sagen.

**Kilde:** FOA Århus

Social- og sundhedshjælper Anette Skou Pedersen fik **næsten 1.000 kroner ekstra** i lønpen, efter et tjek af manglende tillæg under ferie.

## Undgå at blive snydt i løn

- Hvis du er fast månedslønnet, har du ifølge ferieaftalen ret til din sædvanlige løn, når du holder ferie. Det vil sige løn efter din faste arbejdstid på ferietidspunktet inklusiv alle fast påregnelige tillæg jævnfør din arbejdsplan for perioden.
- Du må ikke kun sættes i dagvagter, hvis du normalt både har aften- og weekendvagter for eksempel. Ferien skal afspejle vagtplanen.
- Skriv ned, hvilke vagter du normalt ville have haft, hvis du ikke havde holdt ferie, og tjek, at du under ferie har fået de rette tillæg for de vagter.
- Brug din tillidsmand eller kontakt din lokale fagforening, hvis du er i tvivl.

**Kilde:** FOA Overenskomst

## 3 skarpe

til Louise Koldby Dalager, kontorchef i Kommunernes Landsforenings arbejdsgiverpolitisk Center.

### Hvorfor tror du, at så mange oplever problemer med forkert løn i ferien?

Vi kan ikke genkende billedet af, at kommunale arbejdsgivere undlader at betale deres medarbejdere den rette løn. Som medarbejder skal man naturligvis have den løn, man har krav på.

### FOA mener, det kan skyldes en presset økonomi i kommunerne?

Jeg kan kun gentage, at vi ikke kan genkende billedet af, at kommunale arbejdsgivere undlader at betale deres medarbejdere den rette løn.

### Bør man gøre mere fra KL's side for at undgå at problemet opstår?

Vi vejleder altid kommunerne og har en ferievejledning tilgængelig. Hvis lederne bliver i tvivl om, hvorvidt nogen medarbejdere har ret til løn eller tillæg, bør lederne kontakte kommunens personaleafdeling. ★

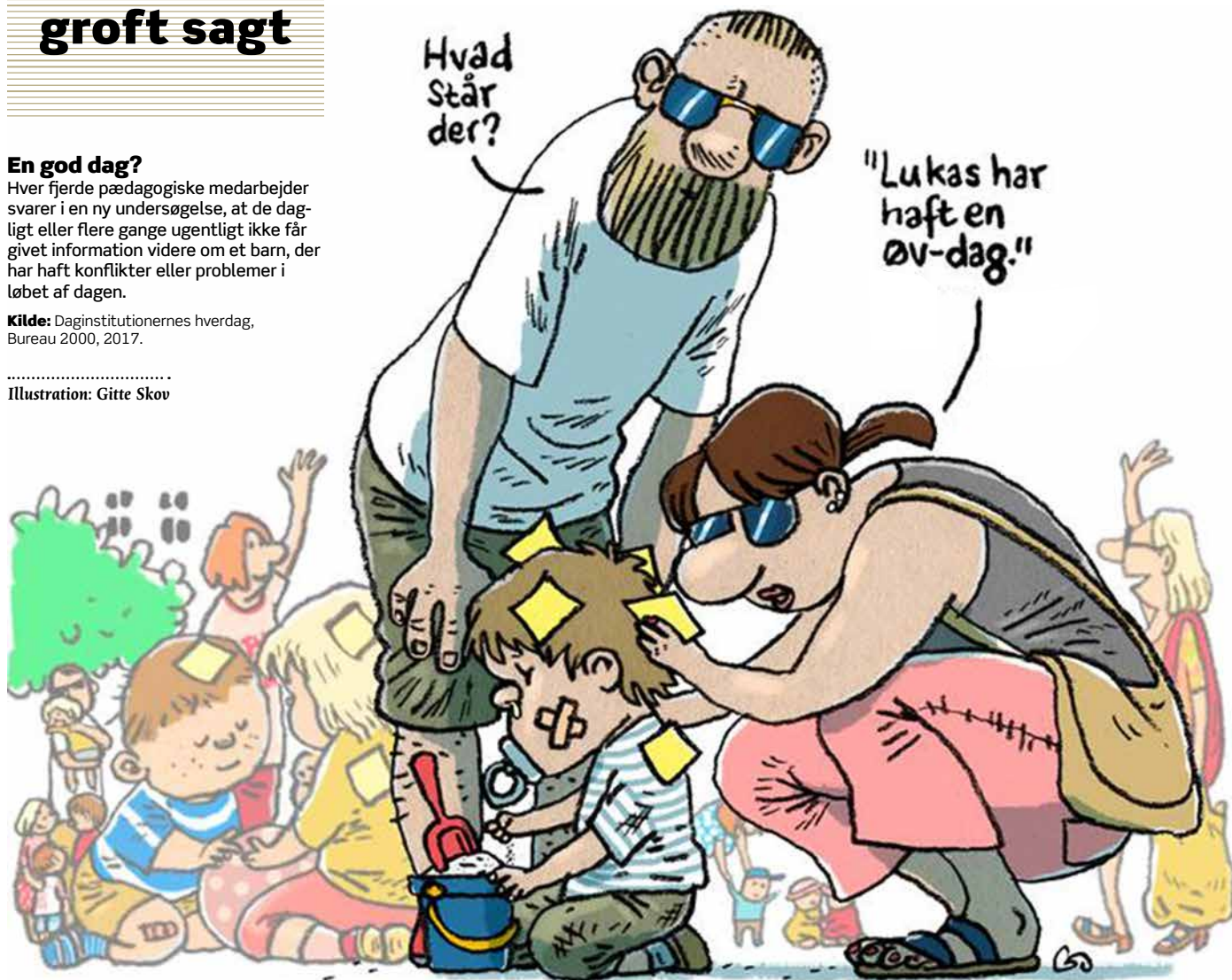
# groft sagt

## En god dag?

Hver fjerde pædagogiske medarbejder svarer i en ny undersøgelse, at de dagligt eller flere gange ugentligt ikke får givet information videre om et barn, der har haft konflikter eller problemer i løbet af dagen.

Kilde: Daginstitutionernes hverdag, Bureau 2000, 2017.

Illustration: Gitte Skov



## [snuden fremme]

Thomas Bredsdorff hylder i ny bog om sin hustrus demenssygdom **velfærdsstatens hær**, som han kalder hendes plejepersonale.

**For nylig udkom Thomas Bredsdorff med en bog**, der drejer sig om livet med en hustru, der er ramt af demenssygdommen Alzheimers. Bogen er en stor ros til det plejepersonale,

ham og hans kone har mødt undervejs.

“De har gjort mit og Lenes liv så meget mere overkommeligt med den hæslige sygdom på alle leder og kanter. Hver gang jeg skulle et skridt ned ad den vanskelige vej, er det sosu-assistenterne, der har hjulpet mig,” siger Thomas Bredsdorff.

**Bogen har fået en utrolig god modtagelse** med flotte anmeldelser: “Det har været fantastisk. Men jeg er specielt glad for, at der ikke er nogen, der har sagt, at det var et overgreb mod min syge kone. Mod sådan en anklage

ge havde jeg været forsvarsløs og meget bedrøvet. Men det er jeg ikke stødt på i offentligheden.”

**Men trods de gode modtagelser** skal man ikke forvente at møde Thomas Bredsdorff til læserrangementer rundt om i landet. “Jeg har fået mange invitationer, men har pænt og høfligt sagt nej tak. Bogen må leve sit eget liv nu. Jeg har optrådt én gang, og det var meget anstrengende. Jeg har fået bekræftet, at jeg ikke har råstyrken til at stå på et podium og tale om min kones sygdom. Det er for hårdt.” ★



**Thomas Bredsdorff** er 80 år, litteraturprofessor og forfatter. For fem år siden fik hans kone Alzheimers. Han har skrevet bogen 'Tøsne og forsyntia – noget om livet med Alzheimers'.

Bliver du ramt af en ondsindet virus og må blive under dynen i din ferie, kan du have **ret til erstatningsferie**. Se hvilke regler, der gælder.

# Syg i ferien – sådan får du erstatningsferie

## Sygdom op til ferien

- Bliver du syg, inden ferien starter, kan du vælge at suspendere ferien eller holde den som planlagt.
- At ferien suspenderes betyder, at du har ret til at holde ferien på et andet tidspunkt.
- Hvis du vælger at suspendere ferien, skal du sygemelde dig efter de regler, der gælder for sygemelding på din arbejdsplads. Du skal ikke indhente en lægeerklæring, medmindre din arbejdsgiver ønsker det. Når du raskmeldes, skal du som udgangspunkt genoptage arbejdet.

**Kilde:**  
Juridisk konsulent i FOA Overenskomst  
Camilla Bolvig Cazal

## Sygdom under ferien

- Du har ret til erstatningsferie, hvis du har mere end fem dages sygdom i din ferie i løbet af ferieåret. Har du optjent mindre end 25 dages ferie, har du ret til erstatningsferie efter et forholdsmæssigt færre antal sygedage.
- Retten til erstatningsferie kræver, at du sygemelder dig, og at du kan dokumentere sygdommen, for eksempel ved lægeerklæring eller hospital-sindlæggelse. Du skal selv betale for lægeerklæringen.
- Det er vigtigt at informere din arbejdsgiver så hurtigt, du kan, for de fem 'karensdage' tæller først fra den dag, du melder dig syg.

## Erstatningsferie

- Erstatningsferien skal som regel holdes i samme ferieår, det vil sige inden 1. maj, men den kan overføres til næste ferieår, hvis sygdom gør det nødvendigt.
- Alternativt kan du få den ikke-afholdte erstatningsferie udbetalt.

### Feriereglerne

Feriereglerne for ansatte i kommuner og regioner fremgår af den ferieaftale, som forhandlingsorganisationen KTO – der nu hedder Forhandlingsfællesskabet – har indgået med arbejdsgiversiden. Privatansatte FOA-medlemmer er omfattet af ferieloven. Derudover kan bedre vilkår være aftalt.

Af Merete Nielsen

### RENGØRINGSPRISEN 2017

Sponsoreres af  HYGIEJNEFOKUS

### DM I VINDUESPOLERING

Sponsoreres af  CleanManager

### DM I GULVVASK

Sponsoreres af **BO Consult**

**1.250+ m<sup>2</sup> udstillingsareal 45+ udstillere**

GRATIS ADGANG VED FORHÅNDSREGISTRERING!  
NB! entre uden forhåndsreservering koster kr. 160,- ex moms

Meld dig til idag på [www.drm17.dk](http://www.drm17.dk)



**DRM17.dk**

**DANSK RENGØRINGSMESSE**

ODENSE CONGRESS CENTER - 5. + 6. OKTOBER 2017

**KURSER - KONFERENCE - Udstilling - NETVÆRK**

 CleanManager  
er hovedsponsor



Dansk Rengøringsmesse arrangeres af

**HYGIEJNEFOKUS**

[info@hygiejnefokus.dk](mailto:info@hygiejnefokus.dk) - telefon: 53341355

## Velstand uden velfærd

**Jeg har i min tid ikke set et så ubehageligt udspil** til fremtiden for den offentlige service. Jeg tænker på regeringens økonomiske plan for årene frem til 2025. Vi er netop kommet ud af en langvarig og dyb økonomisk krise, og nu, hvor opsvinget er i gang, burde vi kunne forvente et udspil, som satte fokus på, hvordan vi genopretter velfærd.

I stedet har regeringen præsenteret en plan, hvor den private sektor skal fylde betydeligt mere, og det offentlige skal på yderligere skrup. Væksten i de offentlige udgifter skal holdes helt nede på 0,3 procent. Det er minus-vækst, så det klodser. Vi får flere ældre, og derfor skulle den årlige vækst ligge på 1,1 procent blot for at holde det nuværende serviceniveau.

### [kort sagt]

Regeringens økonomiske plan er helt ude af trit med danskernes ønske om bedre velfærd.

**Relationer skabes ikke ved et samlebånd, hvor tempoet kan skrues op eller ned.**

kan skrues op eller ned. Relationer skabes ansigt til ansigt mellem en borger og en professionel. Regeringens plan er et signal om, at de næste år vil stå i spareknivens og ikke i genopretnings tegn.

**Det er godt nok barskt.** Alle undersøgelser viser, at danskerne foretrækker øget velfærd frem for skattelettelser. De rigeste mangler ikke penge, men danskerne mangler service i den offentlige sektor. Kommunerne er stadig 35.000 ansatte bagud i forhold til situationen før finanskrisen.

**Samme dag, som regeringen lagde sin plan frem,** dokumenterede de økonomiske vismænd, at det kan betale sig at investere i børnene, de syge og de svage – kort sagt i offentlig velfærd. Det gavner beskæftigelsen og samfundsøkonomien på sigt. Regeringen går den stik modsatte vej med forslaget om, at den offentlige sektor skal fylde mindre i den samlede økonomi. Regeringens plan er derfor en helt gal kur. Det er velstand uden velfærd. ★

*Dennis Kristensen*



Af Dennis Kristensen, formand ★ foto: Jørgen True

### Facebook

#### Løn er kun én ting på ønskelisten

21. maj

Løn er en ting, og det vil være dejligt med mere. Men vigtigere er accept af ens arbejde, tid til at udføre det ordentligt med værdighed, flere hænder, mulighed for frihed, når man ønsker det og har brug for det – det ville være dejligt og vil give større arbejdsglæde, som igen fører positive ting med sig såsom mindre stress og udbrændthed. Vi arbejder altid, når andre har fri. Det burde belønnes bedre, end det er. Hver tredje weekend frem for hver anden ville også gøre, at vi har bedre mulighed for at være sammen med vores kære. Vi har jo også et liv, der skal leves, og har vi det godt, yder vi også mere. Så giv os da flere ressourcer til at udføre det arbejde, vi brænder for.

Helle Falgren Pedersen

### Facebook

#### Feber er ikke eneste sygdomstegn

22. maj

Børn kan godt være syge uden at have feber! Se på, om barnet kan være med i dagens aktiviteter på en god og sund måde. Det er efter min mening IKKE en dagplejers eller pædagogs job at tage temperatur på børnene. Hvis børnene ikke er raske og friske nok til at være afsted, så skal de hjem. Feber eller ej. Ja - Forældre er presset! Men



Det er efter min mening IKKE en dagplejers eller pædagogs job at tage temperatur på børnene.

MORTEN JOCHUMSEN

# Hvad mener du?

Her bringer vi uddrag af debatten på FOAs Facebook-side.

det er ikke omsorgsgiverens ansvar at vurdere barnets tilstand via et termometer, men via sin gode erfaring og kendskab til børn og deres trivsel. Syge børn skal være hjemme, lige som syge voksne også er! Feber eller ej.

Morten Jochumsen

**Sendt til redaktionen**  
**Bedre bemanding i psykiatrien er påkrævet**  
7. april

Til alle i Folketinget, regioner og andre, der gør sig kloge på, hvad der skal til inden for det psykiatriske område. Hvad med, at I begyndte at tænke på de borgere, der er i behandling, samt personalet. De løsninger, I kommer med, giver ikke mening. Ekstra senge på hospitalerne er kun symptombehandling. Hvis I virkelig vil rykke noget, så skal bemandingen laves om på hele området. Ja, det koster, men vil give over-

skud på den lange bane. Der bør være højst tre beboere pr. personale i dag-/aftenvagt. På den måde vil der være tid til den enkelte patient, og der vil være mulighed for at arbejde med deres vanskeligheder, hvilket igen vil medføre kortere opholdstid på bostederne. Borgernes skal aktiveres, så de har noget at stå op til hver dag. Der skal arbejdes med de handleplaner, der bliver sat op fra sygehusene. Sagt på en anden måde skal borgeren i fokus hele vejen. (forkortet af red.)

Kurt Haaning

**Facebook**  
**Nytter ikke at invitere politikere med på job**  
18. maj

Hvad hjælper det at invitere 'spidserne' med på arbejde? De kommer jo aldrig til at opleve en realistisk dag. Hele plejehjemmet bliver gjort pinligt

rent inden, der er friske blomster på bordene og duften af frisklavet kaffe og brød, ekstra personale på arbejde og så videre. Hvis det er et realistisk billede, så klager vi jo ikke.

Marianne Ravn Larsen

**Facebook**  
**Børn kan også have en offdag**  
21. maj

Nej altså, nu bliver jeg nødt til at komme på banen. Det kan godt være, at jeg bare er heldig eller? Jeg har arbejdet som dagplejer i 28 år, og ja en sjælden gang har jeg nok modtaget et barn, der burde være blevet hjemme på grund af træthed/sygdom, men ellers oplever jeg nogle forældre, der i den grad prøver at være der for deres børn ved sygdom og så videre. Tror, det er vigtigt, at vi, der arbejder med børnene, også forstår, at børn indimellem også kan have en offdag – og det er i min hverdag helt ok.

Bente Skytte



## Frygter du at blive hængt ud på Facebook?

Ansatte oplever i stigende grad at få ubehagelige kommentarer fra borgere eller direkte blive chikaneret. Kritikken føles som en offentlig gabestok, siger psykolog.

Tema side 26-33



 Sig din mening på facebook  
[facebook.com/foadanmark](https://facebook.com/foadanmark)



### 10.000 reaktioner

På FOAs Facebookside satte artiklen 'Kære Joachim B. Olsen: Vi har en ledig kittel til dig' gang i debatten. Over 10.000 reaktioner i form af likes og kommentarer fra brugere blev det til i alt.

### [Scanner]

Som det første i landet erstattede Billund Plejecenter for cirka et år siden håndskrevne labels i beboernes tøj med en chip, der fortæller, hvem af de 52 beboere tøjet tilhører. Teknologien består af en touchskærm koblet til en scanner og er i brug på 30 plejecentre.



Læs mere

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

#### 1 Forandring fryder.

"Det er sjovt og spændende at være med til at prøve noget nyt. Og især når alt det, der før var besværligt, forsvinder," siger husassistent Tove Jensen.

#### 2 Smart.

Scanneren sidder under bordet. Når det rene tøj ligger mellem de to røde streger, kommer navnet på tøjets ejer frem på displayet. "Det er altså rigtig, rigtig smart," siger husassistent Tove Jensen.

#### 3 Værsgo.

"Her er rene håndklæder til dig, Lise," siger husassistent Tove Jensen. Hun nyder at have lidt ekstra tid til at hygge om beboerne, efter arbejdet med at sortere vasketøj er blevet nemmere.



# Vasketøjet

Et lille stykke teknologi gør håndteringen af rent vasketøj langt nemmere. Det oplever husassistent Tove Jensen, der ikke længere bruger tid på at lede efter labels i beboernes tøj på Billund Plejecenter. Alt fra sengelinned til bluser bliver sorteret ved hjælp af chips i tøjet og en scanner. **Det frigør tid til lidt ekstra rengøring og en sludder med beboerne.**

Af Ingrid Pedersen ★ foto: Flemming Jeppesen



**4 Registrering.** Lise Kaarbøl, der er beboer på plejecentret, har fået en ny bluse. Den skal også have en chip. Hun opdager, at navnet i chippen er stavet forkert. Intet problem. Et par tryk på skærmen, og så er der rettet op på det.

A woman with short blonde hair and glasses, wearing a black cardigan over a dark blue shirt, is working in a warehouse or laundry facility. She is using a large blue industrial clothes iron to press a white cloth with red and yellow stripes. The background shows blue metal shelving units filled with stacks of white laundry. The text "sorterer sig selv" is overlaid in white serif font across the middle of the image.

sorterer sig selv



**5 Lettelse.** Især sen-  
gellinnet var be-  
sværligt. Man skulle  
være to om at holde  
et dynebetræk for at  
finde de gamle labels.

**6 Registrering.** Ved  
levering var alle  
beboernes navne  
tastet ind, men når  
der kommer nye,  
skriver vaskerian-  
svarlig Charlotte  
Dyhrberg dem selv  
ind i systemet.

**7 Nyindflyttet.** Lise  
Kaarbøl, der lider  
af Parkinsons syg-  
dom, er for nylig  
flyttet ind på pleje-  
centret. Hendes  
mand, Niels Kaaber-  
bøl, har hjulpet med  
at sætte chips i alt  
hendes tøj. Den op-  
gave skal beboerne  
og de pårørende  
selv klare.

**8 Innovation.** De  
første chips var for  
svære at presse  
sammen, så på Char-  
lotte og Toves opfor-  
dring udviklede fir-  
maet en blødere  
model. Chippen bliver  
tit placeret i vaskе-  
anvisningen, hvor  
den ikke ses eller  
generer. Hos køre-  
stolsbrugere bliver  
den altid sat foran,  
så de ikke kommer til  
at sidde på den.

**9 Klar til montering.**  
Hver borger har et  
lager af færdige  
chips, der bare skal  
sættes i, når de får  
nyt tøj.

**10 Nyskabelse.** Tidlige-  
re havde Tove Jen-  
sen altid en vandfast  
tuschk i lommen, så  
hun kunne forny de  
udvaskede numre.  
En chip lider ikke  
overlast, og bliver  
siddende.

## det virker

Hver måned præsenterer et FOA-medlem sin **yndlingsingrediens** og fortæller, hvordan det 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](mailto:ingrid@mediehusetrubrik.dk)

**Rød spidskål.** Spidskål kan høstes fra juni måned og er vores tidligste kål-sort. Det røde har en lidt skarpere smag end grøn spidskål. Begge er fyldt med fibre og vitaminer.

**Kilde:** Svinningegård.dk



### [cv]

**Navn:** Jette Jensen

**Alder:** 48

**Uddannelse:** Smørrebrøds-jomfru

**Arbejde:** Laver mad til elever og lærere på Mølholm Skole i Vejle

### [opskrift]

## Sandwich med kålsalat

(rækker til 20 sandwich)

- 2 iceberg
- ½ rød spidskål
- ½ grøn spidskål

Salaten og kålen skæres ud i strimler, blandes sammen og lægges på et stykke groft sandwichbrød, der er smurt med cremefraichedressing. Derefter stegte kyllingestrimler, kebab eller andet kød, og til sidst gulerodsstrimler og agurketern, inden den anden brødskeive lægges på.

Den er sund og pynter i enhver salat. Rød spidskål er en af favoritterne, når **Jette Jensen** laver sandwich til skolebørn i Vejle.



## Rød kål pifter salaten op

**Smørrebrødsjomfru Jette Jensen har**

**lært** at tænke i farver, når hun skal få sandwich til at tage sig godt ud over for Mølholm Skoles 500 elever og lærere. Samtidig skal hun lokke eleverne til at spise flere af de grove, fiberholdige grønsager. Og de skal helst serveres, så eleverne ikke bare kan lade dem ligge på tallerkenen.

**Derfor er Jette glad for** en salatblanding, der indeholder kål.

Den er både sundere og mætter i længere tid, end hvis hun kun havde brugt icebergsalat.

“Man kan bruge hvilken som helst kåltype, der er i sæson. Men de røde som radicchio, rødkål og rød spidskål betyder meget for udseendet. Rød spidskål er ikke så kendt, men jeg kan godt lide det,” siger Jette Jensen.

**Vejle Kommune** besluttede efter finanskrisen at lukke alle skolekantiner og fyre de ansatte for at spare penge. Men på Mølholm Skole var det forbudt for eleverne at forlade skolen, og her havde kanten et godt salg. Derfor blev Jette Jensen ansat til at drive den videre – uden tilskud. Hendes løn skal finansieres af salget.

**Og det kan godt lade sig gøre.** Kanten sælger sunde madvarer for omkring 15.000 kroner om ugen. Jette får hjælp til driften af børn, der har brug for en pause fra lærere og kammerater. Derudover kommer der en flok frivillige pensionister og giver en hånd med om formiddagen. ★

[ingrid@mediehusetrubrik.dk](mailto:ingrid@mediehusetrubrik.dk)





## Lyt til de sande eksperter

**Rengøring er ikke noget**, kun skrivebordsgeneraler har forstand på at planlægge. Dem, der udfører arbejdet i hverdagen, har en ekspertise, som det er klogt at inddrage. Derfor er vi i sektoren stolte over, at medlemmer, der klarer rengøringen på Rigshospitalet Glostrup, er med til at implementere NIR.

**NIR er forkortelsen** for de nye Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer. Jeg er så glad for, at der endelig er kommet nogle ensartede retningslinjer for rengøring i offentlige institutioner. Det har vi efter-

### [kort sagt]

Det er godt, at der er kommet fælles retningslinjer. Det er tegn på, at rengøringsarbejdet er ved at blive taget alvorligt.

spurgt længe, så nu håber jeg, at alle hospitaler, lægeklinikker, børneinstitutioner og plejehjem vil bakke op og begynde at bruge de nye retningslinjer.

**Rengøring er ikke noget, kun skrivebordsgeneraler har forstand på at planlægge.**

sprog, som er forståeligt for os alle. En vejledning skal være præcis og overskuelig og indeholde illustrationer, så alle kan se, hvordan arbejdet skal gøres. Det får vi – med serviceassistenternes hjælp.

**Men først og fremmest** er det godt for både patienter og andre borgere, at der er kommet fælles retningslinjer. Det er tegn på, at rengøringsarbejdet er ved at blive taget alvorligt. Og med god grund, så bakterier bliver holdt nede. Tusindvis af mennesker dør hvert år på grund af sygehuserhvervede infektioner. Det skal vi undgå i fremtiden, og grundig rengøring er en af måderne. ★

*Gina Liisborg*



Af Gina Liisborg, sektorformand ★ foto: Jørgen True

# 40

konkurser har der været i den private hjemmepleje siden 2013. I alt er 12.000 borgere blevet ramt. Omkring halvdelen af dem bor i Nordjylland.

**Kilde:** foa.dk

### Flere får førtidspension

Antallet af danskere, der får tildelt førtidspension, steg sidste år. Det skete efter flere års fald. I 2016 fik 7.601 tildelt førtidspension, hvor det i 2015 var 6.914. Der har dog stadig været et generelt fald i antallet af førtidspensioner de senere år. I 2011 var det f.eks. næsten 16.000, der fik tildelt førtidspension.

**Kilde:** fagbladet3f.dk

### Sosu'ere oftest udsat for sexchikane

Social- og sundhedsassistenter er den faggruppe, der er mest udsat for sexchikane. Det viser en ny undersøgelse fra det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. Den viser også, at antallet af danskere, der føler sig udsat for sexchikane er steget de senere år: Fra 2,8 procent i 2012 til 3,7 procent i 2016.

**Kilde:** dr.dk

## Tør du spise det?

To unge kvindelige iværksættere har sat sig for at nedbryde danskernes mentale barriere ved at spise kryb. De sælger blandt andet chokoladeovertrukne og krydrede snacks tilsat mel fra insekter. De små dyr spås en stor fremtid som en del af vores proteinkilder, da de både er billige, bæredygtige og sunde.

**Læs mere:** daretoeat.dk

# 85

procent. Så meget mindre CO<sub>2</sub> pr. kalorie bliver der udledt, hvis man udskifter oksekød og lam med svin eller kylling. Og dropper man helt kødet og bliver vegetar, kan man formindske sin belastning af klimaet på grund af mad med 93 procent.

**Kilde:** dr.dk

## Træt af skattely

Mindst 20 borgmestre så gerne, at regeringen gav kommunerne mulighed for at kunne fravælge virksomheder, der bor i skattely, når kommunale opgaver skal udliciteres. Det viser en rundspørge, avisen Kommunen har foretaget. 25 borgmestre har svaret på undersøgelsen.

**Kilde:** kommunen.dk

## Weekenden er så sød, så sød

Børn og unge spiser generelt sundere, end de gjorde omkring årtusindskiftet. I hverdagen spiser de mere fuldkorn og kun halvt så meget sukker som tidligere. Til gengæld er deres indtag af slik og kager steget voldsomt i weekenderne, så deres totale sukkerindtag er det samme som før.

Kilde: food.dtu.dk



Foto: Colourbox



I dag er kunst-håndværk afløst af kokke, arkitekter og designere. Dyrkelsen af kokken handler om en længsel efter håndværket.

KASPER FOGH, POLITISK CHEF I TÆNKETANKEN CEVEA, I INFORMATION

## Falske fødevarer flourer

Olivenolie uegnet til menneskeføde, uægte vin og gamle sardiner i ny indpakning. Forfalskede føde- og drikkevarer findes i mange afskygninger. Europol og Interpol har i samarbejde med 61 landes fødevarermyndigheder konfiskeret forfalskede fødevarer for over 1,7 milliarder kroner. Ifølge Europol er det organiserede kriminelle, der står bag.

Kilde: Ekstra Bladet

## Mange misforstår holdbarhed

Hver tredje dansker kender ikke forskel på de to datomærker på fødevarer: 'Bedst før' og 'Sidste anvendelsesdato'. Derfor relancerer Forbrugerrådet Tænk og miljø- og fødevarerminister Esben Lunde Larsen madspilds-app'en 'For Resten' i en ny version. Meget madspild opstår hos forbrugere, der er bange for at spise mad, der er for gammelt, selv om det ikke er fordærvet. Appen kan downloades gratis fra Google Play eller App Store.

Kilde: taenk.dk



Foto: Colourbox



Foto: Lars Aarøe

## Kæmper om pris for økologi

Hospitalskøkkener, daginstitutioner, plejehjem og sociale institutioner kappes hvert år om at vinde De Økologiske Køkkenroser, som er en anerkendelse af offentlige køkkeners indsats for økologi. Otte køkkener er nomineret i år, og blandt dem er Regionshospitalet i Randers, som Fagbladet FOA besøgte i efteråret 2016, da de var i gang med at sylte rødbeder. Vinderen bliver kåret 26. september i forbindelse med 'Fødevaredagen'. Prisuddelingen sker i et samarbejde mellem FOA, 3F og Kost- og Ernæringsforbundet samt Landbrug & Fødevarer.



Læs mere

Se hvilke køkkener, der er nomineret: [goderaavarer.dk/priser](http://goderaavarer.dk/priser)

## Serviceassistenter i høj kurs

Det bliver serviceassistenter, der skal løse opgaver som rengøring, klargøring af senge samt transport af patienter og mad, når det nye Aarhus Universitetshospital endeligt står færdigt. Det har forretningsudvalget i

Region Midtjylland besluttet. Regionsrådet har vedtaget, at en lille del af den ikke-patientnære rengøring skal sendes i udbud for eventuelt at spare penge.

Kilde: dknyt.dk

Efter en faldulykke kørte Dan Dyva med hjælp fra FOA en erstatningssag mod sin arbejdsgiver. Trods sagen har han **bevaret et godt forhold til sin arbejdsplads**.

# Fik hjælp til ekstra erstatning

## Vejen til erstatning

### 2014 Januar

Dan Dyva falder ned i en uafdækket skakt og skader skulder og knæ.

### 2015 Juni

Dan Dyva får anerkendt arbejdsskade og varigt mén på 18 procent. Han får en arbejdsskadeerstatning på 107.070 kroner.

### Juli

Dan kontakter sin fagforening, FOA1, der henvender sig til Høje-Taastrup Kommune.

### 2016 April

FOA stævner Høje-Taastrup Kommune som erstatningsansvarlig i forbindelse med uheldet.

### December

Sagen afgøres ved forlig. Dan Dyva får 42.085 kroner i erstatning for svie og smerte.

Teamleder i Høje-Taastrup Kommune **Dan Dyva** var ved at tjekke videoovervågningen i daginstitutionen Bakkehuset, da han pludselig faldt ned i et to meter dybt hul.

Et byggefirma havde fjernet risten over skakten og glemt at lægge den tilbage. Faldet betød skader i skulder og knæ.

De næste to år gennemgik Dan Dyva fire operationer i knæet og en i skulderen.

Teamlederen er vant til at klare tingene selv, så han tænkte ikke på at henvende sig til sin fagforening.

Han anmeldte selv arbejdsskaden og fik anerkendt varigt mén på tilsammen 18 procent i skulder og knæ. Arbejdsskadesagen udløste en erstatning på 107.070 kroner.

“Det var faktisk min chef, der gjorde mig opmærksom på, at jeg måske også skulle søge erstatning for svie og smerte,” siger Dan Dyva.

### En god sag

Dan Dyva tog derefter kontakt til FOA, og her kunne advokat Marlene Gjedde meddele ham, at han havde en god sag.

Med mindre der er tale om en privat grundejer, er det nemlig altid arbejdsgiverens ansvar, at arbejdsstedet er indrettet forsvarligt. Det gælder også for en udekørende medarbejder som Dan Dyva.

“Da jeg først havde henvendt mig til FOA, gik det hele slag i slag,” siger han.

Han har kun været sygemeldt sammenlagt 69 dage i forbindelse med ulykken, og det har hver gang været, når han skulle igennem en af de mange operationer.

“Jeg kan ikke holde ud at sidde derhjemme,” konstaterer Dan.

### Åbenhed og forståelse

Dan Dyva har været åben over for sin arbejdsgiver om forløbet i erstatningssagen, og både han og FOA har lagt vægt på, at det gode forhold til arbejdspladsen skulle bevares. Også selvom der kørte en erstatningssag.

Arbejdspladsen har også taget hensyn til Dan Dyva undervejs i forløbet og for eksempel flyttet møder til stueetagen, så han ikke skulle gå på trapper med sit dårlige knæ.



**Man bør ikke være bange for at få ødelagt forholdet til arbejdspladsen, selvom man kører en sag.**

DAN DYVA, TEAMLEDER  
I HØJE-TAASTRUP KOMMUNE





Erstatningssagen blev afgjort ved et forlig, og Dan Dyva har fået 42.085 kroner i erstatning for svie og smerte.

Beløbet deles mellem Høje-Taastrup Kommune og byggefirmaet Enemærke & Petersen.

“Jeg har talt meget med min nærmeste leder under hele forløbet, og der har ikke været nogen ‘hard feelings’. Jeg synes, det er vigtigt med åbenhed, også over for direktionen. Man bør ikke være bange for at få ødelagt forholdet til arbejdspladsen, selvom man kører en sag mod sin arbejdsgiver.

Da Dan Dyva henvendte sig til FOA, viste det sig, at **han var berettiget til endnu en erstatning**, fordi arbejdsgiveren har ansvaret for, at arbejdsstedet er indrettet forsvarligt.

Det har været forholdsvis ukompliceret. De har jo også set, hvordan jeg har gået og haltet og haft ondt i to år.

Og i dag løber jeg op ad trapperne

igen,” siger Dan Dyva. ★

[mail@anniheiberg.dk](mailto:mail@anniheiberg.dk)

### Dokumenter uheldet

Arbejdsgiveren har pligt til at sørge for, at dit arbejdssted er indrettet forsvarligt – også når du har skiftende arbejdssteder.

- Det er vigtigt, at din arbejdsgiver straks bliver orienteret om uheldet og årsagen til det – om det var et hul, vådt på trappen, mv.
- Tag et foto og lav evt. en rekonstruktion, så der ikke senere opstår tvivl.
- Kontakt din FOA-afdeling så hurtigt som muligt.



Ung nok til at blive gammel?

**Susanne Pedersen** er dagplejer i Slagelse Kommune og har svært ved at beslutte, hvornår hun skal gå på efterløn. For at forstå reglerne har hun og manden holdt møder med banken, a-kassen og de to pensionskasser, hun har opsparing i. Susanne er født i 1955 og omfattet af den såkaldte udskyldelsesregel.

“Der er så mange forhold med betydning for, hvornår det er bedst at gå. Der er ingen facitliste. Der er plusser og minusser ved det hele, og så er der det mentale: Hvad nu, hvis jeg ikke skal stå op til noget hver dag?”

Susanne finder situationen forvirrende og frustrerende, ikke kun af økonomiske grunde.

“Bliver du for hurtigt gammel, hvis du går? Du skal være ung nok til at blive gammel. Ung nok til at nyde friheden. Når alting er faldet på plads, og hvis helbredet er til det, har jeg mange planer for, hvad jeg skal med min fremtid. Lave kreative ting, se verden, begynde at motionere ...” ★

## Efterlønsdato afgør økonomien

Systemet **belønner folk med ret til efterløn for at blive i arbejde**. Få hjælp til at kende reglerne, inden du går.

Af Lis Hornø

Du overvejer måske at gå på efterløn, hvis du er født i 1954-1955. Men der er kontante fordele ved at arbejde videre i to år og lægge 3.120 løntimer, før du går. Det kaldes udskyldelsesreglen. **Trine Jørgensen**, juridisk konsulent i FOAs A-kasse, siger:

“Opfylder du ikke den regel, vil din sats maksimalt være 91 procent af højeste sats, og alle dine pensioner modregnes i efterlønnen, uanset om de udbetales eller ej. Venter du derimod, til du opfylder udskyldelsesreglen, kan du opnå højeste efterløns-sats, og kun løbende udbetalte pensioner, der er oprettet som led i et ansættelsesforhold, bliver modregnet.”

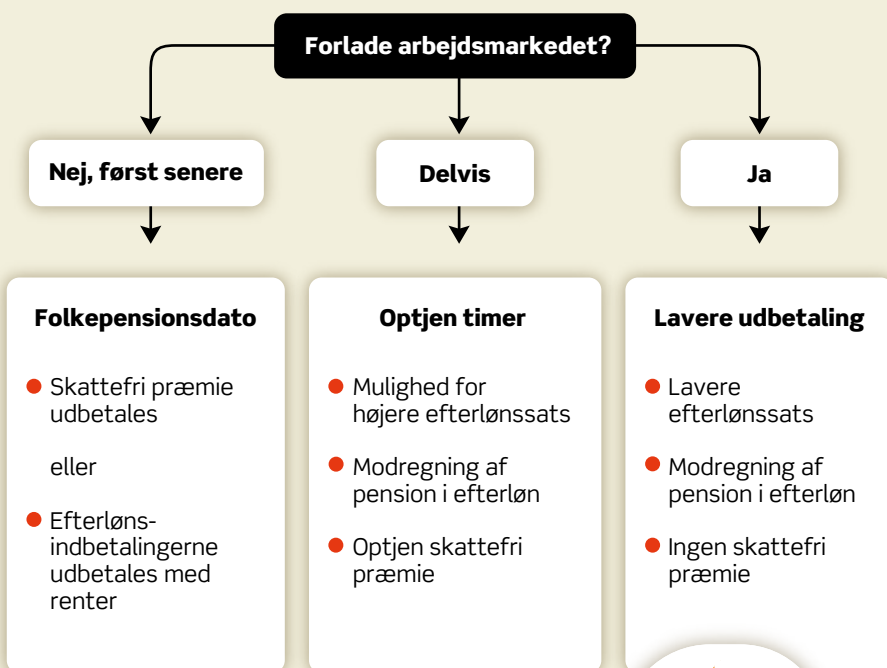
Reglerne for modregning er komplekse, og modregningen afhænger af, hvad man har sparet op i pension. Er opsparingen stor, trækkes flere kroner fra efterlønnen, end hvis den er lille.

Det er vigtigt at søge om et efterlønsbevis, så man har det, når man når efterlønsalderen. Beviset kommer ikke af sig selv, men a-kassen skriver til medlemmer, der skal søge.

“Først fra det øjeblik, man har et efterlønsbevis, optjener man timer i forhold til udskyldelsesreglen. Du skal være til rådighed for arbejdsmarkedet på det tidspunkt, du går på efterløn. Efterlønsbeviset er en garanti for, at du har ret til at gå på efterløn, selv om du bliver syg,” siger Trine Jørgensen. ★

## Efterlønsbevis og hvad så?

Her kan du se de overvejelser, du bør gøre dig, når du har ret til efterløn og overvejer, om du skal forlade arbejdsmarkedet eller blive. Eksemplet gælder alle fødselsårsgange.



**Skal jeg gå eller blive?**



Kilde: Økonom Søren Dijohn, PenSam

### [Bag om ordet]

**Udskydelsesreglen** giver økonomisk belønning til folk født før 1. juli 1959, der har et efterlønsbevis, men udskyder overgangen til efterløn. Dels kan de få en højere efterlønssats, dels en skattefri præmie. For at opfylde reglen skal man arbejde et vist antal timer. Hvor længe man skal udskyde, og hvor meget man skal arbejde, afhænger af, hvilket år man er født.

Kilde: Borger.dk m.fl.

### Skattefri præmie er for alle

Alle årgange kan optjene en skattefri præmie ved at arbejde efter det tidspunkt, hvor man har ret til at gå på efterløn. Da efterlønsalderen stiger med ens fødselsår, skal yngre arbejde færre timer end ældre, før de begynder at optjene præmien.

Kilde: FOA A-kasse

### I tvivl om reglerne?

Har du svært ved at overskue, hvordan din økonomi kommer til at se ud, hvis du vælger at gå på efterløn, så snart du har mulighed for det, eller bliver på arbejdsmarkedet, så spørg din a-kasse og PenSam til råds. De kan lave økonomiske beregninger af de forskellige scenarier for dig.

Kilde: PenSam

**Spørg bare**

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

# Ansatte hænges ud på nettet

Medarbejdere oplever i stigende grad at blive hængt ud på **sociale medier som Facebook og YouTube**. Det kan være ødelæggende, mener psykolog.

.....  
Af Marie Brynskov

Fra onde kommentarer til direkte chikane af navngivne medarbejdere i lukkede Facebook-grupper, på blogs og på hjemmesider. Det er blevet en risiko at blive hængt ud på nettet i forbindelse med sit arbejde. Flere kommuner oplever problemet og laver handleplaner, der skal klæde medarbejdere og ledelse på til at håndtere problemet.

“Det er en problemstilling, der fylder rigtig meget,” siger **Per Jensen**, chef for HR og Organisation i Aarhus Kommune, der oplever chikanen som et stigende problem, særligt i afdelinger med direkte kontakt med borgerne.

Derfor er kommunen i gang med at lave nye retningslinjer.

## Stigning i henvendelser

Falck Healthcare leverer psykologhjælp til arbejdspladser. De mærker tydeligt en stigning i henvendelser om problemet.

“At vi overhovedet hører om det, og ansatte kommer til os med det, er et tegn på, at der er en stigning i den slags sager,” siger chefpsykolog i Falck Healthcare, **Annette Gaard**.

De digitale krænkelser går i høj grad ud over ansatte, der har tæt kontakt med borgere og pårørende, der sætter sig til tasterne, når de er utilfredse.

“Personale bliver for eksempel konfronteret på nettet med, at ‘min mor har ikke været i bad,’ og man ved, hvilken medarbejder der er tale om,” siger Annette Gaard.

## Offentlig gabestok

Kritikken føles som en offentlig gabestok. Det gør ekstra ondt, når man har et job, hvor man ser sig selv i rollen som hjælper.

“Men det gør modparten, der svarer tilbage for eksempel på Facebook, ikke. Det rammer hårdt, fordi forældrene i børnenes klasse pludselig kan se, hvordan du bliver beskrevet i dit job. Uden at du kan tage til genmæle, da de fleste arbejdspladser har en holdning om, at man ikke udtaler sig på nettet. Det er intimiderende,” siger psykologen. ★

mbry@foa.dk

## Arbejdsgiveren skal beskytte

Ifølge Arbejdsmiljøloven har arbejdsgiveren pligt til at forebygge arbejdsrelateret vold, trusler og chikane – også uden for arbejdstiden. Det gælder også, når trusler og chikane foregår digitalt.

**Kilde:** Bekendtgørelse om arbejdsrelateret vold uden for arbejdstid §12

Tillidsrepræsentant i Hasle Hjemmepleje  
Susanne Skøld  
**fik sig lidt af et chok**, da hun gik på Facebook.



A photograph of a woman with short, light brown hair and glasses, wearing a dark blue vest over a light blue shirt. She is sitting at a wooden desk with a laptop in front of her. Her hands are clasped together on the desk. The background is a plain, light-colored wall.

# “Man føler, man ikke slår til”

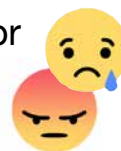
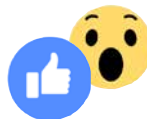
Et tv-indslag om en utilfreds borger  
kastede Hasle Hjemmepleje ud i et  
**stormvejr på Facebook.**

Af Marie Brynskov ★ foto: Pelle Rink

Læs videre på næste side →



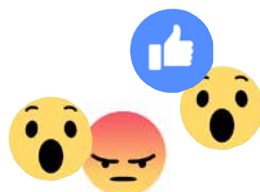
“Men alle får jo også lov til at uddanne sig indenfor vores fag, som måske ikke burde arbejde med mennesker. Trist udvikling.”



“F. F. MENNESKER helt ærligt det er sku da en del af jeres job. Så må man sku lave noget andet.”



“Hold hold hold.. selvfølgelig skal hun sgu da tørres... at man så skal ned og bukke sig/kravle, ja, det kan være vilkårene.. så skulle man nok have fundet sig et andet erhverv.”



Kommentarer på TV2 Bornholms Facebookside efter indslag om Hasle Hjemmepleje.

Tillidsrepræsentant Susanne Skøld oplevede i tiden efter, at Hasle Hjemmepleje røg ind i en shitstorm på Facebook, **at beboere og pårørende stillede spørgsmål** ved hendes og kollegernes faglighed.

### Trusler på nettet er arbejdsskade

Arbejdsrelateret vold og trusler uden for arbejdstid – også digitalt – kan siden januar 2016 anerkendes som arbejdsskade.

### FOA hjælper

Kontakt din FOA-afdeling, hvis du bliver chikaneret på nettet, og har henvendt dig til din nærmeste leder eller tillidsrepræsentant, men oplever, at problemet ikke bliver løst.



Læs mere

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

## → “Man føler, man ikke slår til”

“De skulle skamme sig noget så grusomt,” “hvad fanden er meningen?”, “kan du ikke tørre røv, så find et andet job.”

Tillidsrepræsentant i Hasle Hjemmepleje **Susanne Skøld** fik sig lidt af et chok, da hun læste kommentarerne på TV2 Bornholms Facebookside, efter en utilfreds borger var gået til tv-stationen med sin kritik. Tv-indslaget blev efterfølgende delt 55 gange på Facebook og fik 83 kommentarer.

“Jeg blev faktisk ked af det, og det gik ud over min nattesøvn, for sprogbruget er så tarveligt. Det er åbenbart okay at skrive

sådan noget og bare trykke ‘send,’” siger tillidsrepræsentanten.

### Føler sig krænket

Sagen startede midt i påskeferien, hvor der som altid var mange turister på Bornholm. En af dem var en kvinde med sygdommen Als, og hun var visiteret til Hasle Hjemmepleje for at få hjælp til personlig hygiejne. Kvinden, der sidder i kørestol, var utilfreds med, at social- og sundhedsassistenten af hensyn til sin ryg ville bruge en lift, da hun skulle tørre hende efter toiletbesøg. Der manglede en bækkenstol, der kunne hæves og sænkes.

Susanne Skøld var ikke selv på arbejde den dag, men har ligesom resten af arbejds-





pladsen været påvirket af det stormvejr på de sociale medier, de pludselig stod i. Hun fortæller sin version af historien, da den involverede sosu-assistent stadig er for påvirket til at udtale sig.

“Man føler sig krænket og føler, man ikke slår til. Og vi er jo professionelle, så vi går ikke i dialog eller henvender os til pressen, for det hjælper ikke noget at gå ud og forsvare sig,” siger hun.

Mange af beboerne havde pårørende på besøg i påsken, hvilket gav mange spørgsmål.

“Det er en ubehagelig fornemmelse, for normalt kommer man i hjem, man er meget fortrolig med. Nu bliver der stillet spørgsmål ved ens faglighed.

Man bliver pludselig vurderet på en helt anden måde,” siger Susanne Skøld.

### **Passer på hinanden**

Arbejdspladsen reagerede ved hurtigt at sende en arbejdsmiljørepræsentant ud til den utilfredse borger. Hun vurderede, at social- og sundhedsassistenten handlede korrekt i situationen. Den pågældende medarbejder har alligevel været meget berørt af situationen, men er tilbage på arbejde, fortæller Susanne Skøld.

“Vi passer rigtig godt på hende. Vi er faktisk rigtig gode til at sige: ‘Det er ikke dig, der er noget galt med’. Om

**Truet med nettet**  
Side 30-31

det så er hundrede gange, hun har brug for at tale om oplevelsen, så gør vi det. Når man får sådan en overfusning, så tager man det nok personligt, selvom det er en faglig kritik.

Det, tror jeg, alle kan sætte sig ind i.”

Det har også været vigtigt, at ledelsen gav udtryk for sin støtte, siger Susanne Skøld.

“Vi fik et brev fra vores øverste chef om, at hun syntes, vi havde gjort et godt stykke arbejde, var professionelle og havde løst den plejeopgave, vi skulle. Ledelsen ved bestemt godt, at det ikke har været sjovt for os.” ★

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





# “Jeg blev vred og ked af det”

Heidi Simonsen har **to gange siden december været hængt ud på Facebook** i forbindelse med sit job.

Af Morten Olsen ★ foto: Niels Åge Skovbo

En tidlig morgen i december gav cityassistent **Heidi Simonsen** og hendes kollega en parkeringsafgift til en bil, som var ulovligt parkeret foran en skole i Aarhus. Føreren af bilen opdagede det og reagerede kraftigt.

Episoden blev meldt til politiet, men på Facebook ventede endnu en overraskelse. Personen, der havde fået afgiften, havde nemlig lagt sin version af episoden offentligt på Facebook. I opslaget skrev vedkommende, at det var Heidi og kollegaen, der havde startet bataljen, mens børnene stod og så på.

“Personen lagde billeder på Facebook af blå mærker, som var kommet ved episoden. Vi sidder tilbage og kan ikke gøre noget som helst,” forklarer Heidi Simonsen, der ikke kunne genkende den version af episoden, hun nu læste.

Under billedet var der ifølge Heidi Simonsen en lang række vrede udbrud

mod hende og kollegaen og støttende kommentarer til borgeren. Både episoden og det tonefald, der var i kommentarerne, berørte Heidi og kollegaen meget.

“Hvad tænker folk nu om os cityassistenter, når de møder os i byen? Folk skal have tillid til os. Så det skal ikke hedde sig, at vi kan finde på at gøre sådan noget foran en skole eller nogen andre steder,” siger Heidi Simonsen.

## **Fotograferet i villakvarter**

For nogle uger siden var den så gal igen. Heidi Simonsen blev fotograferet, mens hun uddelte en afgift i et villakvarter. Kort tid efter var billedet på Facebook

**"Vi sidder tilbage og kan ikke gøre noget som helst,"**  
fortæller cityassistent Heidi Simonsen om afmagten ved at blive hængt ud på Facebook.

# Kommune slår hårdt ned

Odsherred Kommune handler, hver gang de opdager **digital chikane** af medarbejdere.

Af Marie Brynskov ★ foto: Pressefoto, Odsherred Kommune

Anklager om tvangsmedicinering, brud på menneskerettighederne og bortførelse. Flere navngivne medarbejdere i Odsherred Kommunes familieafdeling har oplevet at blive hængt ud på en hjemmeside.

"De blev udsat for de groveste anklager," siger direktør i Odsherred Kommune **Gitte Løvgren**.

Medarbejderne blev hængt ud på nettet i forbindelse med en sag om tvangsanbringelse af nogle børn. Kommunen var ikke i tvivl om, at der var tale om grov chikane, og manden bag 'Det Sorte Register', som hjemmesiden hed, blev dømt til at betale 100.000 kroner i erstatning til medarbejderne.

Kommunen har en klar holdning til, hvad man som ansat skal stå model til på nettet.

"Ingen medarbejdere skal chikaneres på deres arbejdsplads," siger Gitte Løvgren.

## Truet med nettet

Pædagog og socialrådgiver **Michael Kjeldgaard** var en af de medarbejdere, der blev beskyldt for blandt andet bortførelse af børn. Han blev ringet op og truet med at blive lagt på nettet, hvor beskyldningerne ville ligge mange år fremover.

Ledelsen fik hurtigt samlet medarbejderne til et møde og beslut-

tede at rejse et civil søgsmål, da et advokatfirma vurderede, at der var tale om injurier og bagvaskelse. Han er glad for, at ledelsen tog det alvorligt.

"Det var vigtigt for os, at man højere oppe i systemet klart sagde: 'De her medarbejdere skal kunne passe deres arbejde uden at blive chikaneret på det groveste'."

De typiske sager om digital chikane i Odsherred Kommune handler om borgere, der på Facebook skriver negativt om ansatte.

"Hvis det er tilpas groft, kontakter vi vedkommende og beder dem om at fjerne det omgående – ellers laver vi en politianmeldelse," siger Gitte Løvgren. ★

mbry@foa.dk

**7 råd  
mod digital  
chikane**  
Side 32-33



med teksten: 'Så har man set det med'. Selvom opslaget var rettet mod parkeringskontrollen generelt, tog Heidi Simonsen det personligt.

"Jeg bliver enormt vred over den type opslag. Jeg bliver frustreret og føler, at det er uretfærdigt både over for mig og mine kolleger," forklarer Heidi Simonsen.

Hun er blevet bedre til at vende ryggen til konflikter efter episoderne, og hun har lært at håndtere dem. Men for nylig kom følelserne fra tidligere op til overfladen, da én truede hende og en kollega med at tage et billede af dem og poste det på Facebook.

"Jeg blev vred, og jeg vidste, at jeg ikke skulle sige noget til hende, så jeg vendte ryggen til og lod min kollega tage over," siger Heidi Simonsen. ★

mortenolsen99@gmail.com

# 7 råd mod digital chikane

Af Marie Brynskov ★ illustration: Gitte skov



## 1. Lav en handleplan

Få ledelse, tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter til at lave en handleplan på linje med den, I har for chikane, trusler og fysisk vold. Afklar den praktiske arbejdsfordeling i en akut situation – hvem gør hvad?

## 2. Orienter straks nærmeste leder

Orienter straks nærmeste leder eller tillidsrepræsentant, hvis du bliver hængt ud på sociale medier. Når omfanget og karakteren af krænkelser er afklaret, tager arbejdsgiveren hurtigt kontakt til krænkeren og sikrer, at krænkelser fjernes. Fortsætter chikane, kan krænkeren blokeres på f.eks. Facebook. Er der tale om trusler om vold eller stalking, anmeldes krænkelser til politiet.

## 3. Vær åbne om chikane på arbejdspladsen og tal om den

Vi har forskellige grænser for, hvad vi vil tåle. Ved at tale om problemet bliver det hele arbejdspladsens problem – ikke den enkeltes.

## 4. Gem beviser

Tag et skærmbillede af truende og chikanerende mails, sms'er og hjemmesider. Opret en mailadresse f.eks. chikane@arbejdspladsensnavn.dk, som I kan sende dokumentation til. Udpeg en person, f.eks. arbejdsmiljørepræsentanten, der opsamler den. På den måde ser I mønstre og får overblik over omfanget.



## 5. Overvåg internet og sociale medier

Foreslå din arbejdsplads at overvåge internet og sociale medier for tidligt at opdage, når en arbejdsplads, institution eller en medarbejder bliver nævnt på offentligt tilgængelige sider.

## 6. Forebyggende arbejds gange

Find ud af, hvad I kan gøre forebyggende på netop din arbejdsplads. Hvordan spotter I potentielle krænkere?

# Beredskab mangler

Trusler på nettet er lige så alvorlige som fysiske overfald, mener Abalone Glahn, der underviser arbejdspladser i digital chikane.

Af Marie Brynskov

### Er der nok fokus på digital chikane?

Det største problem er, at arbejdsgiverne ikke har opdaget, at medarbejderne også kan blive chikaneret digitalt. For de fleste ved jo, præcis hvad de skal gøre, hvis en medarbejder for eksempel får en lussing.

### Hvornår er det chikane?

Det afgørende er ikke arten eller omfanget af krænkelse, men hvordan ledelse og medarbejdere håndterer det. Når der ikke er en strategi, opleves krænkelse personligt. Man skal tale om, hvad man skal finde sig i på arbejdspladsen. Kan vi have en nul-tolerance som med vold, og hvem skal vurdere, hvor slem krænkelsen er?

### Hvad kan man gøre ved problemet?

TR, AMR og ledelse skal sætte sig sammen og finde ud af, hvordan de vil håndtere det. Et punkt kan være at undervise medarbejderne i at færdes hensigtsmæssigt på nettet. Men grundlæggende er chikanen ikke den ansattes ansvar, men arbejdspladsens. ★



## 7. Undgå risikoadfærd på nettet

Luk for eksempel din Facebookprofil for uvedkommende og bliv ikke venner med borgere på Facebook eller andre sociale medier.

**Kilder:** arbejdsmiljoweb.dk, Abalone Glahn, FTF's guide 'Undgå chikane af medarbejdere på de sociale medier'.



## 27. juni

kan du udfylde dit dagpenge- eller efterlønskort på [foa.dk](http://foa.dk). Se oversigt over alle datoer på [foa.dk/udbetalingsperioder](http://foa.dk/udbetalingsperioder)

## Husk at udfylde din joblog

Får du dagpenge, skal du huske løbende at registrere din jobsøgning i din joblog på vores hjemmeside. Dette skal du gøre mindst en gang om ugen.

## Udbetalingsmeddelelsen

kan ses på hjemmesiden [foa.dk/udbetalingsmeddelelse](http://foa.dk/udbetalingsmeddelelse). Du bliver bedt om at logge dig ind først. Du kan bruge dit NemID. Hvis du ikke har et NemID i forvejen, kan du bestille et på [nemid.nu](http://nemid.nu)

## Nyt job?

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



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

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

# Fra ugekort til månedskort

Fra juli måned bliver dit ydelseskort ændret, så det følger kalendermånederne, og du vil fremover kunne udfylde dit kort en uge før månedens udgang. Det vil sige, at du kan udfylde dit kort for juli allerede 24. juli.

På hjemmesiden [foa.dk/udbetalingsperioder](http://foa.dk/udbetalingsperioder) kan du se en oversigt over, hvornår du kan indsende dit kort for hver måned. Udfylder du dit kort senest dagen efter, der er åbnet for ydelseskortet, vil du have dine penge den sidste bankdag i måneden.

I nogle tilfælde kan dit ydelseskort kræve særlig sagsbehandling. Er det tilfældet, vil dine penge blive udbetalt hurtigst muligt.

Glemmer du at udfylde dit kort, kan det indsendes inden for en måned og 10 dage efter udløb af udbetalingsperioden, men dine penge vil naturligvis blive tilsvarende forsinkede.

## Oplys om arbejde

Når du udfylder dit kort, skal du ligesom i dag oplyse på kortet, hvis du har haft arbejde eller andre indtægter. På dagpengekortet skal du desuden oplyse, om du har været syg, holdt ferie eller andet. Selvom du har mulighed for at sende kortet, inden måneden er gået, skal du udfylde kortet for hele måneden. For den del af måneden, der endnu ikke er gået, skal du oply-

se om for eksempel aftalte vagter. På dagpengekortet skal du også oplyse om planlagt ferie og andre forhold, som du kender til på forhånd.

Sker der ændringer efter indsendelsen, har du mulighed for at sende ændringerne til os ved at genfremsende kortet på vores hjemmeside.

Læs mere om udbetaling af dagpenge og efterløn på [foa.dk/a-kasse/nye-dagpengeregler](http://foa.dk/a-kasse/nye-dagpengeregler) under punktet 'Udbetaling af dagpenge og efterløn'. Her kan du også læse alt om reglerne i dagpengereformen, som træder i kraft 1. juli. ★

# Få dine breve digitalt

Hvis du har udfyldt eksempelvis et dagpengekort eller på anden vis har logget dig ind på vores hjemmeside siden 3. maj, er du blevet mødt af en tekst, hvor vi informerer om, at vi begynder at sende endnu flere breve til din digitale postkasse.

## Få breve hurtigere

Har du endnu ikke været logget ind, anbefaler vi, at du gør det så hurtigt som muligt, så du kan få eventuelt fremtidige breve hurtigere end med postvæsenet.

På nogle af vores breve er der ret snævre lovbestemte frister for eksempelvis book-

ning af samtaler. Ved at få disse breve digitalt giver det dig længere tid til at booke eventuelle samtaler.

Læs vores spørgsmål/svar på [foa.dk/indbakke](http://foa.dk/indbakke), hvor du også kan logge dig ind i din indbakke, hvis du ikke har prøvet det før. ★

### Hvis der er risiko for sexchikane

- 1 Det er vigtigt, at I ved, hvad I skal gøre, både for at forebygge seksuel chikane, og hvis problemet opstår. Insister derfor på klare retningslinjer og sørg for, at alle kender dem – også nye. Tag det for eksempel op på et personalemøde.
- 2 Arbejd med kulturen på jeres arbejdsplads. Tal om, hvad der er ordentlig adfærd og omgangstone, og hvor jeres grænser går. På den måde får I en fælles forståelse for, hvornår der er tale om sexchikane.
- 3 Sig fra. Og tal om, hvordan man kan sige fra, når ens grænser bliver overskredet, eller man oplever, at en kollegas grænser overskrides. Hvornår er det f.eks. en god idé at inddrage en tillidsvalgt kollega eller lederen?
- 4 Hold fokus. For at forebygge seksuel chikane er det vigtigt, at det løbende er på dagsordenen på arbejdspladsen. F.eks. på personalemøder og som et fast punkt på den årlige arbejdsmiljødrøftelse.
- 5 Klarlæg roller og ansvar, så I ved, hvem der har hvilke roller i ledelsen og blandt medarbejderne. Det gælder både i forhold til at forebygge og håndtere sexchikane.
- 6 Måden, I tilrettelægger jeres arbejde, kan forebygge, at I bliver udsat for seksuel chikane. F.eks. ved at være to om en opgave eller ved, at den fysiske indretning gør, at I har mulighed for at forlade lokalet hurtigt.
- 7 Lær af episoder. Registrer episoder med sexchikane, så I får overblik over, hvor, hvornår og i hvilke situationer de finder sted. Brug de erfaringer i jeres planlægning.



#### Første-hjælp

Arbejdstilsynet har en hotline, hvor du kan få vejledning om seksuel chikane og mobning. Alle kan kontakte hotlinen, både medarbejdere, der bliver udsat for sexchikane, og virksomheder med akutte problemer eller som ønsker at forebygge sexchikane.

Du kan også klage til Arbejdstilsynet via deres hotline, hvis nogen bliver udsat for seksuel chikane på din arbejdsplads.



Ring til Arbejdstilsynet på **70 22 12 80**

#### [bag om ordet]

**Seksuel chikane** er en form for mobning. Der er tale om seksuel chikane, når en person regelmæssigt og over længere tid – eller gentagne gange på grov vis – udsætter en anden person for uønskede handlinger af seksuel karakter, som vedkommende opfatter som krænkende.

**Kilde:** Arbejdstilsynet



Læs mere

Læs Arbejdstilsynets pjece om forebyggelse af sexchikane på [arbejdstilsynet.dk/pjece-om-seksuel-chikane](https://arbejdstilsynet.dk/pjece-om-seksuel-chikane)

#### Kontakt FOA

Søg råd og vejledning i din lokale afdeling, hvis du er udsat for seksuel chikane på jobbet.

Modermærker, der ændrer sig, skal undersøges. **En tidlig indsats kan redde liv.** Nogle af os har større risiko for modermærkekræft end andre.

# Hold øje med mærkerne

Flade modermærker, der ændrer sig, er de mest lumske. Bliver et modermærke ujævnt i kanten eller skifter farve, så må man til lægen, råder professor og ekspert i modermærkekræft **Krzysztof Drzewiecki**, Rigshospitalet.

Hvert år registreres der cirka 2.500 nye tilfælde af modermærkekræft herhjemme. Knap halvdelen får fjernet modermærker ambulant, men resten må i en mere gennemgribende behandling. 80-90 procent overlever de første fem år efter behandling.

“Tidlig indsats er helt afgørende. Går du tidligt til læge, kan vi redde dit liv. Så tag billeder af dine modermærker og følg udviklingen over en måned eller to,” siger Krzysztof Drzewiecki og forklarer, at nogle mennesker er mere udsatte for at udvikle modermærkekræft end andre.

Har du lys hud, fregner, 100 eller flere modermærker, medfødte større modermærker, bliver du nemt solskoldet, eller er der modermærkekræft i familien? Så skal du være ekstra på vagt.

“Det er vigtigt at beskytte sig mod solen: Brug tøj, solcreme, solhat og søg skygge. Vi ser den største stigning af kræfttilfælde i to aldersgrupper: Personer over 60 år, fordi de har fået meget sol gennem livet, og kvinder på 21-30 år, som typisk har brugt solarium gennem mange år,” siger professoren.

Ændringer i mærker på huden betyder langt fra altid, at der er kræft på spil, men alligevel er det klogt at få dem undersøgt. ★

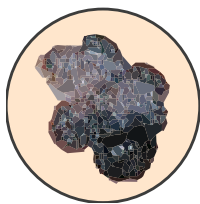
[jonna@periskop.dk](mailto:jonna@periskop.dk)



Af Jonna Toft ★ illustration Grafisk team, FOA ★ foto: Colourbox

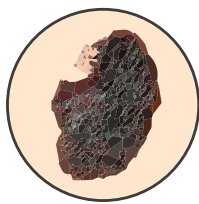
# Tjek 5 forandringer

**A**



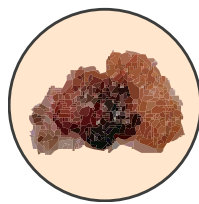
A – Asymmetriske forandringer.

**B**



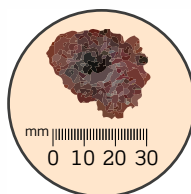
B – 'Border' (kant): Kanten på modermærket er takket eller ujævn ud mod den omgivende hud.

**C**



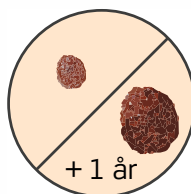
C – Colour (farve): Et mærke har mere end én farve eller skifter farve over få måneder.

**D**



D – Diameter: Hold ekstra øje med modermærker, der er større end enden på en blyant (6 mm).

**E**



E – Evolving (udvikling): Ændrer et modermærke sig i løbet af kort tid, skal du søge læge.

**Kilde:** Tjekdinhud.nu, som Dansk Dermatologisk Selskab, TrygFonden og Kræftens Bekæmpelse står bag.

Det er vigtigt at beskytte sig mod solen: **Brug tøj, solcreme, solhat og søg skygge.**



*Brug en app*



**Flere apps kan tage fotos** af dine modermærker og give besked, hvis der ser ud til at være grundlag for en nærmere undersøgelse, for eksempel:

- SkinScan
- Miiskin

## Fem om ugen

Modermærkekræft er skyld i fem dødsfald om ugen herhjemme. Det er den hyppigste kræftform blandt 15-34-årige.

**Kilde:** tjekdinhud.nu

 **Læs mere**

[tjekdinhud.nu](http://tjekdinhud.nu)

## For lav faktor på ferien

Hver anden bruger for lav solfaktor på ferien, det vil sige mindre end den anbefalede faktor 30. Jo tættere, man er på ækvator, jo højere er uv-indekset og dermed risikoen for solskoldninger. Både ude og hjemme gælder:

- Brug solcreme ofte og i rigelige mængder
- Dæk huden med tøj mod solen
- Undgå solskoldninger

**Kilde:** Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne

Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen**.  
I denne måned handler det om agurk, der lige nu er friskhøstede og sprøde.

Månedens råvare:

## Agurk

Agurkesmagen er på toppen om sommeren. En god agurk er sprød og saftig og indeholder 96 procent vand. Agurken skal være glat uden bløde pletter, der kan være begyndelsen til såkaldt våd forrådnelse, der gør agurken slimet – ikke farligt, men ikke særligt lækkert.

Agurk opbevares bedst i køleskab, men ikke i sel-skab med ananas, avocado, citron, tomat og andre frugter og grøntsager, der producerer modnings-hormonet ætlen, som ændrer agurkens smag. Vi spiser mest agurk rå i salater, i tzatziki og på smørbrød. Det er ikke så almindeligt at servere agurk lune, men det kan være en fin variant.



### Krebinet med fennikel, yoghurt-dip og lun salat med agurk og kikærter

4 personer

#### Yoghurt-dip:

- 2-3 håndfulde bredbladet persille
- 3 dl yoghurt 10% eller skyr
- 1 spsk. dijonsennep
- salt og friskkværnet peber

#### Krebinet med fennikel:

- 350-400 g hakket svinekød
- ½ fennikel
- ½ tsk. citronskal
- 50 g blåskimmelost
- 1 spsk. olie
- 1 spsk. smør

#### Lun salat med agurk og kikærter:

- 1 agurk
  - ½ rødløg
  - 2 spsk. olivenolie
  - 200 g kogte kikærter
  - 2 spsk. citronsaft
- Drys: Fennikeltop

- Yoghurt-dip: Skyl persilleblade i en balje med koldt vand, til de er helt fri for jord. Lad persillen dryppe af. Hak persillen og rør den sammen med yoghurt og sennep. Smag til med salt og peber.
- Krebinet med fennikel: Ælt kød sammen med små tern af fennikel, citronskal og smuldet blåskimmelost. Krydr med salt og peber. Form fire cirka 1 cm. tykke krebinetter. Varm smør og olie på en pande ved god varme, til det er gyldent. Steg krebinetterne ca. fire min. på hver side ved middel-varme.
- Lun salat med agurk og kikærter: Vask agurken i koldt vand. Flæk den på langs og skrab kernerne ud med en ske. Snit agurken i ca. ½ cm tykke skive, som ligner halvmåner. Pil og hak rødløget meget fint. Steg løg klare i olie et par minutter i en rummelig gryde. Tilsæt kikærter og agurk. Varm igennem et par minutter. Tilsæt citronsaft og krydr med salt, peber og fennikeltop.
- Nyd krebinetten med yoghurt-dip og lun salat med agurk og kikærter. Server eventuelt hjertesalat til.



## 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

#### Sprøde brødrester

Tørt hvedebrød behøver ikke gå til spilte. Daggammelt brød kan friskes op ved en genopvarmning – nyd det, mens det er lunt. Brug det tørreste brød til croutoner i sommerens salater eller i suppe. Skær brød i tern, vend i olivenolie og bag dem sprøde ca. 10 minutter.



Foto: Colourbox

#### Spis pesto hurtigt

Dressinger og sovser med rå krydderurter som pesto og grønne cremefraichesovser skal bruges inden for cirka et døgn. Krydderurterne kan være forurenede med bakterier og virus, der kan give dårlig mave.

# det sker

## Frederikssund Seniorklubben.

20. sept. kl. 13.30: Foredraget 'Som luk-susvagaabond gennem Jylland i Steen Steensen Blichers fodspor' v. sygehjælper Lis Inge-mann.

11. okt. kl. 13.30: Den aktuelle politiske situation i efteråret 2017. Vi tager temperaturen på den politiske situation med en politiker, der har 'hul' i kalende-

ren denne dag. Efter oplæg og diskussion er der lotteri med præmier.

## Horsens Afdelingen.

24. august: Seniorudflugt til Fur. Nærmere informationer via foa.dk/horsens

## Nordsjælland E+P Klubben.

6. sept. kl. 9-17: Bus-tur m. foredrag til Møl-

lebækkens Købmands-gård og Korporalskroen. Der bliver tid til handle. Vi får en frokostplatte/kaffe. Betaling fra kl. 8.15-8.45. Bussen kører fra FOA kl. 9. Pris 250 kr., ikke-medlemmer 300 kr. Bin-dende tilmelding til FOA Nordsjælland med sidste frist 23. aug.

## Odense Seniorklubben.

5. sept. kl. 9.30-10:

Tilmelding og betaling til Avernakø-tur.

19. sept. Pris: 300 kr., ikke-medlemmer 550 kr. Kl. 10-12: Foredrag om Tove Ditlevsens kaotiske liv v. cand. mag. Jeannet Ulrikke-holm i Vesterbro 120 store sal.

19. september: Sejltur til Avernakø, lokal guide og middagsbuffet hos Gitte, som har en produktion af geder og en gårdbutik.

## Sjælland

**Afdelingen.** Bon-Bon-Land i hele sæso-nen til billetprisen 149 kr./stk. Børn under 90 cm kommer gratis ind. Billetterne skal afhentes i afdelingen. 2. juli kl. 15 i Ringsted. 4. & 5. juli kl. 17 i Nykøbing Sj. 2. aug. kl. 17 i Hol-bæk. 3. aug. kl. 17 i Kalundborg. 4. aug. kl. 17 i Slagelse. 5. aug. kl. 14 i Slagelse. 6. aug. kl. 14 i Sorø: Cir-

kus Arena m. billetpris 163 kr./stk.

20. aug. kl. 11 ved Slagelse: Familiedag i Gerlev Legepark, 50 kr./person.

28. aug. kl. 17.30 i Kalundborg: Opstart på forløbet 'Bliv ven med din stress' v. Pia Halsted.

7. sept. kl. 17.30 i Slagelse: Opstart på forløbet 'Bliv ven med din stress' v. Pia Halsted. 11. sept. kl. 19 i Sla-



## FOA bogshop

Få op til 25% i rabat, når du køber lærebøger til din social- og sundhedsuddannelse eller din uddannelse til pædagogisk assistent.

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

# FOA

## BLIV KLAR TIL SOSU-uddannelserne MED FJERNUNDERVISNING

Har du fået merit for dine faglige og erhvervsfaglige kompetencer, men mangler **naturfag** eller **dansk**, så har du nu muligheden for at kvalificere dig og blive klar til uddannelsesstart på SOSU-uddannelserne.



gelse: En rejse til månen uden returbillet – demensforedrag v. Vibeke Drevesen Bach. 14. sept. kl. 19 i Slagelse: 'Plads til forbedringer i din økonomi?' v. Hanne Biehl, jurist. Kom og hør, hvad du kan gøre – ledsager velkommen. 28. sept. kl. 19 i Slagelse: Kulturforståelse i det daglige arbejde – hvordan forstår og håndterer vi forskelle? v. Mads Ted Drud-Jensen, konsulent i Center for Udsatte Flygtninge/Dansk Flygtningehjælp. 9. okt. kl. 19 i Slagelse: Arbejdsglæde og forandring v. Michael Brautsch. 11. okt. i Vig Forsamlingshus: Topmøde med partierne. 12. okt. kl. 19 i FOA Kalundborg: Topmøde med partierne. 30. okt. i Slagelse: opstart på kursus i NADA-behandling. Deltagerpris 1.500 kr. Tilmelding/salg af billetter via foa.dk/sjælland eller på 46 97 38 60. **Områdegeneralforsamlinger.** 24. okt. kl. 18 i Holbæk, 25. okt. kl. 18 i Nordvestsjælland og

26. okt. kl. 18.00 i Slagelse. Tilmelding til spisning via foa.dk/sjælland **Repræsentantskabsmøde.** 15. nov. kl. 17: Filadelfia, Dianalund. Alle medlemmer er velkomne med taleret og uden stemmeret, som er forbeholdt de delegerede valgt på områdegeneralforsamlingerne. Tilmelding til spisning via foa.dk/sjælland **Ringsted Kongrescenter:** Nye oplevelser med 10 % i rabat til alle forestillinger, køb billetter via linket i nyhedsbrevene. **A-kasse.** 15. aug. kl. 13.30 i Slagelse: Café for ledige. 4. sept. kl. 13.30 i Kalundborg: Café for ledige. 3. okt. kl. 13.30 i Slagelse: Café for ledige. 10. okt. kl. 18 i Slagelse: Overvej du efterløn? – ledsager velkommen. 15. nov. kl. 17 i Kalundborg: Efterlønsmøde – ledsager velkommen. Tilmelding via foa.dk/sjælland **Efterløns- og seniorklubben Holbæk.** 11. sept. kl. 13: Den

nye efterårskollektion fra Annie D. 3. okt. kl. 9.30: Tur til Thorsvang Samlermuseum i Stege. Medlem 275 kr. og ledsager 300 kr. Tilmelding senest 5. sept. via foa.dk/sjælland **Efterløns- og seniorklubben Slagelse.** 26.-30. august: Tur til Rügen og Sassnit: Medlemmer 3.225 kr. og ikke-medlemmer 3.725 kr. Tilmelding senest 28. juni via foa.dk/sjælland 4. sept. kl. 13: Bowling. 18. okt. kl. 14: Bankospil. **Efterløns- og seniorklubben Ringsted.** 7. sept. kl. 13: Tur til Skovgaard Mølle og Bagerimuseum. Tilmelding via foa.dk/sjælland. 5. okt. kl. 14: Historien om virksomheden Obel. 2. nov. kl. 14: Ordinær generalforsamling med efterfølgende bankospil. Forslag skal være formanden i hænde 14 dage før generalforsamlingen på lang@os.dk. Husk at medbringe en pakke pr. person til en værdi af ca. 25-30 kr. **Efterløns- og seniorklubben Nordvest-**

**sjælland.** 22. aug. kl. 8: Sommer-tur til Møn og Thorsvang Samlermuseum. Deltagerpris 250 kr. Tilmelding senest 1. aug. på foa.dk/sjælland 13. sept. kl. 11 i Asnæs: Frømandskorpset i Kongsøre v. Erik Nygaard. 10. okt. kl. 11 i Kalundborg: Bankospil. Deltagerpris 40 kr. 11. okt. kl. 11 i Asnæs: Bankospil. Deltagerpris 40 kr. Tilmelding på foa.dk/sjælland Telefonnr. 46 97 38 60. Telefon- og åbningstider: mandag og tirsdag kl. 9-15, onsdag lukket, torsdag kl. 9-17 og fredag kl. 9-13. Hjemmeside foa.dk/sjælland Mail: sjælland@foa.dk. Akuttelefon faglig 46 97 21 63 kl. 16-22 på hverdage. A-kassens callcenter 46 97 10 10 kl. 16-20 på hverdage. Nyhedsbrev: Tilføj din mailadresse på foa.dk/persondata, og du vil modtage 2 nyhedsbreve hver måned med medlemsfordele og sidste nyt fra FOA Sjælland.

**Sønderjylland Seniorklubben.**

## Kontakt FOA

**FOA, forbundshuset**  
Stauings Plads 1-3  
1790 København V

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

**Åbningstid:**  
**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  
**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  
**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  
**Nordjylland:** 46 97 29 00  
nordjylland@foa.dk  
**Nordsjælland:** 46 97 33 90  
nordsj@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  
**Skive:** 46 97 20 80  
skive@foa.dk  
**Sjælland:** 46 97 38 60  
sjælland@foa.dk  
**Social- og Sundhedsafdelingen:**  
46 97 22 22  
sosu@foa.dk



17. august: Besøg Zepeliner Museum i Tønder. Tilmelding på 46 97 35 00 senest 10. aug.  
20. september: Foredrag v. Erik Monrad om sit præsteliv gennem 30 år, i FOAs mødeloka-

ler på Brundevej 2, Rødekro. Tilmelding på 46 97 35 00 senest 13. sept. Ret til ændringer forbeholdes. Medlemmer betaler 20 kr. for kaffen, ikke-medlemmer 30 kr. og betaler

entréprisen ved arrangementer. Husk du er automatisk medlem af seniorklubben som efterløner og pensionist.

Du kan få mere information om arrangementerne på din lokale FOA-afdelings hjemmeside.



**Find det her**

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

# Medlemspuls

## Vinderne i maj

### Hovedpræmie:

Jette Bælum  
Maglebo 9, st. tv.  
2770 Kastrup

### Gavekort til Coop 300 kr.:

Pernille Ekknud Nyvang, Lærkevej 17, 4261 Dalmose  
Gerda Irene Sørensen, Elme Allé 22, 8766 Nørre Snede  
Steen Strandgaard Christensen, Bystævnevej 3, 8660 Skanderborg  
Laila Møller Kristensen, Bramdrupvej 117, 6040 Egtved  
Pia Petersen, Løthvej 59, 9740 Jerslev J

**Hovedpræmien** er et weekendophold for 2 på et Comwell-hotel i Danmark, en iPod, en gps eller en e-bogslæser.

Desuden har vi hver måned **5 gavekort** til Coop Danmark til en værdi af 300 kr.

Nye deltagere er velkomne på [foa.dk/medlemspuls](http://foa.dk/medlemspuls)

**Sydfyn:** 46 97 27 27  
[sydfyn@foa.dk](mailto:sydfyn@foa.dk)  
**Sydsjælland:** 46 97 28 00  
[sydsj@foa.dk](mailto:sydsj@foa.dk)  
**Sønderborg:** 46 97 34 00  
[soenderborg@foa.dk](mailto:soenderborg@foa.dk)  
**Sønderjylland:** 46 97 35 00  
[soenderjylland@foa.dk](mailto:soenderjylland@foa.dk)  
**Varde:** 75 21 01 00  
[varde@foa.dk](mailto:varde@foa.dk)  
**Vejle:** 75 82 52 88  
[vejle@foa.dk](mailto:vejle@foa.dk)  
**Vendsyssel:**  
46 97 10 30/46 97 13 46  
[vendsyssel@foa.dk](mailto:vendsyssel@foa.dk)  
**Viborg:** 46 97 30 30  
[viborg@foa.dk](mailto:viborg@foa.dk)  
**Århus:** 89 36 66 66  
[aarhus@foa.dk](mailto:aarhus@foa.dk)

**PMF-afdelinger:**  
**PMF afd. 1:** 46 97 31 01  
[pmf-afd1@foa.dk](mailto:pmf-afd1@foa.dk)  
**PMF afd. 4:** 43 71 66 90  
[pmf-afd4@foa.dk](mailto:pmf-afd4@foa.dk)  
**FOA/PMF Kbh. Syd:**  
46 97 28 50  
[kbhsyd@foa.dk](mailto:kbhsyd@foa.dk)  
**PMF Fyn:** 46 97 13 13  
[pmffyn@foa.dk](mailto:pmffyn@foa.dk)

**PenSam**  
Jørgen Knudsens Vej 2  
Postboks 282  
3520 Farum  
**Telefon:** 44 39 39 39  
**Telefax:** 44 39 39 40  
[pensam.dk](mailto:pensam.dk)

## Forsideillustration: Flemming Jeppesen



## Medlem af Danske Medier



DANSKE MEDIERS  
OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes  
Oplagskontrol

**Oplag:** 199.504/7. årgang  
**Tryk:** Color Print A/S  
**ISSN:** 1901-5712

**Redaktionen sluttet:**  
7. juni

**Indlæg til 'det sker'** sendes til  
Dorthe Møller, [dorm@foa.dk](mailto:dorm@foa.dk)  
**Frist til nummer 6:** 25. august  
**Frist til nummer 7:** 29. september

**Annoncer:**  
Dansk Mediaforsyning  
Telefon: 70 22 40 88  
[dmfnet.dk](http://dmfnet.dk)

**Annoncefrist:**  
**Nummer 6:** 18. august

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

**Nummer 5 udkommer:**  
5. september

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

## Udgiver:

**FOA**

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

# quizzen

## Kan du dit fagblad?

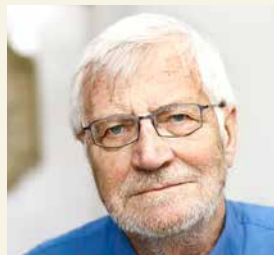
Vær med i lodtrækningen om et **gavekort** til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

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](mailto:brevkasse@foa.dk) senest 1. august. Du kan også besvare quizzen på [foa.dk/quiz](http://foa.dk/quiz)

Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 3 blev **Vibeke Gravesen, Skjern**



**1. Hvad kalder forfatter Thomas Bredsdorff det plejepersonale, der passer hans syge hustru?**

- A. Superhelte
- B. Krigere
- C. Velfærdsstatens hær

**2. Hvad er udskydelsesreglen?**

- A. En ret sosu'er kan benytte sig af, hvis de vil udskyde et besøg hos en borger
- B. En økonomisk belønning til folk, der udskyder overgang til efterløn
- C. En mulighed for at udskyde mødetiden med op til to timer

**3. Hvor stor en andel af FOAs privatansatte medlemmer stemte ja til overenskomsten mellem LO og DA?**

- A. 87 procent
- B. 92 procent
- C. 100 procent

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

- A. En manchetknap
- B. En Fidget Spinner
- C. En Knæk Cancer-pin

**5. Hvordan lyder det tredje råd mod digital chikane?**

- A. Vær åben og tal om det
- B. Send en sviner til afsenderen
- C. Nævn det aldrig for nogen

**6. Hvor mange af FOAs medlemmer mener ikke, de får den nødvendige vejledning i sikker udførelse af deres job?**

- A. 0 procent
- B. 22 procent
- C. 36 procent



**7. Dan Dyva fik med FOAs hjælp en ekstra erstatning. Hvordan kom han til skade?**

- A. Han blev ramt af en lastbil i et højresving
- B. Han fik en lygtepæl over sig
- C. Han faldt i et dybt hul



**8. Hvor mange nye tilfælde af modernærkekræft registreres hvert år i Danmark?**

- A. 1.000
- B. 1.500
- C. 2.500

**9. Hvilket hormon producerer agurken, når den er i selskab med for eksempel ananas, avocado og citron?**

- A. Testesteron
- B. Ætylen
- C. Østrogen



### det sker

#### 20. juni

Demensalliancen lancerer nye visioner og løsninger for demensvenlige kommuner i Landstingssalen på Christiansborg.

#### 27. juni

Du kan udfylde dit dagpenge- eller efterlønskort på [foa.dk](http://foa.dk).

#### 24.-27. juli

Julemændenes Verdenskongres, Bakken.

#### 15.-17. august

DHL-Stafet i Aarhus.

#### 28. august - 1. september

DHL-stafet i København.

#### 5. september

Næste nummer af Fagbladet FOA udkommer.

#### 7. september

Velfærdsalliancen holder demonstration på Rådhuspladsen i København mod forringelser og nedskæringer.

#### 11. september

Ledertræf for FOAs ledermedlemmer.

# OGSÅ BILLIGT **BILLÅN**



**SPAR  
PENGE**

SOM FOA-MEDLEM

Tjek alle dine FOA Fordele på  
**[pensam.dk/foafordele](https://pensam.dk/foafordele)** eller ring **44 39 39 53**

FOA Fordele er nogle af de billigste lån og forsikringer på markedet – og kun til medlemmer i FOA. Så hvorfor ikke skyde papegøjen, hvis du kan?

**PenSam**

**FOA**

**praxis®**

...gør din dag behagelig

**SPAR  
50%**

## MIKS SOM DU VIL AF POPULÆRE MODELLER TIL ARBEJDE OG FRITID

Spar mange penge på vores i forvejen lave priser - uden at gå på kompromis med kvalitet og komfort!



**Model 25400 - Riva**  
Damesandal med bagrem og velcrolukning.  
Indersål af ruskind.  
Farve: Sort - Hvid - Blå/grå  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 399,-



**Model 25370 - Padova**  
Sportssko til damer med snøre.  
Farve: Sort - Hvid  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 399,-



**Model 25290 - Parma**  
Damesandal med bagrem og velcrolukning.  
Indersål af ruskind.  
Farve: Blå - Rød - Sort - Hvid  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 399,-



**Model 25180 - Monaco**  
Sandaler til damer og herrer med velcrolukning.  
Indersål af ruskind.  
Farve: Sort - Hvid  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 399,-



**Model 25250 - Rimini**  
Superlet dame ballerina-sneakers med velcrolukning over vristen.  
Farve: Hvid  
Størrelse: 37 - 42  
Normalpris 399,-



**Model 25280 - Firenze**  
Moderigtig damesandal med hælrem og spænde  
Sort: Str. 37 - 40  
Hvid: Str. 36 - 42  
Normalpris 399,-



**Model 25090 - Paris**  
Damesandal med velcrolukning.  
Skind med indersål af ruskind.  
Farve: Grå/blå- Sort  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 799,-

**1/2 PRIS  
2 PAR KUN  
800,-**

**Model 25360 Garda**  
Damesandal med velcrolukning.  
Skind med indersål af ruskind  
Farve: Navy - Hvid - Sort  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 799,-



**Model 25080 - Lissabon**  
Damesandal med tåstrop og velcrolukning.  
i ægte skind.  
Farve: Sort - Hvid  
Størrelse: 36 - 42  
Normalpris 499,-

**1/2 PRIS  
2 PAR KUN  
500,-**



"Da denne model er lille i størrelsen, anbefaler vi, at du tager ét nummer større, end du normalt bruger".



Miks som du vil! - Du kan frit bestille blandt alle modeller og får selvfølgelig rabat på alt - bare du bestiller minimum 2 par.  
Tilbudet gælder til 15.07.2017 eller så længe lager haves. Fuld retur- og bytteret inden 30 dage.

Bestil på [www.praxiswear.dk](http://www.praxiswear.dk) - eller 97 12 82 82

Praxis  
Hammershusvej 16 i  
7400 Herning